



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Формирование смысложизненных ориентаций у студентов
педагогического вуза**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое консультирование»
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

74,09 % авторского текста

Работа рецензия к защите

«11» 05 2023 г.

зав. кафедрой ТиШ

[подпись] Кондратьева О.А.

Выполнила:

студентка группы ОФ-210/270-2-1

Богданова Вероника Олеговна

Научный руководитель:

доктор психологических наук,

профессор, декан факультета психологии

Долгова Валентина Ивановна

[подпись]

Челябинск
2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|-----|
| ВВЕДЕНИЕ..... | 4 |
| ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА..... | 10 |
| 1.1 Проблема исследования смысложизненных ориентаций в психолого-педагогической литературе..... | 10 |
| 1.2 Особенности смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза..... | 22 |
| 1.3 Модель формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза..... | 31 |
| ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА..... | 41 |
| 2.1 Этапы, методы и методики исследования..... | 41 |
| 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования констатирующего эксперимента..... | 48 |
| ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ФОРМИРОВАНИЮ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА..... | 71 |
| 3.1 Программа формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза..... | 71 |
| 3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента..... | 88 |
| 3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику..... | 109 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... | 128 |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ..... | 136 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Психодиагностический инструментарий исследования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза..... | 148 |

| | | |
|--------------|--|-----|
| ПРИЛОЖЕНИЕ 2 | Результаты опытно-экспериментального исследования смысловых ориентаций у студентов педагогического вуза..... | 171 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 3 | Психолого-педагогическая программа формирования смысловых ориентаций у студентов педагогического вуза..... | 188 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 4 | Результаты опытно-экспериментального исследования формирования смысловых ориентаций у студентов педагогического вуза на этапе формирующего эксперимента..... | 220 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 5 | Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику..... | 230 |

ВВЕДЕНИЕ

В современном обществе можно наблюдать социокультурный кризис, который выражается в крушении прежней системы ценностей, перемещении внимания с духовной сферы на материальную, замене культа знания и просвещения культом потребления и прагматизма.

Современный человек живет в эпоху массового потребления. Потребляются не только материальные блага, но информация, которая приобретает избыточный характер. В информационном пространстве происходит постоянная трансляция противоречивых знаний и ценностей, в результате которой личность теряет жизненные ориентиры. В итоге формируется неадаптивная в пространстве и во времени личность, которая не может удовлетворить потребность в самореализации.

Современное общество столкнулось с проблемой отчуждения человека от самого себя и духовной культуры, происходит релятивизация мировоззренческих представлений и смысложизненных ориентаций. В связи с этим возрастает значение изучения формирования смысложизненных ориентаций, которое может помочь преодолеть социокультурный кризис.

Современная система образования уделяет большое внимание передаче знаний, овладению определенным комплексом профессиональных умений и навыков, но практически не решает проблему формирования ценностно-смыслового отношения человека к миру. Однако, в Национальной доктрине образования современной России образование рассматривается как основа воспроизводства духовного потенциала, как основа всестороннего, творческого профессионального становления и развития личности в российском обществе. Образование призвано закладывать не только систему знаний, модели деятельности человека, но и формировать духовно-нравственную составляющую мировоззрения.

Большое значение имеет исследование формирования смысложизненных ориентаций (далее СЖО) у будущих педагогов. В СЖО аккумулируется жизненный опыт личности, детерминирующий его творческую самореализацию в профессии. От системы жизненных смыслов и ценностей будущего педагога будет зависеть качество учебно-воспитательной работы и духовный потенциал подрастающего поколения. Следовательно, изучение формирования СЖО студентов педагогического вуза обладает высокой социальной значимостью.

Формирование СЖО является необходимым условием воспитания зрелой личности, выстраивающей гармоничные отношения с окружающим миром, управляющей жизнью и несущей ответственность за нее. Работа со СЖО способствует нравственному развитию как отдельного человека, так и всего общества в целом.

Изучение проблемы смысла жизни представлено в работах отечественных философов (С.Л. Франка, В.С. Соловьёва, М. М. Тареева, Е.Н. Трубецкого и Н.А. Бердяева и др.) и крупнейших представителей западной философии и психологии (Ж.-П. Сартра, А. Камю, М. Хайдеггера, К. Ясперса, В.Э. Франкла, А. Лэнгле, Р. Мэя, И. Ялома, Д. Бьюдженталя). В работах представителей гуманистической психологии А. Маслоу, К. Роджерса проблема смысла жизни раскрывается в контексте самоактуализации.

Исследованию ценностно-смысловой сферы личности посвящены научные труды Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, А.Г. Асмолова, Б.С. Братуся, Г.А. Вайзер, М. Рокича, С.С. Бубновой, В.Ю. Крылова и др. Проблема формирования СЖО освещается в трудах Д.А. Леонтьева, Б.Г. Ананьева, В.И. Долговой, Н.И. Аркаевой, В.А. Ядова, В.Э. Чудновского, К.А. Абульхановой-Славской, Л.И. Анциферовой, Н.Л. Карловой и др.

В результате теоретического анализа научно-исследовательской литературы было выявлено, что в зарубежных и отечественных

исследованиях присутствует устойчивый научный и практический интерес к изучению СЖО, однако при этом отсутствует единое представление об их сущности и структуре. В современном обществе можно наблюдать увеличение требований к личности педагога при этом недостаточно проработана проблема изучения формирования СЖО студентов педагогического профиля, которые возможно свяжут свою жизнь с педагогической деятельностью. Решению данной проблемы посвящена тема диссертационного исследования «Формирование смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза.

Объект исследования: смысложизненные ориентации.

Предмет исследования: формирование смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза.

Гипотезы исследования:

1. Уровень осмысленности жизни у студентов первого курса естественно-технологического факультета ниже, чем у студентов первого курса факультета подготовки учителей начальных классов.

2. У студентов первого курса естественно-технологического факультета недостаточно сформированы терминальные ценности: «Собственный престиж», «Духовное удовлетворение», «Креативность», «Развития себя».

3. Наименее значимой для студентов первого курса является профессиональная сфера, наиболее значимой – общественная сфера.

4. Уровень экзистенциальной исполненности у студентов первого курса естественно-технологического факультета ниже, чем у студентов первого курса факультета подготовки учителей начальных классов.

5. Формирование смысложизненных ориентаций будет эффективным если разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза.

Задачи исследования:

1. Изучить проблему исследования смысложизненных ориентаций в психолого-педагогической литературе.

2. Проанализировать особенности смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.

3. Разработать модель формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза.

4. Определить этапы, методы и методики исследования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.

5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

6. Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза.

7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

8. Разработать психолого-педагогические рекомендации педагогам, студентам по формированию смысложизненных ориентаций у студентов.

9. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования.

Методы и методики исследования:

Теоретические методы: теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования, сравнение, обобщение научных данных, целеполагание, моделирование.

Эмпирические методы: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование.

Психодиагностические методы: тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева, опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина, шкала экзистенции А. Лэнгле, К. Орглер.

Методы обработки данных математико-статистического анализа: U-критерий Манна-Уитни, T - критерий Вилкоксона.

Научная новизна исследования состоит в проектировании модели формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза; разработке и реализации психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза.

Теоретическая значимость работы заключается в обобщении психолого-педагогической литературы по проблеме формирования смысложизненных ориентаций, конкретизации понятий «смысл жизни», «смысложизненные ориентации», «ценности», «экзистенциальная исполненность»; определении основных компонентов смысложизненных ориентаций.

Практическая значимость исследования заключается в разработке и реализации психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза. Материалы исследования могут быть использованы на занятиях гуманитарного цикла.

Эмпирической базой исследования выступил ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет». В исследовании приняли участие студенты первых курсов факультета подготовки учителей начальных классов и естественно-технологического факультета, всего 100 человек. Возраст испытуемых от 17 до 20 лет.

Структура и объем исследования. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы (101 источник) и пяти приложений.

Апробация результатов исследования:

По теме выпускной квалификационной работы опубликованы монография и статьи:

Богданова В. О. Ценности и смысложизненные ориентиры современной молодежи в цифровую эпоху / В.О. Богданова. – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2022. – 172 с.

Долгова В. И. Жизненные смыслы и ценностные ориентации современной молодежи / В. И. Долгова, В. О. Богданова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2022. – № 6 (172). – С. 239-259.

Богданова В. О. Поиск смысла жизни как детерминанта развития субъектности / В. О. Богданова // Актуальные проблемы философской антропологии и философии культуры: материалы Всероссийской научно-практической конференции (27–28 января 2023 года, г. Липецк): сборник научных трудов. – Липецк: ЛГПУ имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2023. – С. 34-38.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

1.1 Проблема исследования смысложизненных ориентаций в психолого-педагогической литературе

Значительный вклад в раскрытии проблемы смысла жизни внесли представители экзистенциальной психологии: В.Э. Франкл [79], А. Лэнгле [50], Дж. Бьюдженталь [20], И. Ялом [83], Р. Мэй [53]. Основоположник логотерапии В.Э. Франкл рассматривает поиск смысла жизни как внутреннее базовое стремление, характерное для человеческой природы. Смыслы не могут быть универсальными, они уникальны для каждого человека и меняются в зависимости от жизненных ситуаций. Поиск смысла жизни представляет собой процесс самотрансцендирования – выхода за пределы самого себя. В.Э. Франкл показывает тесную связь смысла жизни с ценностями. Он выделяется три группы ценностей, которые позволяют обрести смысл жизни: ценности отношений, переживаний и творчества [79, с. 284].

А. Лэнгле связывает понятие «смысл жизни» с термином «экзистенциальная исполненность». Экзистенциальная исполненность трактуется как качество жизни в субъективном мироощущении. Она является интегральным показателем удовлетворенности жизнью и субъективного благополучия [91, с. 1013]. Она раскрывает степень осмысленности жизни и принятия человеком своего существования в данный момент времени [15, с.101]. Экзистенциальная исполненность определяется соответствием решений и действий человека его внутренней сущности, отсутствием разрыва между тем, как живет человек и тем, как он полагает, как следует жить [58, с. 334]. А. Лэнгле описывает исполненность «как степень приближения к экзистенции – подлинной, глубокой, наполненной смыслом и ценностями жизни» [50, с. 101].

В концепции И. Ялома проблема смысла жизни также занимает ключевое место. Он выделяет два уровня смысла жизни человека: «космический смысл» и «земной смысл». Космический смысл – это некий замысел, находящейся вне или выше личности и предполагающий магическое или духовное упорядочивание всей вселенной [83, с. 474]. Земной смысл – личный смысл, включающий в себя цель, которую человеку необходимо выполнить. Ялом приводит несколько секулярных способов, дающих человеку ощущение жизненной цели или смысла: альтруизм, преданность делу, творчество, гедонизм, самоактуализация [83, С. 482-489].

Основоположники гуманистической психологии А. Маслоу [51], Г. Олпорт [56], К. Роджерс [64] вносят вклад в исследовании самоактуализации, под которой понималась непрерывная реализация потенциальных возможностей, способностей и талантов, более полное познание и принятие своей собственной изначальной природы, неустанное стремление к единству, интеграции, или внутренней синергии личности. Самоактуализация рассматривается как один из способов обретения смысла жизни [24, с. 32] Жизнь людей, достигших большей самоактуализации, рассматривается как более полноценная, творческая, самостоятельная.

Проблема смысла жизни и его поиска представлена и в психоанализе (З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер, Э. Фромм и др.). З. Фрейд рассматривает поиски смысла жизни как формы трансгрессии и сублимации, К.Г. Юнг видит в нем естественную человеческую потребность и связывает его с постановкой культурных и духовных целей. Согласно А. Адлеру смысл жизни обретается на основе решения глобальных жизненных проблем, находит отражение во всех психических и поведенческих проявлениях [30, с. 113].

Проблема смысла жизни человека рассматривалась в трудах С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, Д.А. Леонтьева, Б.С. Братуся, И.А. Васильева, Ф.Е. Василюка в контексте деятельностного подхода, согласно которому развитие личности, её внутреннее богатство зависит от

разнообразия видов деятельности, которым придается личностный смысл [65, с. 378].

Л.С. Выготский раскрывает смысл жизни как «динамическую смысловую систему» (ДСС), под которой понимается единство аффективных и интеллектуальных процессов личности [42, с. 378].

Представитель деятельностного подхода А.Н. Леонтьев в своих работах анализирует структуру человеческой деятельности. Он показывает взаимосвязь между мотивом, целью и смыслом деятельности. Под мотивом он понимает «то, что порождает деятельность». Цель представляет собой превосходящийся в субъективном образе конечный результат действий человека. Смысл создаётся в результате отражения субъектом отношений, существующих между ним и тем, на что его действия направлены как на свой непосредственный результат (цель). Именно отношение мотива к цели порождает смысл, при этом смыслообразующая функция в этом отношении принадлежит мотиву [44, С. 12-14]. Таким образом, смысл рассматривается как связующее звено между сознанием и деятельностью, смысл является субъективным выражением отношения мотива к целям и условиям деятельности.

А.Н. Леонтьев вводит понятие личностный смысл – это «индивидуализированное отражение действительного отношения личности к тем объектам, ради которых разворачивается ее деятельность» [43, с. 192].

Д.А. Леонтьев, опираясь на теоретические положения А.Н. Леонтьева выделяет три аспекта личностного смысла: структурный, генетический и функциональный. Структурный аспект показывает место личностного смысла в структуре деятельности, сознания и личности. Генетический аспект раскрывает как происходило возникновение, формирование и изменение смысла. Функциональный аспект отражает представление о месте и роли смысла в деятельности и среди других психических процессов [45].

Д.А. Леонтьев раскрывает понятие смысл жизни в трех плоскостях. Первая плоскость представляет онтологический аспект смысла. Эта плоскость отражает объективные отношения между субъектом и миром. Объекты и явления действительности, находящиеся на этой плоскости, входят в жизненный мир субъекта, обладают для него ценностью и жизненным смыслом. Жизненный смысл – это характеристика места и роли объектов, явлений действительности и действий субъекта в контексте его жизни.

Вторая плоскость отражает феноменологический аспект смысла – это образ мира в сознании субъекта, одним из компонентов которого является личностный смысл. Личностный смысл выступает как форма познания жизненных смыслов человеком. Смысл жизни трансформируется и эмоционально отражается в личностном смысле.

Третья плоскость показывает психологический субстрат смысла – неосознаваемые механизмы внутренней регуляции жизнедеятельности. В этой плоскости жизненные отношения, несущие смысл, принимают форму смысловых структур личности, образующих целостную систему и обеспечивающих регуляцию жизнедеятельности субъекта в соответствии со специфической смысловой логикой. Как «регуляторный принцип человеческого поведения» смысл жизни включает в себя субъективный образ цели, объективную направленность и эмоциональное переживание включенности и осмысленности [45, с. 38].

Таким образом, смысл жизни предстает как «отношение, связывающее объективные жизненные отношения субъекта, предметное содержание сознания и строение его деятельности» [45, С. 112-113]. Смысл жизни связан ни только с будущим, но и с прошлым и настоящим. По отношению к будущему смысл представлен в постановке цели. В настоящем смысл содержится как чувство полноты и насыщенности жизни, в прошлом – как удовлетворенность прожитым отрезком жизни.

А.Г. Асмолов вводит понятие смысловая установка, которая является ведущим уровнем регуляции деятельности. Смысловая установка представляет собой форму выражения личностного смысла в виде готовности к совершению определённой деятельности. Функцией смысловой установки является регуляция и стабилизация деятельности, выбор целей, которые соответствуют мотиву деятельности [3, с. 134]

Б.С. Братусь в своих работах описывает главные функции смысловых образований как основных конституирующих единиц сознания личности. Первая функция заключается в обнаружении перспектив развития личности за пределами наличной ситуации через создание образа будущего. Вторая функция – это оценивание деятельности человека с точки зрения ее успешности в достижении тех или иных целей и нравственности [19, с. 25].

Б.С. Братусь отмечает, что личность не несет в себе конечный смысл своего существования, смысл всегда обретается в зависимости от складывающихся отношений субъекта, от связей с сущностными характеристиками человеческого бытия. Б.С. Братусь как В.Э. Франкл связывает поиск смысла жизни с процессом трансцендирования. Человек начинает искать смысл жизни, испытывая потребность, обусловленную родовой сущностью. Он одновременно осознает собственную индивидуальность и свою принадлежность к человеческому роду. Его личность становится орудием приобщения к родовой сущности. Реализация родовой сущности осуществляется, посредством выбора смысла, который помогает установить связь с человечеством, отражает общечеловеческие ценности [18, с. 473].

Представитель деятельностного подхода К.А. Абульханова-Славская рассматривает проблему смысла жизни как ценность и переживание этой ценности человеком в процессе его создания, присвоения или осуществления. Смысл жизни включает в себя три аспекта: целевой, эмоциональный, волевой. Целевой аспект определяет стратегию и тактику жизни. Эмоциональный аспект показывает удовлетворенность человеком

своей жизнью, её эмоциональную насыщенность. Волевой аспект является движущей силой активности личности, обеспечивает её готовность к достижению жизненных целей [22, с. 62].

В своих работах К.А. Абульханова-Славская описывает условия для понимания смысла жизни человеком. Важное значение в этом процессе имеет выстраиваемая личностью «единая жизненная линия». При ее построении динамика жизни перестает быть случайным чередованием событий. Человек понимает, что многое зависит от его активности и способности придавать событиям желаемое направление.

В своей работе К.А. Абульханова-Славская разрабатывает концепт «жизненная стратегия». Жизненная стратегия – это способность к самостоятельному построению своей жизни, к осмысленному ее регулированию в соответствии с выработанным кардинальным направлением [22, с. 63-64]. Она выделяет три основных признака жизненной стратегии. Во-первых, это выбор основного способа жизни, определение главных целей, выделение этапов их достижения. Во-вторых, стратегия жизни предполагает разрешение противоречий, возникающих в процессе «претворения мечты в действительность». В-третьих, жизненная стратегия – это творческое созидание ценностей жизни. Близкие идеи выражает В.Н. Дружинин, он описывает индивидуальное бытие человека как «вариант жизни». Выбор варианта жизни зависит от адаптации личности к социальной среде и направления самореализации [42, с. 377].

Таким образом, можно вывести несколько общих положений деятельностного подхода к проблеме смысла жизни. Во-первых, смысл порождается отношениями, которые складываются между субъектом и действительностью. Значимость объектов, явлений и состояний определяется их местом и ролью в жизнедеятельности субъекта. Во-вторых, непосредственным источником смыслообразования являются потребности и мотивы личности, которые выступают в роли связующего звена между личностью и объективной реальностью. В-третьих, смысл характеризует не

только особенности понимания, осознания и концептуализации субъектом действительности, но и выполняет функции регуляции практической деятельности. В-четвертых, смысловые образования образуют единую систему, между частями которой возможны конфликтные отношения, но тем не менее все они «сообщаются» друг с другом через ведущие смысловые структуры, образующие ядро личности. В-пятых, смыслы порождаются и изменяются в процессе деятельности, в которой только и реализуются жизненные отношения субъекта [45].

Отечественный психолог В.Э. Чудновский описывает смысл жизни как значимую цель жизни человека, «присвоенную» им и ставшую для него ценностью чрезвычайно высокого порядка, поскольку она облегчает его жизнедеятельность и является важным условием существования на земле [62, С. 117-137].

В. Э. Чудновский вводит понятие «оптимального смысла жизни», под которым понимается гармоническая структура смысло-жизненных ориентаций, обеспечивающая успешность в различных областях деятельности и эмоциональный комфорт, проявляющийся в переживании полноты жизни [62, с. 134]. Оптимальный смысл жизни – генеральная линия жизни, которая задает высокую планку активной жизнедеятельности и помогает не сломиться под давлением трудностей жизни, максимально использовать собственные резервы, направляя их на преобразование обстоятельств и собственной личности.

Психолог считает, что у смысла жизни есть своя структура, в основе которой лежит иерархия «больших» и «малых» смыслов. Смысл жизни определяется содержанием «главного смысла» и его соотношением с другими «малыми» жизненными смыслами. Изменение иерархии в структуре смысла влечет преобразование содержания смысла жизни [62]. Иерархическая структура смысла жизни представляет собой динамическую систему. Она изменяется под воздействием социальных обстоятельств, индивидуальных и возрастных особенностей человека, его субъективной

активности. Таким образом, под смыслом жизни психолог понимает не просто жизненную цель, ставшую ценностью высшего порядка, а иерархическую структуру больших и малых смыслов [62].

С понятием смысл жизни связано понятие «СЖО». На данный момент времени нет единого определения понятия СЖО, при этом доля исследований СЖО в научной мысли очень мала. Можно выделить два основных значения понятия «СЖО», которые встречаются в научной литературе. Первое значение СЖО совпадает с содержанием понятия «ценностные ориентации». М.С. Яницкий, А.В. Серый, Ю.В. Пелех описывают ценностные ориентации как образования, определяющие жизненные цели человека, выражающие то, что является для субъекта наиболее важным и обладает для него личностным смыслом [84, с. 15]. Таким образом, СЖО, как и ценностные ориентации являются отражением в сознании человека ценностей, признаваемых им в качестве стратегических жизненных целей и общих мировоззренческих ориентиров.

Второе значение понятия предложено Д.А. Леонтьевым. По мысли психолога СЖО являются способом конструирования человеком собственной жизни в соответствии с присущей ему системой ценностей, смыслов и целей. Они выступают как сложные социально-психологические образования, порождаемые значимыми отношениями субъекта с миром [45, с. 285].

СЖО включает в себя цели в жизни (переживание индивидом онтологической значимости жизни); эмоциональную насыщенность жизни и удовлетворенность самореализацией; локус контроля, отражающий уверенность в способности влиять на ход собственной жизни, самостоятельно осуществлять жизненный выбор [66, с. 63]. СЖО создают образ будущего, определяющий настоящую деятельность, служат основой для нравственной оценки поступков и выделения общих принципов деятельности [10, с. 88].

Взгляды близкие пониманию Д.А. Леонтьева высказывает В.Э. Чудновский. Он считает, что СЖО отражают стремление личности к поиску собственного смысла жизни, построению своего жизненного пути. Он определяет СЖО как целостную систему сознательных и избирательных связей, отражающих направленность личности, наличие жизненных целей, осмысленность выборов и оценок, удовлетворенность жизнью (самореализацией) и способность брать за нее ответственность, влияя на ее ход [62].

СЖО человека рассматриваются в психологии как результат осознания личностью своих целей, ценностей (ценностных ориентаций) и смысла жизни. Важно для понимания феномена СЖО раскрыть не только понятия «смысл жизни», но содержание терминов «цель», «ценности».

Под целью подразумевается «осознанное предвосхищение результата действия или деятельности» [61]. Цель представляет собой не только образ будущего результата, но и отражает связь последнего с мотивами деятельности и ценностно-смысловой сферой личности. Только при установлении данной связи образ будущего становится целью, приобретает личностную значимость (смысл) и побудительную силу.

В.Э. Франкла определяет ценности как смысловые универсалии, которые выкристаллизовались в результате обобщения различных ситуаций, с которыми общество или человечеству приходилось сталкиваться в процессе исторического развития. На основе ценностей формируются уникальные смыслы отдельных субъектов [93].

В зависимости от направленности человека на личностное развитие или на сохранение гомеостаза А. Маслоу предлагает подразделять ценности на высшие и низшие. Высшие ценности – это «ценности развития», присущие самоактуализирующимся людям (добро, красота, истина и др.). Низшие ценности — «регрессионные», ориентированные на удовлетворение различных фрустрированных потребностей (безопасность, мир, покой и др.). Таким образом, А. Маслоу определяет ценности с

субъективистско-натуралистической позиции как выражение потребностей человека или законов природы в целом [6, с. 143].

Наиболее распространенный подход к ценностям представлен в концепции М. Рокича. Американский ученый понимает ценности как устойчивые убеждения в том, что определенный способ поведения или конечная цель существования предпочтительнее с личной или социальной точек зрения, чем противоположный или обратный способ поведения, либо конечная цель существования» [7, с. 50]. Общее число ценностей сравнительно невелико, все люди обладают одними и теми же ценностями, которые можно организовывать в системы. Истоки человеческих ценностей прослеживаются практически во всех социальных феноменах.

М. Рокич выделяет два типа ценностей: терминальные и инструментальные. Терминальные ценности – это убеждения в значимости той или иной жизненной цели и необходимости стремления к ней. Инструментальные ценности отражают убеждения в том, что определенный образ действий или свойства личности являются предпочтительными для достижения жизненных целей [38, с. 106].

С.Л. Рубинштейн рассматривает понятие «ценность» в двух аспектах: онтологическом и онтическом. В онтологическом аспекте ценности – это объекты и явления жизненного мира, приобретшие высокую значимость, жизненный смысл для личности. В онтическом аспекте ценности – смысловые структуры внутреннего мира личности, проецируемые в сознание в виде идеалов. В ходе жизни происходит перестройка взаимоотношений субъекта с самим собой, с другими людьми и с миром в целом, изменяется его система ценностей. Главную функцию ценностей С.Л. Рубинштейн видит в регуляции поведения субъекта [65].

Д.А. Леонтьев выделяет три основных представления о ценностях, которые имеют место быть в философии, социологии, психологии: ценности как общественные идеалы, ценности как продукт творчества, ценности как мотивационные структуры личности. Ценности как

общественные идеалы существуют в общественном сознании, выступают в качестве цели. Ценности как продукты творчества являются предметным, материальным воплощением идеалов. Ценности как мотивационные структуры личности представляют собой «модели должного», лежащие в основе жизненных целей человека.

Д.А. Леонтьев отмечает, что общественные идеалы усваиваются в процессе социализации личности. У нее формируются «модели должного», в соответствии с которыми она совершает поступки и создает «предметное воплощение идеалов». Воплощенные в материальные формы идеалы также оказывают влияние на общественные идеалы [70, с. 283]. Таким образом, в гуманитарных науках понятие «ценность» используется в двух значениях. С одной стороны, этим понятием обозначаются объекты и явления действительности, имеющие значения для человека. С другой, ценности – абстрактные идеи, воплощающие в себе общественные идеалы и выступающие эталонами должного.

Таким образом, можно сделать вывод, что СЖО находятся в тесной взаимосвязи с понятиями «цель», «ценности», «смысл жизни». По мнению И.Т. Петрова СЖО связаны с оценочной деятельностью человека. Они образуются в результате «примеривания» предметов и ценностей к нуждам человека, к его будущему, ко всему, что может оцениваться [74, с. 94]. С точки зрения И.Т. Петрова СЖО отражают состояние направленности личности на достижение смысложизненных ценностей [74, с. 94]. Смысложизненные ценности представляют собой совокупность личностных ценностей, реализация которых является одновременно детерминантом и функцией смысла жизни личности. Таким образом, смысложизненные ценности личности предопределены его смыслом жизни.

В научно-исследовательской работе Долговой В.И. и Аркаевой Н.И. СЖО раскрываются с точки зрения системного подхода. СЖО представлены как система, имеющая определённое строение и законы функционирования. Компоненты системы находятся во взаимосвязи друг с

другом, их взаимосвязь определяется структурным построением системы [30]. Исследование в системном подходе предполагает анализ СЖО в четырех аспектах: морфологическом, структурном, функциональном и генетическом:

1. Генетический аспект заключается в исследовании процесса формирования и развития СЖО.

2. Морфологический аспект предполагает выделение составляющих элементов СЖО. Основными компонентами СЖО являются когнитивный, мотивационный, поведенческий, эмоционально-волевой и ценностный.

Когнитивный компонент определяет степень выраженности у субъекта стремления к получению знаний, осмыслению жизни. Мотивационный компонент показывает отношение к профессии, степень осознания личностью ценности и престижности своего труда, желание заниматься определенной деятельностью. Ценностный компонент измеряет, в какой степени человек реализует ценности, присущие самоактуализирующейся личности. Эмоционально-волевой компонент включает умение владеть эмоциональным состоянием, контролировать свои поступки, проявлять выдержку, прилагать волевые усилия для реализации ценностей в разных видах деятельности. Поведенческий компонент показывает, насколько поступки человека согласуются с системой ценностей [57, с. 57].

3. Структурный аспект заключается в выделении элементов, изучении их взаимосвязи внутри системы. Структура формирования СЖО у студентов обеспечивается взаимосвязями между компонентами и их взаимной обусловленностью, что определяет их устойчивость и управляемость как целого в актуальной ситуации.

4. Функциональный аспект включает в себя раскрытие роли СЖО, процесс их развития [30, с. 139].

Таким образом, в рамках системного подхода СЖО представляют собой обобщенную структурно-иерархическую и динамическую систему

представлений, являющуюся базовым элементом внутренней (диспозиционной) структуры личности, сформированную и закрепленную жизненным опытом индивида в ходе социализации и социальной адаптации на фоне индивидуально-типологических особенностей [42, с. 379].

1.2 Особенности смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза

В современный период социально-экономического развития российское общество оказалось в ситуации нестабильности и неопределенности. Особенно восприимчиво к данной ситуации студенчество, которое еще не обладает материальной независимостью и богатым социальным опытом. Ситуация нестабильности и неопределенности оказывает существенное влияние на мировоззрение людей. Наблюдается крушение прежних идеалов и ценностей, которое требует становления новых СЖО, соответствующих социальным условиям и способствующих профессиональному и личностному самоопределению студентов.

Выбор СЖО является наиболее актуальной проблемой для студенчества. Студенчество – это учащиеся высших учебных заведений, представляющие собой социально-демографическую группу с определенным общественным положением, ролью и статусом. Контингент студентов вузов охватывает возраст 17-25 лет, то есть период поздней юности и ранней зрелости. Поскольку в качестве выборки для нашего исследования были выбраны студенты первого курса педагогического вуза, то значимым является раскрытие особенностей юношеского возраста, так как первокурсники относятся к этому возрастному периоду. Возрастные границы юношества условны – от 17-18 до 20-21 г [52, с. 10].

Исследование особенностей юношеского возраста представлены в научных работах Б.Г. Ананьева, Ш. Бюлера, Н. Готтесмана, Л. Колберга И.С.Кона, Л.И. Божовича, К. Шайи, Э. Эриксона и др. В этом возрасте

можно выделить такие особенности личности как осознанное восприятие собственной индивидуальности, развитая рефлексия и открытое «Я». По мнению Б.Г. Ананьева, А.В. Дмитриева, И.С. Кона для юношества характерно усиление сознательных мотивов поведения, укрепление социально значимых качеств личности таких, как целеустремленность, решительность, самостоятельность, умение владеть собой, развитие нравственных и эстетических чувств [1, с. 86]. Согласно Б.Г. Ананьеву, юношеский возраст является сенситивным периодом развития для основных социогенных потребностей человека. В этот период происходит стабилизация характера молодого человека. Он овладевает функциями взрослого человека, повышает свою работоспособность и продуктивность [1, с. 87]. Студент осваивает комплекс социальных ролей взрослого человека (гражданских, профессионально-трудовых и др.), у него формируются морально-этические черты: готовность и потребность к общению, появление интереса к людям, установление товарищеских, дружеских и интимных отношений.

Юношеству свойственна склонность к рефлексии. Человек стремится познать мир и самого себя с горячностью, присущей этому возрасту. В самопознании человек может проявлять упорство и максимализм, которые часто приводят к срыву, отчаянию, депрессии [52, с. 49].

В юношеском возрасте происходит интенсивное развитие самосознания личности. В.С. Мухина считает, что путь самопознания осуществляется «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» [52, с. 49].

В каждом возрастном периоде она выделяет специфические формы самосознания – «ценностные ориентации, образующие систему личностных смыслов». Ценностные ориентации определяют индивидуальное бытие

личности. Они связаны со сферой профессиональной и личностной самореализации и со сферой межличностных отношений [52, с. 36].

В. И. Слободчиков описывает студенчество как ступень индивидуализации, когда человек вступает в деятельностные отношения со всем человечеством, опосредованные системой ценностей и идеалов. Сутью этой ступени развития является индивидуализация общественных ценностей по мерке личностной позиции человека [69, с. 44]. Человек стремится понять свой личный смысл через выяснения того, какая деятельность в наибольшей степени раскроет его индивидуальные способности.

Юношество – это период формирования СЖО, которые возникают не на пустом месте, их «созревание» подготавливается всем ходом предыдущего личностного развития. Развитие личности человека зависит от того, какие именно мотивы, цели, ценности становятся доминирующими. Как отмечает Л.С. Выготский в юношеском возрасте создаются предпосылки для становления смысла жизни, поскольку с одной стороны это «возраст открытия своего «Я» и оформления личности, с другой – возраст формирования системы взглядов на мир [23, с. 327].

Мировоззрение человека, его представления об общих принципах и основах бытия определяют его жизненную философию и способы взаимодействия с реальностью. Понятие мировоззрение включает в себя не только знания, но и систему убеждений, переживаний, которые сопровождаются чувством истинности и правильности. Мировоззрение тесно связано с решением смысложизненных проблем, осознанием своей жизни не как цепочки случайных событий, а как цельного направленного процесса, имеющего преемственность и смысл [34, с. 147].

Фокусом всех мировоззренческих проблем становится проблема смысла жизни, которая может быть выражена через ряд вопросов: «Для чего я живу?», «Правильно ли я живу?», «Зачем мне дана жизнь?», «Как жить?». Поиск ответов на поставленные вопросы позволяют человеку осознать себя

как личность и сформировать собственную внутреннюю позицию по отношению к себе, к миру, другим людям и моральным ценностям. В.С. Мухина считает, что именно в юности человек сознательно ищет свое место среди категорий добра и зла [52, с. 45].

Формирование внутренней позиции – это трудная духовная работа, актуальная для юношества. По мнению И.С. Кона в основе внутренней позиции лежит стремление быть ответственным за себя, за свои личностные качества, за свое мировоззрение и за способность самостоятельно отстаивать свои убеждения [36, с. 75]. При формировании внутренней позиции молодой человек обращается к анализу и сопоставлению общечеловеческих ценностей со своими собственными ценностными ориентациями. Он переосмысливает исторически обусловленные нормативы и ценности, которые определяли его поведение в детстве и отрочестве. Данные ценности и нормативы либо им сознательно разрушаются или принимаются.

По мнению И.С. Кона, Л.И. Божовича, В.С. Мухиной в юношеском возрасте появляется новообразование – установка на создания жизненных планов для осознанного построения жизни. Создание жизненных планов следует рассматривать как проявление поиска смысла жизни [36]. Ш. Бюлер считает, что поиск смысла жизни является врожденным стремлением к самоосуществлению. Полнота самоосуществления напрямую связана с целеполаганием. Если человек способен ставить перед собой адекватные своей сущности жизненные цели, то он получает удовлетворение от жизни, что является необходимым условием сохранения психического здоровья личности. По мнению психолога, основная причина неврозов заключается в отсутствии целей в жизни и направленности личности на самоопределение [37]. Схожую позицию занимает логотерапевт В.Э. Франкл. Потеря жизненных ориентиров и смысла является причиной ноогенного невроза. Ноогенный невроз проявляется как ощущение внутренней пустоты, скуки и апатии, он часто приводит к поведению, направленному на

саморазрушение. Наличие в жизни человека позитивного смысла или цели является ключом к счастливой жизни [79, с. 296]. К. Обуховский считает, что направленность жизни человека на реализацию смысла жизни является залогом благополучного перехода с одной фазы возрастного развития на другую. Главными факторами развития личности являются её «постоянная и активная устремлённость в будущее, эмоционально окрашенная направленность на решение отдалённой общественно-значимой задачи, выступающей смыслом жизни человека» [31, с. 107].

Считает, что стремление найти смысл жизни, умение определить цели и найти свое место в жизни является важным показателем личной зрелости в юношеском возрасте. Однако данного уровня развития достигает небольшой процент юношей и девушек [96]. Многие исследователи отмечают, что студенты испытывают трудности в определении смысла жизни. Е.Е. Сапогова видит причину трудностей в том, что студенты в решении данной проблемы преследуют глобальные цели. Они дают универсальную формулировку смысла жизни при отсутствии понимания плана действия для реализации своей цели [70, с. 278]. В.Э. Чудновский считает, что в юношеском возрасте человеку сложно определить главную линию жизни из-за ограниченного жизненного опыта и знаний. Как пишет автор, обучение в вузе мало готовит молодого человека к ответственному выбору своего жизненного пути [62, с. 136].

По мнению А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина, в студенчестве ведущим типом деятельности становится учебно-профессиональная деятельность, возникает потребность в профессиональном самоопределении. Причем речь идет не столько о сознательном самоопределении, сколько о действенном самоопределении. Сознательное самоопределение присутствует и у подростка, выбирающего образ жизни. Самоопределение в юношеском возрасте отличается тем, что человек начинает действовать, реализуя жизненные планы, осваивает выбранную профессию [34, с. 36]. Э.С. Берберян также утверждает, что ценностные и смысложизненные

ориентации у юношества связаны в большей степени с будущей профессиональной деятельностью. Юношество осуществляет выбор профессии, исходя из своих убеждений и ценностей [11, с. 154].

Выбор жизненного пути и будущей профессии является важной проблемой для студентов, поэтому можно сказать, что в юношеском возрасте повышается уровень ответственности. Молодой человек начинает реализовывать свои планы, намеченных еще в 16-17 лет, которые могут приносить удовлетворение или приводить к осознанию ошибочности сделанного выбора, разочарованиям и метаниям. Каждая ошибка в выборе жизненных целей может обернуться существенными последствиями. Эту особенность возрастного периода описывает отечественный социолог В.И. Шубкин, называя студенчество судьбоносным периодом жизни, в котором цена ошибки не двойка, а порой бесполезно прожитые годы [76, с. 126].

Согласно И.Ю. Устьянцевой несмотря на то, что в юношеском возрасте в значительной мере свойственны рефлексия и самоанализ, студентам сложно строить планы на будущее и совмещать ближнюю и дальнюю перспективы жизни. Студентов захватывают дальние перспективы и глобальные цели, которые образуются как результат расширения временной перспективы [77, с. 45]. Студенчество обращено в будущее, жизненные планы и перспективы составляют «аффективный центр» жизни студента. Следует отметить, что при определении жизненных целей и перспектив студенчество испытывают большие субъективные проблемы [60, с. 45]. Не случайно Э. Эрикссон, анализируя закономерности развития в юношеском возрасте, приходит к выводу, что у студентов часто встречается расстройство временной перспективы, которое связано с кризисом идентичности [82, С. 126-127]. Отсутствие разрешения проблемы самоопределения приводит формированию неадекватной идентичности, развитие которой может идти по четырем основным линиям: 1) избегание тесных межличностных отношений; 2) размывание чувства времени,

неспособность строить жизненные планы, страх взросления и перемен; 3) размывание творческих способностей, неумение мобилизовать свои внутренние ресурсы и сосредоточиться на главной деятельности; 4) формирование «негативной идентичности», отказ от самоопределения и выбор отрицательных образов для подражания [82, С. 127-128].

Временная перспектива будущего включает в себя надежды, опасения, планы, стремления, притязания, связанные с отдаленным будущим. Она формируется стихийно, посредством интериоризации ценностных установок родителей и общекультурных паттернов, развития мотивационной сферы личности. Временная перспектива будущего формируется на протяжении детства и становится побудительной силой, которая оказывает мощное влияние на последующее развитие личности человека [26, с. 88].

Исследователи выделяют ряд особенностей СЖО в студенческом возрасте: активная устремленность в будущее; эмоционально окрашенная направленность на решение смысла жизни; переоценка ценностей; маргинальность; интерес к моральным проблемам, гуманистическим ценностям; диссонанс между СЖО и направленностью их профессиональной подготовки. Таким образом, можно констатировать, что студенчество – период активного поиска смысла жизни. Смысл жизни создается на основе жизненной цели, которая связана с отдалённым будущим [30].

В студенчестве СЖО приобретают перспективную стратегическую направленность, самодостаточность и сверхценность. СЖО определяют поведение человека. Они освобождают поступки человека от сиюминутных, импульсивных побуждений и способствуют осуществлению осознанного свободного выбора.

На формирование СЖО влияют индивидуально-личностные и социально обусловленные факторы. Одной из важных сред, обуславливающих направленность СЖО, является образовательное

пространство. Преподавателю в учебном процессе необходимо уделять большое внимание не только подготовки студентов к профессиональной деятельности, но и формированию качеств личности, которые помогут человеку в осознании СЖО, самоопределении и самореализации. Недостаточная осознанность СЖО у студентов педагогических вузов приводит к тому, что процесс профессионализации осуществляется у них целенаправленно, а личностное развитие происходит спонтанно. Только при осознании своих СЖО будущий педагог сможет эффективно осуществлять свою дальнейшую профессиональную деятельность, поэтому формирование духовно-нравственного мира личности, способной к сознательному житнетворчеству и нравственным поступкам, самостоятельному целеполаганию, приобретает особое значение в подготовке студента педагогического вуза.

От педагога для осуществления эффективного обучения и воспитания требуются не только глубокие знания в области педагогики, но готовность к взаимодействию с разными людьми. Профессионально-личностные качества педагога основываются на совокупности его ценностно-смысловых ориентаций, и на первый план здесь выходят ценности духовные: толерантность, человеколюбие, способность к сопереживанию и сочувствию, желание помогать людям. Эти качества создают гуманистическую направленность личности педагога, которая воспринимает любого человека как высшую ценность на земле и строит взаимоотношения с людьми на основе субъектности, сотрудничества, любви и уважения [2, с. 169-173]. В системе жизненных смыслов состоявшегося педагога должны преобладать альтруистические смыслы.

Обращаясь к проблеме формирования СЖО студентов педагогического вуза, необходимо учитывать кризисы профессионального становления и их психологические особенности. В начале обучения студенты переживают кризис профессионального выбора. Он проявляется в недовольстве учебными дисциплинами, сомнениями в правильности

сделанного выбора будущей профессии. Ю.П. Зинченко, Е.М. Дорожкин, Э.Ф. Зеер отмечают, что кризис профессионального становления наиболее отчетливо проявляется в первый и последний годы профессионального обучения. Данный кризис имеет характерные черты: у студентов снижается академическая успеваемость и познавательный интерес к процессу обучения, наблюдается потеря профессиональной перспективы и дезинтеграция профессиональных ориентаций и установок [33, с. 25].

Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк, Н.В. Сыманюк, А.Д. Сущенко, А.А. Степанова считают, что кризисы профессионального становления приводят к переориентации на новые цели, развитию социально-профессиональной позиции, подготавливают смену способов выполнения деятельности, ведут к изменению взаимоотношений с окружающими людьми, в отдельных случаях – смене профессии [32, с. 146].

Поскольку кризисы профессионального становления субъекта неизбежны, то необходимо укреплять морально-волевую основу самоопределения [4, с. 15]. Однако, следует понимать, что укрепление воли недостаточно для профессионального самоопределения. Волевые усилия имеют смысл только при осознанном выборе жизненной цели. В.Э. Чудновский отмечает, что значительное число студентов педвузов не планируют работать по специальности после окончания учебы. Присутствует диссонанс между СЖО студентов и направленностью их профессиональной подготовки [62, с. 553]. При работе с такими студентами педагог прежде всего должен помочь в прояснении собственной системы ценностей, осознании жизненных смыслов и ориентиров.

Таким образом, студенчество – один из самых сложных и наиболее ответственных периодов жизни развития личности. В этот период происходит осознание СЖО, в результате которого деятельность субъекта приобретает перспективную стратегическую направленность. В юношеском возрасте создаются предпосылки для становления высшей системы регуляции, характерной для зрелой самостоятельной личности. Поскольку

СЖО студентов формируются в условиях личностного и профессионального самоопределения, они развиваются на основе становления главного мотива (жизненной цели), выявления и формулирования основной задачи, связанной с получением профессии. СЖО студентов характеризуются активной устремленностью в будущее; эмоционально окрашенной направленностью на решение проблемы смысла жизни; склонностью к переоценке ценностей; интересом к моральным проблемам и гуманистическим ценностям, наличием противоречий между жизненными смыслами и направленностью профессиональной подготовки.

1.3 Модель формирования смысло-жизненных ориентаций у студентов педагогического вуза

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 [68, с. 496]. Метод формирования – способ воздействия на сферы личности для формирования взглядов, понятий, установок, суждений, оценок. Формирование СЖО представляет собой последовательный и организованный процесс, который носит закономерный, целенаправленный, управляемый характер. Для достижения цели формирования СЖО студентов педагогического вуза необходимо выяснить из чего она состоит. Состав цели определяется ее делением на задачи нижестоящего уровня. По мнению В.И. Долговой, такая декомпозиция называется «Деревом целей».

Дерево целей представляет собой иерархическое визуальное представление достижения целей; принцип, при котором главная цель достигается за счет совокупности второстепенных и дополнительных целей. [29, с. 42].

На рисунке 1 представлено графическое изображение дерева-целей, которое раскрывает как будет осуществляться исследование СЖО студентов педагогического вуза.

Генеральной целью модели является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза.

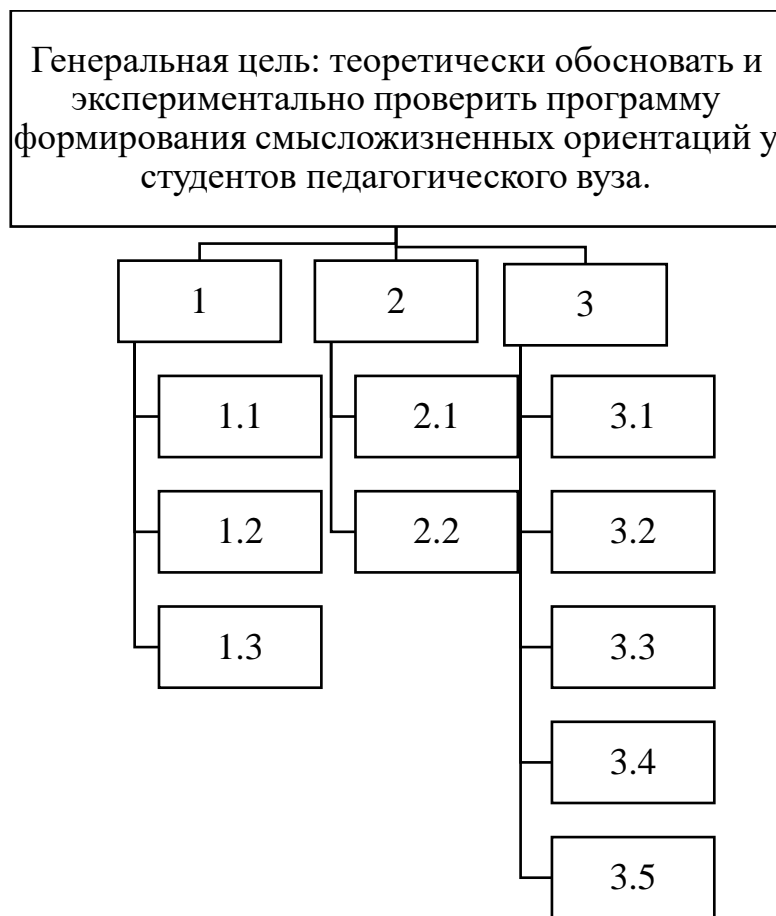


Рисунок 1 – Дерево целей исследования формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза

Генеральная цель подразделяется на следующие задачи, нижестоящего уровня:

1. Изучить теоретические предпосылки исследования СЖО студентов педагогического вуза.

1.1 Изучить проблему исследования СЖО в психолого-педагогической литературе.

1.2 Выявить особенности СЖО у студентов педагогического вуза.

1.3 Составить дерево-целей и модель формирования СЖО студентов педагогического вуза.

2. Организовать опытно-экспериментальную работу по исследованию СЖО студентов педагогического вуза.

2.1 Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2 Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Провести опытно-экспериментальную работу по формированию СЖО студентов педагогического вуза.

3.1 Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования СЖО у студентов педагогического вуза.

3.2 Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

3.3 Составить технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

3.4. Составить рекомендации по формированию СЖО у студентов педагогического вуза.

3.5 Составить заключение на основе результатов исследования.

Изучая проблему формирования СЖО студентов, обратимся к научно-исследовательскому методу – моделированию.

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.

Под моделью понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некоторые существенные свойства системы – оригинала. Создание моделей системы – моделирование, благодаря ему происходит исследование психических процессов и состояний при помощи их реальных (физических) или идеальных, прежде всего математических моделей.

Моделирование – метод научного познания, основанный на замене изучаемого предмета, явления на его аналог (модель), содержащий существенные черты характеристики оригинала, искусственное создание объектов, которые по своим определенным (модальным, основным, искомым) характеристикам сходны с реальными исследуемыми объектами [28]. С точки зрения В.А. Ясвина, 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) [85, с. 83]. Моделируемыми объектами в психологии в самом общем плане выступают психические явления, личность, деятельность, общение, поведение [41].

На основе метода целеполагания – дерева целей, была построена модель формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза, которая представлена схематично на рисунке 2.

Предложенная модель относится к структурно-функциональным моделям, поскольку представляет собой структурированное представление процесса формирования СЖО у студентов педагогического вуза.

Теоретико-методологической основой построения модели формирования СЖО является сочетание экзистенциального, гуманистического, системного, деятельностного подходов, обеспечивающее возможность всестороннего изучения проблемы. Представленная модель позволяет спрогнозировать результат формирующего эксперимента, направленного на формирование СЖО.

Генеральной целью модели является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза. Реализация заявленной генеральной цели модели формирования СЖО предполагает проведение следующих блоков мероприятий: теоретического, диагностического, формирующего, аналитического, результативного.

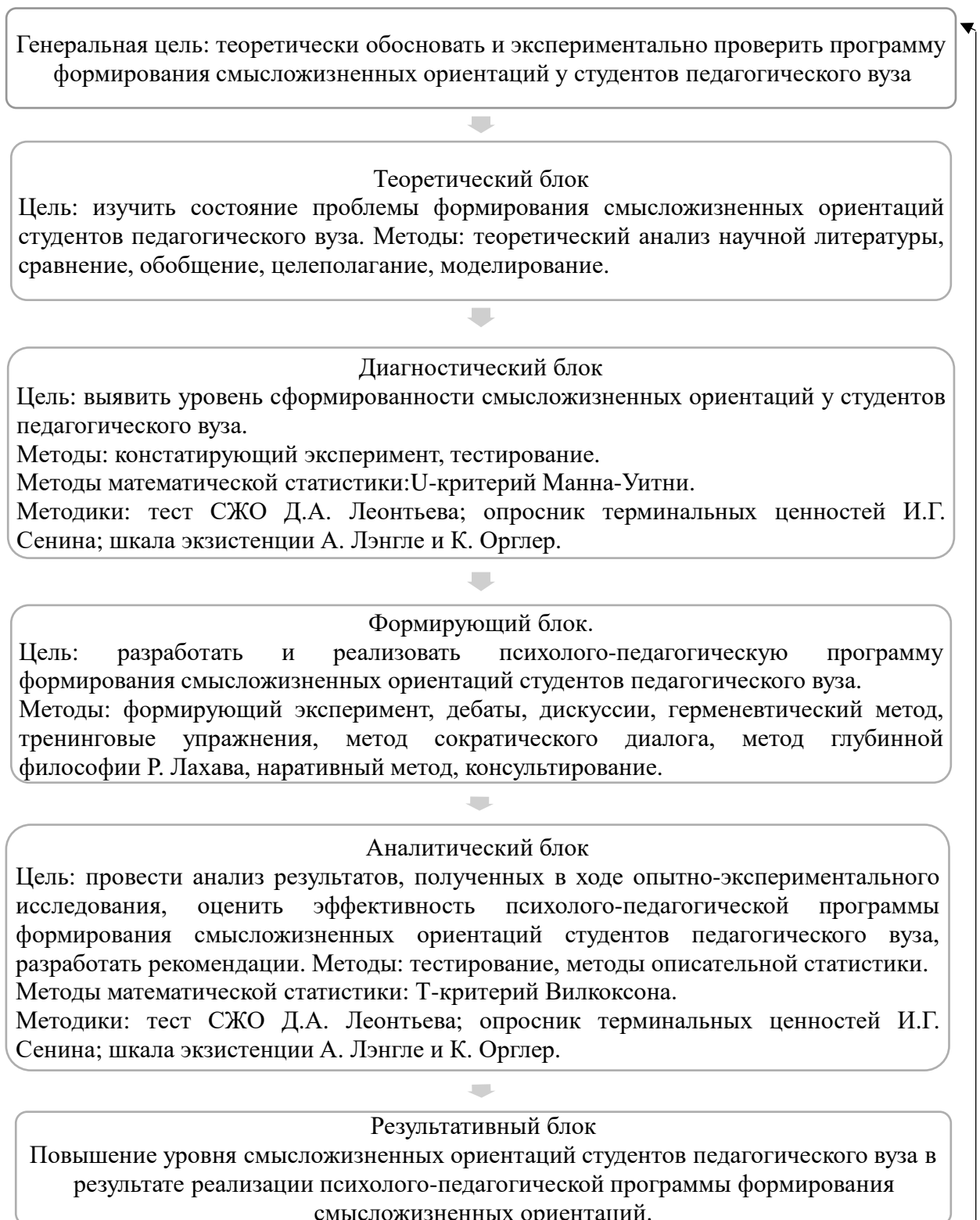


Рисунок 2 – Модель исследования формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза

Теоретический блок модели посвящен исследованию проблемы формирования СЖО у студентов педагогического вуза. Главной целью является изучение состояния проблемы формирования СЖО студентов педагогического вуза. В этом блоке будет проведена конкретизация понятий (СЖО, смысл жизни, ценности, экзистенциальная исполненность), будут рассмотрены структурные компоненты СЖО личности (когнитивный, эмоционально-волевой, ценностный, поведенческий), выявлены особенности формирования СЖО в юношеском возрасте, изучены психолого-педагогические условия, способствующие формированию СЖО.

В данном блоке применяются теоретические методы: теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования, сравнение, обобщение, целеполагание и моделирование.

Диагностический блок. Основной целью этого блока является проведение первичной диагностики уровня сформированности смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза. В диагностическом блоке используются методы: констатирующий эксперимент и тестирование. Измерение показателей СЖО производится с помощью психодиагностических методик: тест СЖО Д.А. Леонтьева, опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина, шкала экзистенции А. Лэнгле и К. Орглер. Полученные результаты обрабатываются посредством методов математической статистики: U-критерий Манна-Уитни.

Формирующий блок. Целью этого блока является разработка и реализация программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза. Блок включает в себя создание психолого-педагогических условий для формирования СЖО, теоретическую подготовку студентов к развитию СЖО, практическую деятельность студентов по формированию СЖО.

Работа по формированию СЖО студентов педагогического вуза осуществляется с опорой на следующие принципы:

- принцип учета психологических особенностей студентов;

- принцип деятельности, суть которого заключается в том, что СЖО следует формировать в процессе осуществления различных видов деятельности;
- принцип обратной связи, предполагающий рефлекссию студентов относительно полученных результатов работы;
- принцип системности, который заключается в рассмотрении компонентов СЖО в их взаимосвязи.

В формирующем блоке используются следующие методы: формирующий эксперимент, философские дебаты и дискуссии, герменевтический методы, тренинговые упражнения, метод сократического диалога, метод глубинной философии Р. Лахава, нарративный метод, психологическое консультирование.

Целью аналитического блока является проведение анализа результатов, полученных в ходе опытно-экспериментального исследования, оценивание эффективности психолого-педагогической программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза. В аналитическом блоке используются методы: тестирование, методы описательной статистики. В качестве метода математической статистики используется Т-критерий Вилкоксона для выявления статистически значимых различий между СЖО до и после реализации психолого-педагогической программы.

В данном блоке используются следующие психодиагностические методики: тест СЖО Д.А. Леонтьева, опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина, шкала экзистенции А. Лэнгле и К. Орглер.

Планируемый итог исследования представлен в результативном блоке. Он заключается в повышении уровня СЖО студентов педагогического вуза в результате реализации психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.

Таким образом, нам удалось построить модель формирования СЖО студентов педагогического вуза, обосновать ее цель и задачи, предположить

полученные результаты. Использование данной модели способствует постепенному формированию смысложизненных ориентаций, внутренней готовности студента к осознанному и самостоятельному построению и реализации перспектив своего развития (профессионального, жизненного и личностного), обретению лично значимых смыслов в профессиональной деятельности.

Выводы по главе 1

В научной литературе существует широкий спектр подходов к пониманию феномена «смысложизненные ориентации» (экзистенциальный, деятельностный, системный подходы). В определении содержания понятия «смысложизненные ориентации» мы будем придерживаться взглядов Д.А. Леонтьева и В.Э. Чудновского. Смысложизненные ориентации – это способ конструирования человеком собственной жизни в соответствии с присущей ему системой ценностей, смыслов и целей [45, с. 288]. Они отражают направленность личности, наличие жизненных целей, осмысленность выборов и оценок, удовлетворенность жизнью (самореализацией) и способность брать за нее ответственность, влияя на ее ход. Формирование СЖО возможно только как результат осознания личностью своих целей, ценностей (ценностных ориентаций) и смысла жизни. Понять их суть невозможно без прояснения того, что входит в их содержание: «цель», «смысл жизни», «ценности». Цель понимается как осознанное предвосхищение результата действия или деятельности. Под смыслом жизни (жизненным смыслом) мы вслед за В.Э. Чудновским будем рассматривать значимую цель жизни человека, «присвоенную» им и ставшую для него ценностью чрезвычайно высокого порядка, поскольку она облегчает его жизнедеятельность и является важным условием существования на земле [62]. Жизненный смысл отражает характеристику места и роли объектов, явлений действительности и действий субъекта в контексте его жизни.

СЖО создаются на основе ценностей, поэтому ценности будут рассматриваться в качестве смысловых универсалий, которые выкристаллизовались в результате обобщения различных ситуаций, с которыми общество или человечеству приходилось сталкиваться в процессе исторического развития [79, с. 296]. Опираясь на взгляды Д.А. Леонтьева мы выделяем три основных представления о ценностях: ценности как общественные идеалы, ценности как продукт творчества, ценности как мотивационные структуры личности, которые представляют собой «модели должного» [45].

В результате теоретического анализа литературы были выделены структурные компоненты СЖО: когнитивный, мотивационный, эмоционально-волевой, ценностный и поведенческий, которые будут учитываться при создании психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций.

Большое значение проблема поиска СЖО имеет в юношеском возрасте. В юности создаются предпосылки для становления смысла жизни. Ведущим типом деятельности становится учебно-профессиональная деятельность, появляется новообразование – установка на создание жизненных планов для осознанного построения жизни. Однако в юношеском возрасте человеку сложно определить главную линию жизни, строить планы на будущее и совмещать ближнюю и дальнюю перспективы бытия из-за ограниченного жизненного опыта, недостатка знаний.

Образовательная среда должна осуществлять помощь студентам в самоопределении. Преподавателю в учебном процессе необходимо уделять большое внимание подготовке студентов к профессиональной деятельности и формированию качеств самоактуализирующейся личности, которые позволят определить СЖО. Для реализации данной цели была создана модель формирования СЖО у студентов педагогического вуза, содержащая четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий,

аналитический и результативный. В каждом блоке раскрыты цели, методы, методики и планируемые результаты работы.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

2.1 Этапы, методы и методики исследования

В экспериментальном исследовании были выделены следующие этапы: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

На первом, поисково-подготовительном этапе проведено теоретическое изучение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования формирования СЖО студентов, определены цель, объект, предмет, задачи, методы и гипотеза исследования; подобраны методики проведения констатирующего эксперимента, выбран психодиагностический инструментарий.

Для определения диагностик исследования ранее в курсовой работе был проведен факторный анализ, показывающий взаимосвязи структурных компонентов СЖО (когнитивного, мотивационного, эмоционально-волевого, ценностного и поведенческого компонентов). Проведенный факторный анализ представлен в таблице 2.9, приложения 2. Факторный анализ с последующим варимакс вращением позволил выделить семь факторов с общей информативностью 66,8%. Фактор 1 (доля общей дисперсии, далее ДОД=32,7%) имеет самую большую факторную нагрузку. Данный фактор был назван «Терминальные ценности и жизненные сферы». Фактор 2 (ДОД=11,5%) получил название «Осмысленность и качество жизни». Фактор 3 (ДОД=7,39%) был назван «Самоактуализация». Фактор 4 (ДОД= 4,5 %) получил название «Сензитивность», фактор 5 (ДОД= 4,18 %) – «Жизненные смыслы: коммуникация, семья, самореализация, познание. Фактор 6 (ДОД=3,59%) был назван «Жизненные смыслы: экзистенциальные, гедонистические, статусные смыслы». Фактор 7 был назван «Альтруистические смыслы» (ДОД=2,900%).

Поскольку наибольшая нагрузка пришлась на факторы 1 и 2, куда вошли показатели трех методик («СЖО», «Терминальные ценности», «Шкала экзистенции»), то было принято решение заложить их в основу нашего исследования.

На опытно-экспериментальном этапе проведен констатирующий эксперимент, который был направлен на выявление уровней сформированности СЖО, терминальных ценностей, экзистенциальной исполненности студентов педагогического вуза. На этом этапе была разработана модель и психолого-педагогическая программа формирования СЖО у студентов педагогического вуза, проведен формирующий эксперимент, была апробирована психолого-педагогическая программа формирования СЖО у студентов педагогического вуза.

На контрольно-обобщающем этапе проведена первичная обработка, систематизация и обобщение полученных эмпирических данных, сформулирован вывод о подтверждении гипотезы на основе процедур количественного и качественного анализа с использованием методов математико-статистического анализа, проведена научная интерпретация полученных результатов, разработаны практические рекомендации по формированию СЖО, сформулированы выводы, согласованные с целью и задачами исследования.

Специфика анализа проблемы исследования СЖО студентов осуществлялась с помощью комплекса методов:

- 1) теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования, сравнение, обобщение научных данных, целеполагание, моделирование;

- 2) эмпирический метод: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование;

- 3) методы обработки данных математико-статистического анализа: U-критерий Манна-Уитни, T-критерий Вилкоксона;

4) психодиагностические методики: тест СЖО Д.А. Леонтьева, опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина, шкала экзистенции А. Лэнгле и К. Орглера.

Представим характеристику использованных методов и методик исследования.

Анализ – операция мысленного или реального расчленения целого на составные части, выполняемая в процессе познания или практической деятельности человека [41, с. 35]. Анализ литературы включает в себя работу по составлению библиографического списка источников по теме исследования, отбор теоретических положений, заложенных в основу исследования.

Сравнение – метод научного изучения, посредством которого устанавливаются сходство и различие предметов и явлений действительности.

Обобщение – метод, состоящий в выделении и фиксации относительно устойчивых, инвариантных свойств предметов и их отношений [41, с. 36].

Целеполагание – метод разработки, реализации, оценки и корректировки плана исследования [41, с. 36].

Моделирование – это метод теоретического познания, состоящий в исследовании каких-либо явлений, процессов или систем путем построения и изучения их моделей [41, с. 36].

Констатирующий эксперимент – это один из основных типов экспериментов, целью которого является изменение одной или нескольких независимых переменных и определение их влияния на зависимые переменные [41, с. 37].

Формирующий эксперимент – это эксперимент, который предполагает активное, целенаправленное воздействие исследователя на испытуемых для того, чтобы выработать определенные свойства или качества [41, с. 37].

Тест – стандартизированная психодиагностическая методика, представляющая собой систему специальных заданий, состоящих из обычно кратких и ограниченных во времени испытаний, предназначенных для объективного измерения одного или нескольких аспектов целостной личности, установления количественных и качественных индивидуально-психологических различий между людьми [41, с. 38].

Математико-статистический анализ был осуществлен с помощью U-критерия Манна-Уитни и T-критерия Вилкоксона.

U-критерий Манна-Уитни – это статистический непараметрический критерий, который используется для сравнения 2-х независимых выборок по уровню какого-либо количественно измеренного признака.

T-критерия Вилкоксона критерий применяется психологами для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить направленность и выраженность изменений [41, с. 38].

Охарактеризуем выбранные методики, направленные на выявление СЖО студентов. Полное описание диагностических методик представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

Тест «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева (адаптированная версия теста «Цель в жизни» Дж. Крамбо и Л. Махолика) направлен на вычисление общего показателя осмысленности жизни. Тест СЖО содержит 20 пар противоположных утверждений, из них нужно выбрать одно, которое больше соответствует действительности, отметив одну из цифр 1, 2, 3 в зависимости от того, насколько уверены в выборе (или 0 – если оба утверждения одинаково верны). Тест включает общий показатель осмысленности жизни и 5 субшкал: цели в жизни (характеризуют наличие или отсутствие целей в будущем), процесс жизни (показывает восприятие испытуемого процесса жизни по эмоционально насыщенности и наполненности смыслом), результативность жизни (отражает удовлетворенность самореализацией), локус контроля – Я

(отражает способность строить жизнь в соответствии со своими целями и представлениями) и локус контроля – жизнь (показывает способность контролировать события собственной жизни). Для проведения исследования используется брошюра с текстом опросника, стандартный бланк для ответов, позволяющий применять ключи для обработки. При обработке результатов используется специальный «ключ», с помощью которого получают сырые баллы. По каждой шкале баллы суммируются [46].

Важнейшей характеристикой личности педагога является её «гуманистический потенциал». Гуманистический потенциал личности определяется через систему ценностей и жизненных смыслов личности. Ценности и система жизненных смыслов оказывают существенное влияние на эффективность профессиональной деятельности, отражает отношение личности к тем объектам, ради которых разворачивается его деятельность.

Ценности и жизненные смыслы мы рассматриваем как важные составляющие СЖО. Данное положение опирается на исследование В.И. Долговой, Н.С. Аркаевой «Смысложизненные ориентации: формирование и развитие» [30].

Опросник «Терминальные ценности» И.Г. Сенина предназначен для диагностики жизненных целей (терминальных ценностей) человека, выявление значимости различных сфер жизнедеятельности. Опросник состоит из 80 утверждений, которые нужно оценить по 5-балльной шкале (1 – утверждение не имеет значение; 2 – имеет небольшое значение; 3 – имеет определенной значение; 4 – важно; 5 – очень важно). Перечень терминальных ценностей, диагностируемых в данном опроснике, включает в себя 8 наименований: собственный престиж, высокое материальное положение, креативность, активные социальные контакты, развитие себя, достижения, сохранение собственной индивидуальности. Вторым диагностическим конструктом опросника выступает значимость для индивида той или иной жизненной сферы как источника реализации той или

иной терминальной ценности (сфера профессиональной жизни, сфера обучения и образования, сфера семейной жизни, сфера общественной жизни, сфера увлечений). Для проведения исследования используется брошюра с текстом опросника, стандартный бланк для ответов. При обработке результатов используется специальный «ключ», с помощью которого получают сырые баллы. По каждой шкале баллы суммируются [72].

Методика «Шкала экзистенции» А. Лэнгле и К. Орглер представляет собой личностный опросник, предназначенный для измерения экзистенциальной исполненности (качества жизни личности, связанного с ощущением наполненности жизни смыслом). Методика содержит 46 утверждений, которые нужно оценить по 6-балльной шкале (1 – верно; 2 – верно с ограничениями; 3 – скорее верно; 4 – скорее не верно; 5 – не верно с ограничениями; 6 – не верно). В опроснике используется 6 шкал: «Самодистанцирование» (определяет способность личности занять дистанцию по отношению к самому себе), «Самотрансценденция» (измеряет способность ощущать ценности), «Свобода» (измеряет способность решаться), «Ответственность» (измеряет способность доводить до конца решения, принятые на основании личных ценностей), «Персональность» (измеряет насколько человек открыто воспринимает мир и себя самого), «Экзистенциальность» (измеряет способность ориентироваться в этом мире, приходить к решениям и ответственно воплощать их в жизнь), «Общий показатель» (измеряет уровень наполненности смыслом экзистенция). Для проведения исследования используется брошюра с текстом опросника, стандартный бланк для ответов, позволяющий применять ключи для обработки. При обработке результатов используется специальный «ключ», с помощью которого получают сырые баллы. Затем суммируется общий балл экзистенциальной исполненности и показатели для каждой из 4 субшкал («Самодистанцирование», «Самотрансценденция», «Свобода» и

«Ответственность»), а также показатели параметров «Персональность» (сумма «Самодистанцирование» и «Самотрансценденция») и «Экзистенция» (сумма «Свобода» и «Ответственность») [40]. Выбор методики обусловлен тем, что она выявляет осмысленность жизни, которая является значимым компонентом СЖО. Кроме того, результаты шкал «Самодистанцирование», «Самотрансценденция», «Свобода» и «Ответственность» дают понимание какие психологические техники и упражнения можно использовать при построение психолого-педагогической программы (например, низкий уровень самодистанцирования говорит о несформированности навыка рефлексии, который необходим для понимания себя и смысла существования).

В работе В.В. Барцалкиной, Л.В. Волковой, И.Ю. Кулагиной «Особенности ценностно-смысловой сферы при переживании трудной жизненной ситуации в зрелости» экзистенциальная исполненность рассматривается как составляющая СЖО [8].

Таким образом, нами определены основные этапы исследования: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. Были описаны используемые теоретические и эмпирические методы такие, как анализ научной литературы по проблеме исследования, сравнение, обобщение научных данных, целеполагание, моделирование, контрольный эксперимент, тестирование. Были подобраны психодиагностические методики, позволяющие определить уровень сформированности СЖО студентов педагогического вуза: тест СЖО Д.А. Леонтьева, опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина, шкала экзистенции А. Лэнгле и К. Орглера. Приведены обоснования их использования. Описаны методы статистической обработки (U-критерий Манна-Уитни, T-критерий Вилкоксона).

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования констатирующего эксперимента

Базу экспериментального исследования составили ответы студентов факультета подготовки учителей начальных классов (ФПУНК) и естественно-технологического факультета (ЕТФ) ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет». В констатирующем эксперименте приняли участие студенты I курса дневного отделения. Выборка включала 100 человек: 50 студентов ФПУНК (3 академических группы) и 50 студентов ЕТФ (3 академической группы). Большую часть студентов составили девушки. Исследование гендерных особенностей формирования СЖО в задачи экспериментального исследования не входило. Возраст студентов дневной формы обучения находился в пределах 17-20 лет.

Выбор студентов первого курса в качестве испытуемых был обусловлен актуальностью проблемы смысла жизни для юношеского возраста. Студенты находятся на начальном этапе профессионального самоопределения. У них еще не сформировано устойчивое отношение к будущей профессии. Часть студентов переживают кризис профессионального становления, испытывают разочарование в сделанном выборе. Для многих студентов поступление в университет было обусловлено социальной необходимостью, желанием получить любое высшее образование. СЖО у таких студентов не связаны с профессиональной деятельностью.

Студенты ЕТФ несколько отличаются от студентов ФПУНК. Они менее направлены на учебу, лишь небольшое количество студентов собираются работать по специальности. Студенты ФПУНК более ориентированы на учебу, они проявляют творческую активность, заметно их стремление к получению знаний.

Социально-психологический климат академических групп в целом благоприятный, студенты активно взаимодействуют друг с другом. На двух факультетах отношения между педагогами и студентами строятся на сотрудничестве и взаимном уважении.

На втором этапе научного исследования нами был проведен констатирующий эксперимент с целью выявления исходного уровня сформированное СЖО у студентов первого курса двух факультетов. Диагностика проводилась по опроснику «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева. Результаты отражены на рисунке 3 и таблицах 2.1, 2.2 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2).

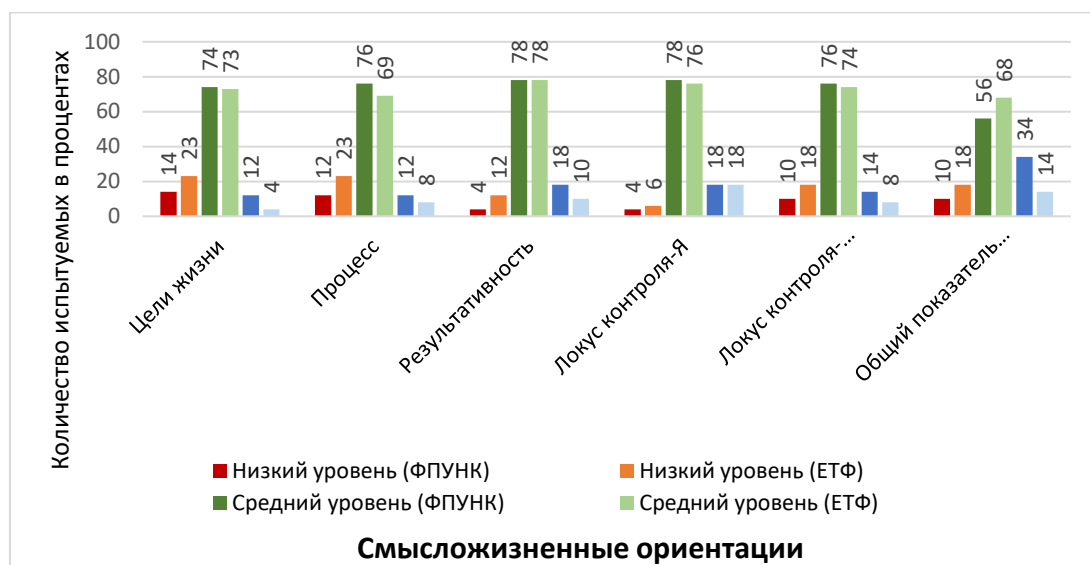


Рисунок 3 – Результаты исследования смысложизненных ориентаций студентов ФПУНК и ЕТФ по методике «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева

Анализ результатов исследования уровня сформированности СЖО показал, что высокий уровень по шкале «Цели в жизни» имеют 12 % студентов первого курса ФПУНК и 4 % студентов первого курса ЕТФ. Высокие баллы по данной шкале свидетельствуют о целеустремленности и уверенности в своем будущем. Большинство студентов ФПУНК – 74 % и ЕТФ – 73 % имеют средний уровень по шкале «Цели в жизни». Средний уровень характерен для людей, которые имеют цели и занимают в жизни осмысленную позицию. Однако значительный процент испытуемых

ФПУНК – 14 % и ЕТФ – 23 % имеют низкие показатели по шкале «Цели жизни». У испытуемых с такими показателями слабо выражено стремление к определению смысла жизни, они живут сегодняшним или вчерашним днем, имеют низкую целеустремленность.

По показателю «Процесс жизни» у 12 % испытуемых ФПУНК и у 8 % студентов ЕТФ выявлен высокий уровень. Жизнь испытуемых в настоящем наполнена положительными эмоциями, приносит удовлетворение, вызывает интерес. Средний уровень имеют 76 % студентов ФПУНК и 69 % испытуемых ЕТФ. Значительный процент студентов ФПУНК – 12 % и ЕТФ – 23 % набрали низкие значения по данной шкале, что говорит об их неудовлетворенности жизнью в настоящем.

По показателю «Результативность жизни» (удовлетворенность самореализацией) у 18 % испытуемых ФПУНК и 10 % студентов ЕТФ выявлен высокий уровень удовлетворенности самореализацией. Можно предположить, что эти студенты воспринимают прошедшую часть своей жизни, как продуктивную и осмысленную. Средний уровень имеют 78 % студентов ФПУНК и ЕТФ. Низкий уровень характерен для 4 % испытуемых ФПУНК, 12 % – студентов ЕТФ. Низкие баллы по этой шкале свидетельствуют о неудовлетворенности прожитой жизнью.

По показателю «Локус контроля – Я» высокий уровень имеют 18 % студентов ФПУНК и ЕТФ. Высокие баллы соответствуют представлению о себе как о сильной личности, обладающей свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами и представлениями о смысле. Средний уровень характерен для 78 % испытуемых ФПУНК, 76 % – студентов ЕТФ. Данные студенты осознают ответственность за свои успехи и неудачи. У 4 % студентов ФПУНК и 6 % респондентов ЕТФ зафиксирован низкий уровень развития локуса контроля – Я. Низкий уровень говорит о том, что у респондентов слабо выражена вера в свои силы и способность контролировать события жизни.

Высокие баллы по шкале «Локус контроля – жизнь» имеют 14 % испытуемых ФПУНК и 8 % испытуемых ЕТФ. Средние уровень развития показателя имеют 76 % испытуемых ФПУНК, 74 % студентов ЕТФ. Значительное количество испытуемых имеют низкий уровень: 10 % студентов ФПУНК и 18 % респондентов ЕТФ. Низкие баллы являются признаком фатализма, респонденты не считают себя хозяевами своей жизни, не обладают свободой выбора.

Анализ результатов по шкале «Общий показатель осмысленности жизни» показал, что высокие баллы имеют 34 % испытуемых ФПУНК и 14 % – ЕТФ. У этих студентов присутствует четкая структура ценностных ориентаций, имеется смысл жизни и ближние, и дальние цели, планы на будущее. Средние баллы имеют 56 % испытуемых ФПУНК и 68 % испытуемых ЕТФ. Средний уровень характеризуется наличием смысла жизни, но не совсем определены цели для его реализации. Значительный процент испытуемых имеют низкие баллы: 10 % студентов ФПУНК и 18 % респондентов ЕТФ. У испытуемых с низкими показателями отсутствуют структурированные ценностные ориентации, смысл жизни еще не определен. Отсутствует ясность в реализации планов и целей в будущем.

Анализ данных, полученных с помощью теста Д.А. Леонтьева, свидетельствует, что наибольшее количество показателей по различным параметрам СЖО студентов находятся в пределах нормы. Однако, на обоих факультетах можно увидеть значительный процент испытуемых с низкими показателями по шкалам: «Цели жизни», «Процесс жизни», «Локус контроля – жизнь», «Осмысленность жизни». Студенты с низкими показателями по шкале «Цели жизни» испытывают трудности в формировании жизненных целей, в проектировании собственного будущего. Скорее всего в их жизни преобладают ситуационные смыслы, которые определяются малыми внешними целями в тех или иных конкретных условиях. Об этом говорит отношение студентов к учебе, выявленное в ходе беседы. Поступление в университет было обусловлено

социальной необходимостью, желанием получить высшее образование. Как правило, свою дальнейшую жизнь студенты пока не связывают с профилем их профессиональной подготовки.

Низкий показатель по шкале «Процесс жизни» является признаком неудовлетворенности своей жизнью в настоящем. Респонденты отчуждены от настоящего. Они не воспринимают свою жизнь как то, что создается ими, о чем свидетельствуют низкие баллы по шкале «Локус контроля – жизнь». Происходящие события для них обусловлены необходимостью, а не личным выбором и желаниями. Испытуемым сложно придать смысл происходящему в жизни, найденные смыслы поверхностны и зависят от конкретной ситуации. Они не нацелены на будущее и не видят для себя перспектив. Интерес и ощущение эмоциональной насыщенности жизни у субъекта появляется, когда в его жизни присутствуют глубокие смыслы, поэтому для испытуемых с низкими показателями СЖО необходимо организовать работу, направленную на помощь в осознании личных ценностей и смыслов, своего отношения к окружающему миру и возможностей его преобразования.

Низкие показатели по шкале «Осмысленность жизни» говорят о неустойчивой направленности жизнедеятельности субъекта на смысл, т.е. респонденты не ставят перед собой перспективные цели и не соотносят их со своими возможностями. Поскольку осмысленность жизни связана с трансцендентными ценностями, следовательно, студенты с низкими показателями по этой шкале еще не определились со своими ценностными ориентирами и у них еще не сформировалась стратегия наделения ценностным содержанием своей деятельности и реализацией поставленных целей.

Низкие показатели по данным шкалам в какой-то степени обусловлены возрастом испытуемых. В юношеском возрасте у человека присутствует потребность в самореализации, но у него еще нет достаточного жизненного опыта. Задача педагога заключается в оказании

помощи студентам в их самостоятельном исследовании сферы смыслов, формировании СЖО и определении своей роли и места в жизни.

Следует заметить, что по сравнению с факультетом ФПУНК на ЕТФ больше испытуемых, которые имеют низкие баллы по всем шкалам. Среднее значения по шкале «Общий показатель осмысленности жизни» у студентов ЕТФ ниже (89,78 балла), чем у респондентов ФПУНК (101,7). Определим имеет ли данное различие статистическое значение, используя U-критерий Манна-Уитни.

Общая сумма рангов: $\sum R_i = 2999.5 + 2050.5 = 5050$ (таблица 2.3, ПРИЛОЖЕНИЕ 2)

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

$$\sum (R_i) = N * (N + 1) / 2$$

Где N – общее количество ранжируемых наблюдений (значений).

$$\sum (R_i) = 100 (100 + 1) / 2 = 5050$$

Сформулируем гипотезы:

H₀: Различия между показателями осмысленности жизни у студентов ФПУНК и ЕТФ не имеют статистического значения.

H₁: Различия между показателями осмысленности жизни у студентов ЕТФ и ФПУНК имеют статистическое значение.

Определим эмпирическую величину U.

$$U_{\text{эмп.}} = (50 * 50) + 50 * (50 + 1) / 2 - 2999.5 = 775.5$$

$$U_{\text{кр.}} = 1010 (p \leq 0,05) \text{ и } 912 (p \leq 0,01)$$

Ось значимости представлена на рисунке 4.

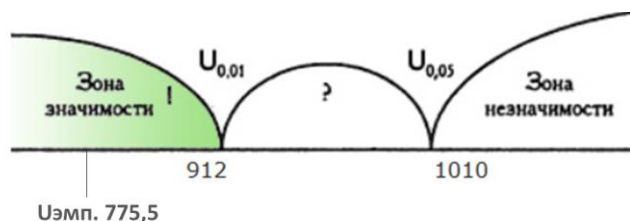


Рисунок 4 – Ось значимости

Полученное эмпирическое значение $U_{\text{эмп.}}$ (775.5) находится в зоне значимости. Следовательно, H_0 отвергается, H_1 принимается. Первая гипотеза нашего исследования подтвердилась: уровень осмысленности жизни студентов естественно-технологического факультета ниже, чем у студентов факультета подготовки учителей начальных классов.

Для исследования ценностных ориентаций студентов также был использован опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина, который позволяет выявить преобладающие в жизни субъектов терминальные ценности и наиболее значимые для них жизненные сферы. В итоге были получены следующие данные, отраженные на рисунке 5, в таблицах 2.4 и 2.5 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2).

Количество испытуемых с высокими баллами по шкале «Собственный престиж»: 6 % с ФПУНК и 2 % с ЕТФ. Средние показатели имеют 70 % студентов ФПУНК и 58 % респондентов с ЕТФ. Испытуемые с высокими и средними показателями стремятся достичь признания в обществе. Низкие показатели имеют 24 % студентов ФПУНК и 40 % ЕТФ. Значительное количество студентов ЕТФ не стремятся получить социальное признание.

По шкале «Высокое материальное положение» высокий балл набрали 10 % студентов ФПУНК, 24 % респондентов ЕТФ. Средний показатель имеют 88 % студентов ФПУНК и 76 % – ЕТФ. Низкий показатель по шкале – у 2 % студентов ФПУНК. Респонденты с высоким показателем по шкале отметили важность достойной оплаты труда, также отметили готовность работать по специальности, если работа будет приносить хороший заработок.

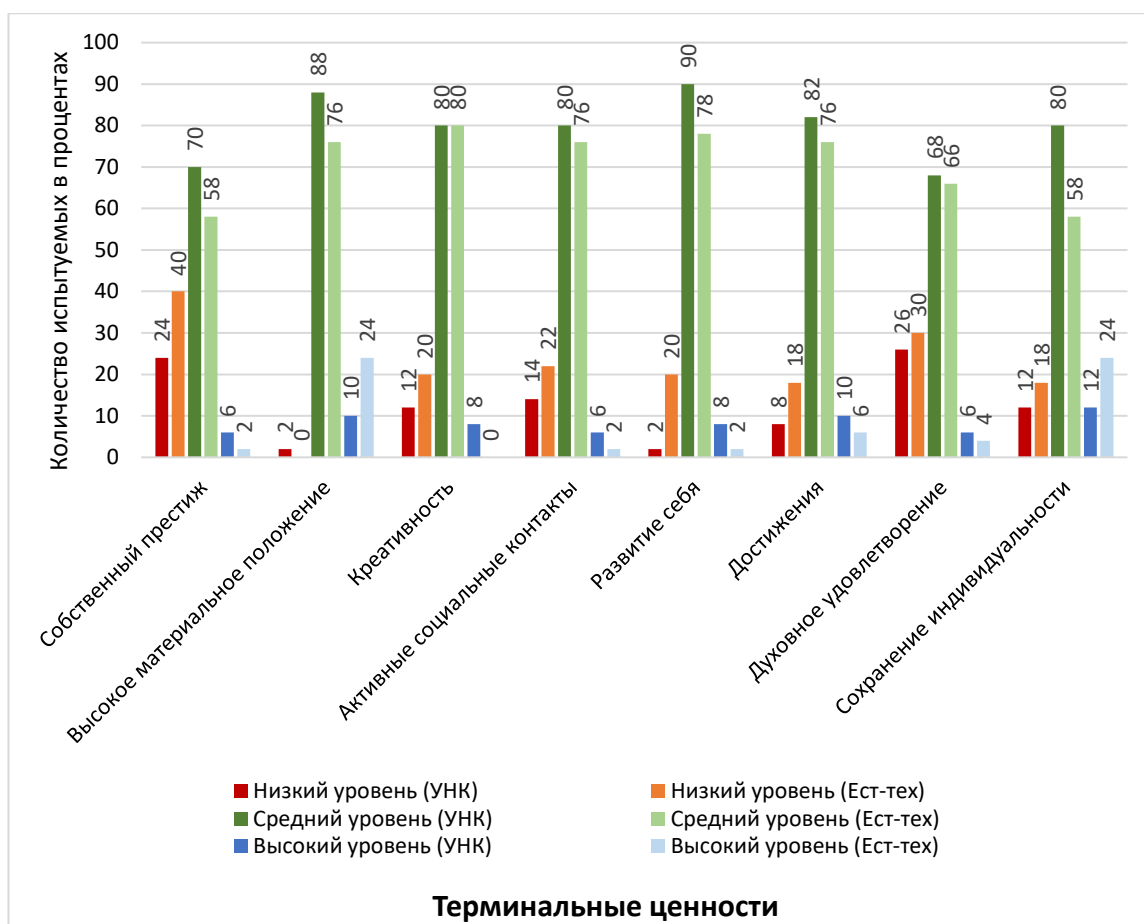


Рисунок 5 – Результаты исследования терминальных ценностей студентов факультета подготовки учителей начальных классов и естественно-технологического факультета по методике «Терминальные ценности» И.Г. Сенина

По шкале «Креативность» высокие результаты имеют 8 % студентов ФПУНК; средние – 80 % ФПУНК и 80 % ЕТФ; низкие – 12% ФПУНК и 20 % ЕТФ. Испытуемым с высокими баллами стремятся реализовать свои творческие возможности и внести изменения во все сферы жизни. Значительное количество испытуемых с ЕТФ (20 %) имеют низкие показатели по данной шкале. Эти респонденты не ощущают возможности реализовать свои творческие способности, они не видят для себя возможности преобразовать свою жизнь. Данная ценность имеет большое значение для исследования, так как она помогает будущему педагогу развить свою индивидуальность, путем привнесения творчества в процесс преподавания.

Высокие показатели по шкале «Активные социальные контакты»

имеют 6 % студентов ФПУНК, 2 % респондентов ЕТФ; средние – 80 % ФПУНК, 76 % ЕТФ; низкие – 14 % ФПУНК, 22 % – ЕТФ. Для студентов с высокими и средними баллами важно установление благоприятных взаимоотношений с другими людьми. Значительный процент студентов (22 %) ЕТФ не заинтересованы в установлении благоприятных взаимоотношений с людьми. Можно сделать предположение, что в академических группах ЕТФ не сформирована атмосфера сотрудничества, взаимопомощи и доверия.

Для того чтобы преуспеть в самореализации студентам необходимо иметь стремление к развитию и достижениям. Количество респондентов, имеющих высокий балл по ценности «Развитие себя» всего 8 % с ФПУНК и 2 % с ЕТФ. Средний балл имеют 90 % студентов ФПУНК и 78 % ЕТФ; низкий – 2 % ФПУНК и 20 % ЕТФ. Данная ценность выражает стремление к самосовершенствованию, наиболее полной реализации способностей в различных жизненных сферах. Значительный процент студентов с ЕТФ имеют низкие показатели развития себя. Студенты не видят потенциальных возможностей для раскрытия талантов, способностей.

Высокие показатели по ценности «Достижения» имеют 10 % ФПУНК, 6 % ЕТФ; средний – 82 % ФПУНК, 76 % ЕТФ; низкий – 8 % ФПУНК, 18 % ЕТФ. На ЕТФ процент студентов с низкими показателями больше, чем на ФПУНК. Студенты с низкими показателями не направлены на достижения жизненных целей. Можно сделать предположение, что они еще не определились в своих ценностных ориентациях и СЖО.

О стремлении студентов к получению духовного удовлетворения во всех сферах жизни можно судить по результатам исследования ценности «Духовное удовлетворение». Высокие баллы имеют 6 % студентов ФПУНК, 4 % – ЕТФ; средние – 68 % респондентов ФПУНК, 66 % студентов ЕТФ. У 26 % студентов ФПУНК и 30 % ЕТФ выявлены низкие значения по данному показателю. По полученным результатам видно, что значительный процент студентов двух факультетов не испытывают внутреннего удовлетворения от

собственной деятельности, что может говорить о неумении достигать поставленных целей или получать удовольствия от самого процесса деятельности.

Анализ результатов исследования ценности «Сохранение собственной индивидуальности» показал, что высокий уровень выявлен у 12 % студентов ФПУНК, 24 % ЕТФ. Средний уровень имеют 80 % испытуемых с ФПУНК и 58 % с ЕТФ. Низкие показатели можно наблюдать у 12 % студентов ФПУНК и 18 % с ЕТФ. Подавляющее большинство студентов считают, что очень важно сохранить неповторимость и своеобразие своей личности. Однако, на ЕТФ присутствует значительный процент студентов (18 %), которые не стремятся к независимости, сохранению индивидуальности.

Описание терминальных ценностей студентов, позволяет нам проверить вторую гипотезу исследования. Вторая гипотеза заключалась в том, что у студентов первого курса ЕТФ недостаточно сформированы терминальные ценности: «Собственный престиж», «Духовное удовлетворение», «Креативность», «Развития себя». Анализ результатов исследования терминальных ценностей показал, что у значительного количества студентов низкие показатели по представленным шкалам. По шкале «Собственный престиж» низкие баллы имеют 40 % студентов, «Духовное удовлетворение» – 30 %, «Креативность» – 20 %, «Развитие себя» – 20 %. При этом количество респондентов с высокими баллами по данным показателям мало: «Престиж» – 2 %, «Духовное удовлетворение» – 4 %, «Креативность» – 0 %, «Развитие себя» – 2 %. Полученные результаты подтверждают вторую гипотезу исследования.

Далее рассмотрим результаты исследования значимости отдельных жизненных сфер для студентов, которые представлены на рисунке 6.

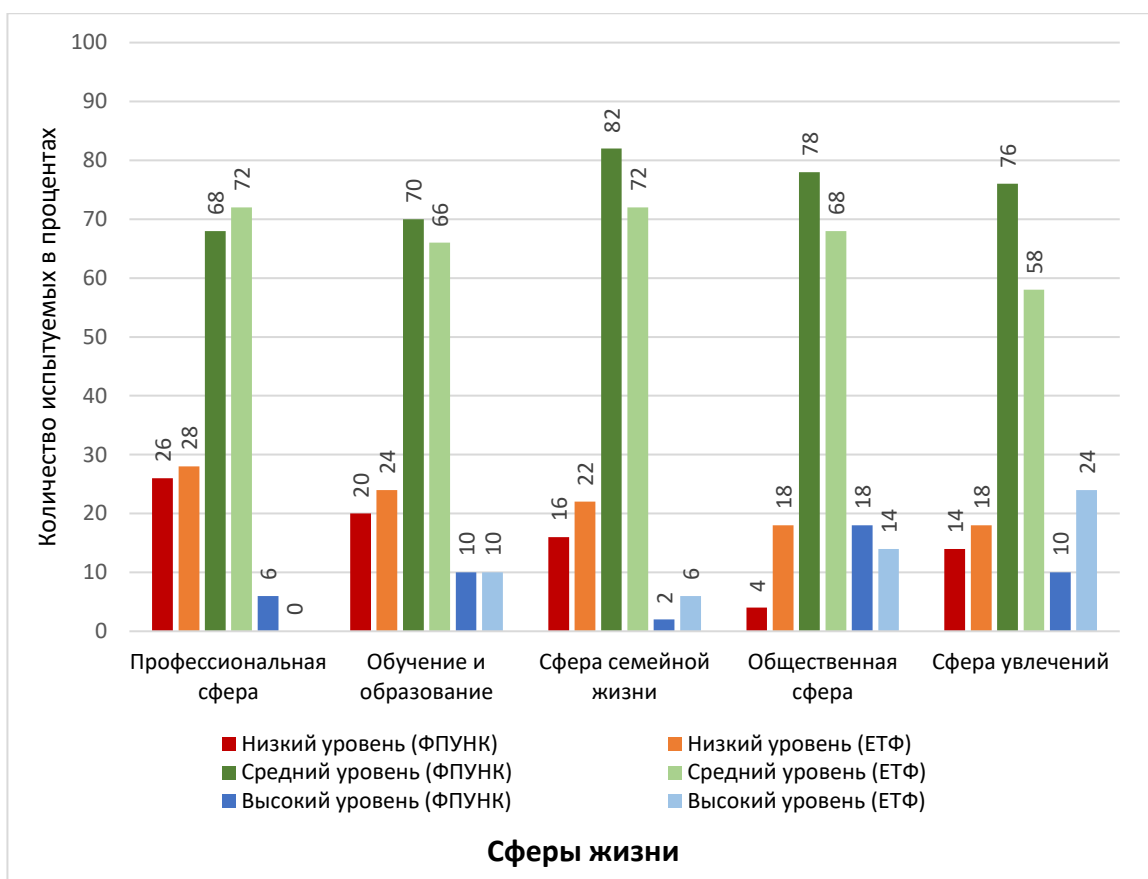


Рисунок 6 – Результаты исследования значимости жизненных сфер студентов факультета подготовки учителей начальных классов и естественно-технологического факультета по методике «Терминальные ценности» И.Г. Сенина

Высокие баллы по шкале «Сфера профессиональной жизни» имеют только 6 % студентов ФПУНК. На ЕТФ нет студентов с высокими баллами по данному показателю. Средние баллы набрали 68 % испытуемых ФПУНК, 72 % – ЕТФ. Большинство испытуемых задумываются о своей будущей профессиональной деятельности, они стремятся к повышению своей образованности, расширению своего кругозора в образовательном процессе. У 26 % студентов ФПУНК и 28 % ЕТФ – низкие показатели по данной шкале. Для этих испытуемых выбор профессии не является актуальным или будущая работа по специальности находится в противоречии с системой ценностей и жизненных смыслов.

Высокий уровень по шкале «Обучения и образования» выявлен у 10 % студентов ФПУНК, 10 % – ЕТФ. Средние показатели имеют 70 % ФПУНК, 66 % ЕТФ. Большая часть студентов стремится получать

образование. У значительного процента студентов выявлены низкие показатели по шкале: 20 % студентов ФПУНК и 24 % ЕТФ. Студенты с низкими показателями не ориентированы на получение знаний, они имеют низкую учебную мотивацию.

Высокие показатели по шкале «Сфера семейной жизни» имеют 2 % испытуемых с ФПУНК и 6 % с ЕТФ, средние – 82 % ФПУНК, 72 % ЕТФ; низкие – 16 % ФПУНК, 22 % ЕТФ. Значительный процент студентов набрали низкие показатели по данной сфере, что говорит о том, что построение семейной жизни не является для них еще первостепенным.

Большой процент испытуемых с двух факультетов имеют высокие показатели по шкале «Сфера общественной жизни»: 18 % – ФПУНК, 14 % – ЕТФ. Проблемы общественной жизни и участие в ней обладают большой значимостью для этих испытуемых. Преобладающий процент студентов имеют средние значения: 78 % студентов ФПУНК, 68 % – ЕТФ, для них важно участие в общественной жизни. Низкий показатели имеют 4 % респондентов – ФПУНК, 18 % – ЕТФ. Данные испытуемые имеют пассивную социальную позицию, они не задумываются о проблемах общественной жизни. Студентов с низкими показателями по данному критерию на ЕТФ больше, чем на ФПУНК.

Для студентов 1 курса значимой является сфера увлечений. Можно увидеть закономерность, что студенты, разочаровавшиеся в будущей профессии, выбирают сферу увлечения. Преобладающее количество студентов имеют средние результаты по показателю «Сфера увлечений»: 76 % ФПУНК, 58% ЕТФ. Высокие результаты имеют 10 % студентов ФПУНК, 24 % ЕТФ. На ЕТФ студентов, для которых хобби занимает основное место в жизни, больше. Низкие показатели имеют 14 % испытуемых ФПУНК и 18 % респондентов ЕТФ.

В нашем исследовании был проведен анализ средних показателей терминальных ценностей. Средние показатели были переведены в стены для сопоставления. Результаты анализа представлены в таблице 1.

Анализ показал, что наиболее значимыми терминальными ценностями для студентов двух факультетов являются материальное положение, сохранение собственной индивидуальности, то есть они высоко ценят материальное благополучие, независимость и свободу в проявлении своеобразия личности. Для факультета ФПУНК также важную роль в системе ценностей играют достижения, что говорит об их целеустремленности. Наименее значимыми терминальными ценностями для двух факультетов являются престиж, духовное удовлетворение. Студенты не ориентированы на получение социального признания и морального удовлетворения от своей деятельности. Студенты ЕТФ к менее значимым ценностям также отнесли креативность. Это может быть связано с непониманием собственного внутреннего потенциала или отсутствием опыта применения творческих способностей в разных сферах жизни.

Проведенный анализ результатов уровня значимости жизненных сфер подтвердил третью гипотезу исследования: наиболее значимой сферой жизни для студентов двух факультетов является общественная сфера, менее значимой – профессиональная сфера. Однако следует отметить, что у студентов ЕТФ также к наименее значимым относится семейная сфера жизни. Данное распределение сфер жизни по уровню выраженности говорит о том, что студенты еще не строят долгосрочных планов на будущее. Профессиональное становление для студентов двух факультетов и семейная жизнь для респондентов ЕТФ еще не стали актуальными. Студенты в силу своего юного возраста еще не раскрыли для себя смысл и ценность профессиональной деятельности. Создание семьи для многих студентов первого курса не относится к близкой перспективе, а возможность реализации личных ценностей в родительской семье несколько ограничены.

На данный момент времени более ценным для студентов является проявления себя в общественной жизни, развитие своих социальных компетенций. Респонденты реализуют свой внутренний потенциал в социальной сфере, что способствует развитию общества. Следует отметить,

что студенты также заинтересованы в получении образования, они уделяют должное внимание расширению кругозора и увлечениям. Студенты стремятся выразить свою индивидуальности посредством хобби.

Таблица 1 – Уровни значимости терминальных ценностей и жизненных сфер для студентов ФПУНК и ЕТФ

| Показатели | ФПУНК | ЕТФ |
|--------------------------------|--------------|------------|
| Собственный престиж | 4 | 4 |
| Высокое материальное положение | 6 | 6 |
| Креативность | 5 | 4 |
| Активные социальные контакты | 5 | 5 |
| Развитие себя | 5 | 5 |
| Достижения | 6 | 5 |
| Духовное удовлетворение | 4 | 4 |
| Сохранение индивидуальности | 6 | 6 |
| Профессиональная сфера | 4 | 4 |
| Обучение и образование | 5 | 5 |
| Сфера семейной жизни | 5 | 4 |
| Общественная сфера | 6 | 6 |
| Сфера увлечений | 5 | 5 |

Для определения уровня экзистенциальной исполненности применялась методика «Шкала экзистенции». На рисунке 7 и в таблицах 2.6 и 2.7 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2) приведены результаты исследования.

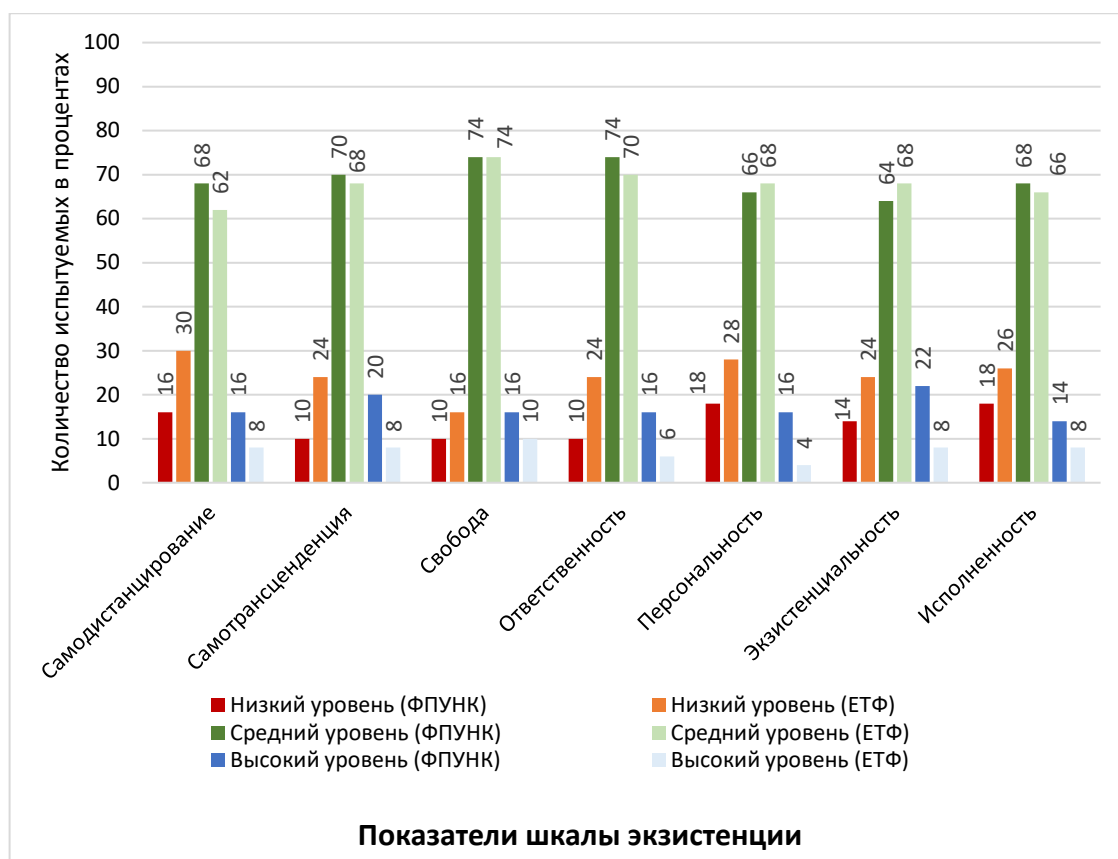


Рисунок 7 – Результаты исследования экзистенциальной исполненности студентов факультета подготовки учителей начальных классов и естественно-технологического факультета по методике «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, К. Орглер

По шкале «Самодистанцирование» (SD) у 16 % студентов ФПУНК и 30 % студентов ЕТФ выявлен низкий уровень самодистанцирования. Низкий показатель говорит об отсутствии способности к рефлексивной дистанции. Студентам сложно смотреть на ситуацию объективно. Процент студентов с низким уровнем SD на ЕТФ значительно выше, чем на ФПУНК. У большинства студентов наблюдается средний уровень SD: 68 % (ФПУНК) и 62 % (ЕТФ). Студенты со средним уровнем способны объективно воспринимать ситуацию и размышлять над ней. Высокий уровень способности к SD выявлен у 16 % студентов с ФПУНК и у 8 % респондентов ЕТФ. Высокий уровень SD говорит о самоотрицании, игнорировании потребностей и чувств. Студенты имеют установку на достижение и перфекционизм.

По второй шкале «Самотрансценденция» (ST) 10 % студентов ФПУНК и 24 % студентов ЕТФ имеют низкий уровень способности к ST. У студентов с низким уровнем ST отсутствует самопринятие, отношения с миром и людьми характеризуются эмоциональной уплощенностью и скудностью. Респонденты испытывают трудности в обнаружении и осмыслении субъективных ценностей. Большинство студентов двух факультетов имеют средний уровень ST: 70 % – ФПУНК и 68 % – ЕТФ. Испытуемые ориентируются на ценностные основания бытия, у них развита способность к эмпатии. На ФПУНК процент респондентов с высоким показателем ST выше (20 %), чем на ЕТФ (8 %). Высокий уровень свидетельствует о эмоционально-ценностном и деятельном отношении к бытию, высокой способности к эмпатии и альтруизму. Личность респондентов направлена на раскрытие своей экзистенции, на реализацию ценностей и смыслов.

По третьей шкале «Свобода» (F) 10 % студентов ФПУНК и 16 % респондентов ЕТФ имеют низкие показатели. Низкие показатели говорят о неспособности принимать решения. Средние показатели диагностированы у большей части студентов двух факультетов: 74 % – ФПУНК и 74 % – ЕТФ. Испытуемым со средними показателями легче дается принятие решений.

На ФПУНК 16% респондентов с высокими показателями, на ЕТФ таких студентов всего 10%. У респондентов с высоким уровнем свободы уверенность, решительность сочетаются со склонностью к оценивающему, критичному и доминантному поведению, которое может сопровождаться непереносимостью любых ограничений.

По шкале «Ответственность» (V) 10 % студентов ФПУНК и 24 % студентов ЕТФ показали низкие результаты, что говорит о неспособности респондентов доводить до конца решения, принятые на основании личных ценностей. Большинство испытуемых с двух факультетов имеют средний уровень «Ответственности»: 74 % – ФПУНК, 70 % – ЕТФ. Респонденты способны на среднем уровне предпринимать осознанные решения, опираясь

на личные ценности. Респондентов с высоким уровнем на ФПУНК – 16%, на ЕТФ – 6%. Эти испытуемые осознают в полной мере свою ответственность и предпринимают взвешенные решения на основе личных ценностей. Респонденты уверены в правильности осуществляемой деятельности и испытывают чувство самооценности.

По шкале «Персональность» (Р) у 18 % испытуемых с ФПУНК и у 28 % студентов с ЕТФ показатель Р на низком уровне, что свидетельствует о замкнутости испытуемых. Базовые персональные способности испытуемых блокированы и не используются. Большой процент студентов двух факультетов имеют средний уровень Р: 66 % – ФПУНК и 68 % – ЕТФ. Данный результат говорит о средней когнитивной и эмоциональной доступности испытуемых для себя и для мира. Высокие показатели имеют всего лишь 16 % студентов ФПУНК и 4 % респондентов ЕТФ. Данные испытуемые открыто воспринимают мир и самих себя, им присущи когнитивная и эмоциональная доступность.

По шкале «Экзистенциальность» (Е) 14 % студентов ФПУНК, 24 % студентов ЕТФ показали низкие результаты. Большая часть студентов показали средние результаты: 64 % – ФПУНК, 68 % – ЕТФ. Испытуемые с низкими показателями занимают пассивную позицию по отношению к жизни. Они с большим трудом принимают решения. У них отсутствует планирование, они действуют на основании внешних побуждающих причин без соотнесения со своими стремлениями (желаниями). Испытуемые с низкими показателями сомневаются в выборе своего места мире. У студентов со средними показателями повышается уровень способности ориентироваться в мире. Они способны принимать ответственные решения, поскольку имеют ясные представления о долге и о том, как можно изменить свою жизнь в лучшую сторону. Значительное количество студентов ФПУНК набрали высокие баллы по данной шкале – 22 %. Всего 8 % студентов ЕТФ имеют высокие показатели. У этих студентов присутствует деятельное отношение к миру. Они проявляют высокую степень решимости

и ответственности за бытие, строят жизнь в соответствии с ценностными приоритетами.

По общему показателю «Экзистенциальная исполненность» (G) низкий балл имеют 18 % студентов ФПУНК и 26 % студентов ЕТФ. Низкие показатели указывает на неисполненную экзистенцию и неудовлетворённость жизнью. Большинство студентов имеют средние показатели: 68 % – ФПУНК и 66 % – ЕТФ. Данный результат говорит о средней экзистенциальной исполненности. В жизни респондентов присутствует смысл, ощущение подлинности жизни. Процент студентов с высокими показателями экзистенциальной исполненности больше на ФПУНК – 14%, чем на ЕТФ – 8%. Высокий показатель G свидетельствует об открытой, ответственно проживаемой жизни. Респонденты воспринимают свою жизнь как осмысленную, они внутренне открыты возможностям внешнего мира, свободно ориентируются в нем.

Таким образом, как показало исследование, у большей части студентов преобладает средний уровень развития всех экзистенциальных способностей. В академических группах ЕТФ студентов с низкими баллами по всем шкалам больше, чем респондентов ФПУНК. Наиболее сформированной экзистенциальной способностью у студентов ФПУНК является «Самотрансценденция», у респондентов группы ЕТФ – «Свобода».

Ранее нами была сформулирована четвертая гипотеза исследования, что уровень экзистенциальной исполненности у студентов первого курса естественно-технологического факультета ниже, чем у студентов первого курса факультета подготовки учителей начальных классов. Результаты исследования по методике «Шкала экзистенции» показали, что среднее значения ключевой шкалы «Экзистенциальная исполненность» у студентов ЕТФ ниже (190,02 балла), чем у респондентов ФПУНК (208,36) (см. приложение). Определим имеет ли данное различие статистическое значение, используя U-критерий Манна-Уитни.

$$\sum (R_i) = N * (N + 1) / 2$$

Где N – общее количество ранжируемых наблюдений (значений).

$$\sum (R_i) = 100 (100 + 1)/2 = 5050$$

Сформулируем гипотезы:

H_0 : Различия между показателями экзистенциальной исполненности у студентов ФПУНК и ЕТФ не имеют статистического значения.

H_1 : Различия между показателями экзистенциальной исполненности у студентов ЕТФ и ФПУНК имеют статистическое значение.

Определим эмпирическую величину U .

$$U_{\text{эмп.}} = (50 * 50) + 50 * (50 + 1)/2 - 3072,5 = 702,5$$

$$U_{\text{кр.}} = 1010 (p \leq 0,05) \text{ и } 912 (p \leq 0,01)$$

Ось значимости представлена на рисунке 8.

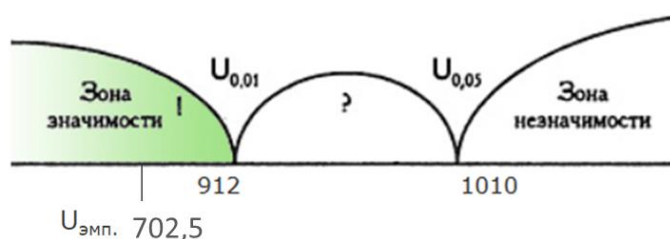


Рисунок 8 – Ось значимости

Полученное эмпирическое значение $U_{\text{эмп.}}$ (702,5) находится в зоне значимости. Следовательно, H_0 отвергается, H_1 принимается.

Таким образом, четвертая гипотеза исследования подтвердилась: уровень экзистенциальной исполненности у студентов естественно-технологического факультета ниже, чем у респондентов факультета подготовки учителей начальных классов.

Полученные результаты по трем методикам определили выбор в качестве участников психолого-педагогической программы студентов первого курса ЕТФ, поскольку по сравнению с первокурсниками ФПУНК они имеют более низкие показатели осмысленности жизни и экзистенциальной исполненности. Среди студентов ЕТФ значительное количество испытуемых с низкими показателями диагностики «Терминальные ценности».

Выводы по главе 2

Исследование формирования СЖО у студентов педагогического вуза проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. Для проверки гипотезы и решения поставленных задач были использованы следующие теоретические методы исследования: теоретический анализ научной литературы, сравнение, обобщение и интерпретация научных данных, целеполагание, моделирование. В исследовании применялись следующие эмпирические методы: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование. Тестирование проводилось по следующим методикам: «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Терминальные ценности» И.Г. Сенина, «Шкала экзистенции» А. Лэнгле и К. Орглера.

Исследование проводилось в 2021-2023 гг. в Южно-Уральском государственном гуманитарно-педагогическом университете, г. Челябинска, Челябинской области. В экспериментальном исследовании участвовали студенты первого курса двух факультетов: 50 человек ФПУНК и 50 человек ЕТФ. Возраст испытуемых –17-20 лет. Констатирующий эксперимент осуществлялся с целью выявления уровня всех показателей сформированности СЖО у студентов.

Результаты диагностики СЖО у студентов педагогического вуза по методике «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева показали, что у большинства респондентов средний уровень сформированности СЖО. Преобладающее количество студентов по всем показателям укладываются в норму.

Значительный процент студентов ЕТФ и ФПУНК имеют низкие показатели по шкалам: «Цели в жизни», «Процесс жизни», «Результативность», «Локус-контроля жизнь», «Общий показатель осмысленности жизни». В академических группах ЕТФ студентов с низкими значениями больше, чем в академических группах ФПУНК.

Низкие показатели по шкалам СЖО говорят о том, что у этих студентов отсутствует структурированные ценностные ориентации и смысл жизни, они проявляют низкую целеустремленность, они не удовлетворены прожитой и настоящей жизнью, имеют убежденность в том, что их существование не подвластно сознательному контролю. В ходе исследования была доказана первая гипотеза, что уровень осмысленности жизни у студентов первого курса ЕТФ ниже, чем у студентов ФПУНК. Статистическая проверка гипотезы осуществлялась с помощью применения U-критерия Манна-Уитни.

Анализ полученных результатов по методике «Терминальные ценности» показал, что большинство студентов двух факультетов имеют средний уровень по всем показателям терминальных ценностей, что говорит об их значимости для жизни испытуемых. Большое число студентов получили высокие баллы по показателям «Высокое материальное положение», «Сохранение индивидуальности». Данные показатели являются основанием для развития у студентов чувства собственной значимости и положительного отношения к себе.

Значительный процент студентов ФПУНК имеют низкие баллы по шкалам: «Собственный престиж», «Духовное удовлетворение», «Активные социальные контакты». Это говорит о том, что данные студенты не стремятся получить социальное признание, не проявляют социальную активность, не получают моральное удовлетворение от собственной деятельности.

Следует отметить, что на ЕТФ студентов с низкими показателями по всем шкалам больше, чем на ФПУНК (исключение «Высокое материальное положение»). Значительное количество студентов ЕТФ имеют низкие баллы по шкалам: «Собственный престиж», «Духовное удовлетворение», «Активные социальные контакты», «Креативность», «Развитие себя», «Достижения», «Сохранение индивидуальности». Эти студенты не стремятся к общественному признанию, избегают активных социальных

контактов, не получают внутреннего удовлетворения от своей деятельности. Они не нацелены на проявление творческих способностей, не ориентированы на самопознание и самосовершенствование, на получение конкретных результатов от деятельности, на сохранение независимости и своеобразия своей личности. Выявление большого количества испытуемых ЕТФ с низкими показателями подтверждает вторую гипотезу исследования, что у студентов первого курса ЕТФ недостаточно сформированы терминальные ценности: «Собственный престиж», «Духовное удовлетворение», «Креативность», «Развития себя».

В результате исследования были определены наиболее и наименее значимые терминальные ценности для студентов двух факультетов. Наиболее приоритетными ценностями являются «Высокое материальное положение», «Сохранение индивидуальности»; менее приоритетными – «Собственный престиж» (ФПУНК, ЕТФ), «Духовное удовлетворение» (ФПУНК, ЕТФ), «Креативность» (ЕТФ).

Большинство студентов двух факультетов набрали средний балл по каждой сфере жизни, что говорит об их значимости для испытуемых. Значительный процент студентов двух факультетов имеют низкие показатели по шкалам «Профессиональная сфера», «Обучение и образование», «Сфера семейной жизни». Эти студенты не ориентированы на получении профессии, имеют низкую учебную мотивацию. Семейная жизнь не является для них ведущей ценностью.

Значительный процент испытуемых двух факультетов имеют высокие показатели по шкале «Сфера общественной жизни», что говорит о заинтересованности респондентов проблемами социальной жизни. На ЕТФ значительное количество студентов набрали высокие баллы по шкале «Сфера увлечения». У данных испытуемых основное место в жизни занимает хобби.

В ходе исследования был определен уровень значимости сфер жизни для студентов. Респонденты двух факультетов в качестве наиболее

приоритетной сферы выбрали общественную. Менее значимой сферой для них является профессиональная (ФПУНК, ЕТФ) и семейная сферы жизни (ЕТФ). Полученный результат подтвердил третью гипотезу исследования.

Анализ результатов по методике «Шкала экзистенции» показал, что большинство испытуемых двух факультетов имеют средние показатели по всем шкалам, что говорит о присутствии в их жизни смысла. Значительный процент испытуемых двух факультетов имеют низкие показателями по всем шкалам, респонденты не считают свою жизнь осмысленной и испытывают неудовлетворенность собственным существованием, они не готовы проявлять свободу и нести ответственность за свои поступки, им сложно занимать рефлексивную позицию по отношению к себе и жизненным ситуациям, обнаруживать и осмыслять субъективные ценности. На ЕТФ студентов с низкими показателями больше, чем на факультете подготовки учителей начальных классов. С помощью применение статистического метода U-критерий Манна-Уитни была статистически подтверждена четвертая гипотеза исследования, что уровень экзистенциальной исполненности у студентов первого курса ЕТФ ниже, чем у студентов первого курса ФПУНК.

Таким образом, полученные результаты констатирующего этапа исследования обусловили необходимость проведения работы со студентами первого курса ЕТФ по формированию смысложизненных ориентаций в рамках специально разработанной психолого-педагогической программы.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ФОРМИРОВАНИЮ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

3.1 Программа формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза

Программа формирования СЖО у студентов педагогического вуза относится к развивающим психолого-педагогическим программам, которые направлены на наиболее полное раскрытие интеллектуально-личностного потенциала обучающихся. Актуальность программы формирования СЖО студентов педагогического вуза обусловлена возрастом испытуемых. Студенты первого курса находятся в юношеском возрасте, который является периодом профессионального самоопределения и становления. В это время личность выходит на новые рубежи осмысления мира, стремится найти свое место в мире и стать полезным для общества. Важным условием профессионального самоопределения и становления является формирование СЖО. СЖО представляют собой сложные социально-психологические образования, которые релевантны по отношению ко всему жизненному пути личности, задают вектор и границы ее самореализации. Они позволяют конструировать свою жизнь в соответствии с присущей человеку системой ценностей и смыслов.

Проблема определения собственных СЖО очень значима для юношеского возраста, поскольку именно в этот период человек сталкивается с необходимостью выбора дальнейшего жизненного пути. Данный возраст сензитивен для образования смысловой сферы личности и формирования мировоззрения.

Программа формирования смысложизненных ориентаций рассчитана на возраст 17-22 лет. Она предназначена для формирования СЖО у студентов педагогического вуза. Данный выбор обусловлен высокой социальной значимостью профессии педагога, поскольку от

формирующейся системы ценностей будущего педагога будет зависеть качество учебно-воспитательной работы и духовный потенциал подрастающего поколения. Несмотря на то, что программа ориентирована на педагогов она может использоваться на других направлениях подготовки.

Цель программы – сформировать смысложизненные ориентации у студентов педагогического вуза.

Задачи программы:

1. Повысить уровень сформированности СЖО у студентов педагогического вуза с помощью развития когнитивного, эмоционально-волевого, мотивационного, поведенческого и ценностного компонентов.

2. Когнитивный компонент:

– сформировать систему знаний о смысле жизни, СЖО, ценностях у студентов педагогического вуза;

– развить навыки рефлексии.

3. Мотивационный компонент:

– развить навыки целеполагания;

– сформировать интерес к обучению и личностному самоопределению;

4. Поведенческий компонент:

– развить способность самостоятельно предпринимать решения;

– сформировать ответственное отношение за личностное становление и выбор профессионального пути.

5. Эмоционально-волевой компонент:

– сформировать позитивное отношение к себе и окружающим людям;

– развить навыки самоконтроля.

6. Ценностный компонент:

– развить умение определять значимые ценности и расставлять приоритеты;

– сформировать альтруистические ценности.

В основу психолого-педагогической программы заложены ряд принципов:

1. Принцип природосообразности, суть которого заключается в построении психолого-педагогического процесса в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся.

2. Принцип гуманизации – это принцип мировоззрения, в основе которого лежит признание прав личности на свободное проявление своих способностей, убеждений; утверждение блага человека как критерия оценки уровня общественных отношений. Реализация данного принципа предполагает создание гибкой обучающей среды, делающей возможным личностный выбор участников образовательного процесса, стимулирующий развитие индивидуальности, становление субъектного опыта, выстраивание собственных образовательных моделей.

3. Принцип целостности – принцип достижения единства и взаимосвязи между всеми компонентами психолого-педагогического процесса. Он выражается в определении правильного соотношения знаний, умений и навыков, в согласовании процесса обучения и развития. Данный принцип используется для глубокого понимания формирования СЖО через установления взаимосвязей между их компонентами.

4. Принцип демократизации – принцип, в основе которого лежит предоставление участникам психолого-педагогического процесса определенных свобод для саморазвития, саморегуляции, самоопределения.

5. Принцип профессиональной целесообразности – принцип, обеспечивающий отбор содержания, методов, средств и форм подготовки специалистов с учетом особенностей выбранной специальности, с целью формирования профессионально важных качеств, знаний и умений.

6. Принцип деятельности заключается в формировании СЖО студентов в различных видах деятельности [30].

В психолого-педагогической программе формирования СЖО студентов педагогического вуза приняли участие студенты первого курса трех академических групп естественно-технологического университета ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет». Количество респондентов – 50 человек.

Новизна предложенной программы заключается в использовании для формирования СЖО методологической базы психологии и философии. Научно-методическим основанием программы являются следующие методологические подходы: экзистенциальный (Ж.-П. Сартр, А. Камю, А. Лэнгле, В. Франкл, Р. Мэй, И. Ялом, Р. Кочюнас), гуманистический (А. Маслоу, К. Роджерс др.), нарративный (М. Уайт, Д. Эпстон), системный (А.Н. Аверьянов, В.И. Долгова, Ю.А. Конаржевский, Д.И. Фельдштейн), аксиологический (Анисимов С.Ф., Ветров Ю.П., Демин М.В., Дробницкий О.Г., Ивин А.А., Каган М.С., Коршунов А.М., Столович Л.Н., Шиянов Е.Н.).

Психолого-педагогическая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», Конституция РФ.

Развивающая психолого-педагогическая программа состоит из двух блоков:

1. Теоретический блок включает лекционные занятия. В этом блоке рассматриваются философские и психологические подходы к проблемам человеческого существования: свободы, ответственности и смысла жизни.

2. Практический блок включает практические занятия, направленные на выработку у обучающихся умений и навыков, способствующих личностному и профессиональному самоопределению, формированию СЖО.

Можно выделить три последовательных этапа реализации программы:

1. Вступительный этап продолжительностью 1 занятие. На этом этапе преподаватель создает положительный настрой на работу.

2. Основной этап состоит из 12 занятий (3 лекции, 9 практических занятий). Включает теоретическое освоение материала, работу с текстами, тренинговые упражнения и др.

3. Заключительный (закрепляющий), продолжительностью 1 занятие. Включает в себя рефлексия, обмен чувствами и мнениями.

Таблица 2 – Структура и содержание программы

| Блок программы | Темы занятий | Кол. часов, выделенных на занятие | | С/Р | Всего |
|----------------|--|-----------------------------------|----------|----------|----------|
| | | Л | ПЗ | | |
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> |
| Теоретический | Проблема смысла жизни в философии и религии | 2 | | 2 | 4 |
| | Проблема смысла жизни в психологии. Психологическое консультирование в работе со смыслом жизни | 2 | | 2 | 4 |
| | Ценности и смысло-жизненные ориентации человека | 2 | | 2 | 4 |
| Практический | Поиск смысла жизни в «Исповеди» Л.Н. Толстого | | 2 | 2 | 4 |
| Практический | Логотерапия В.Э. Франкла | | 4 | 2 | 6 |
| | Мои ценности и смыслы | | 2 | 2 | 4 |
| | Абсурд или осмысленное бытие | | 2 | 2 | 4 |
| | Проблема свободы и ответственности | | 2 | 2 | 4 |
| | Линия жизни | | 4 | 2 | 6 |
| | Основы целеполагания: от мечты к цели | | 2 | 2 | 4 |
| | Личностное и профессиональное самоопределение. Подведение итогов | | 2 | 2 | 4 |
| | Итого | 6 | 20 | 22 | 48 |

Методы, используемые при реализации программы:

Тренинговые упражнения – упражнения, направленные на развитие навыков самопознания и саморегуляции, общения и межличностного взаимодействия [24, с. 32].

Нарративный метод – качественный метод исследования, направленный на интерпретацию повествования рассказчика, ставящий акцент на временной последовательности событий его жизни. Нарратив не имеет объективной основы рассказа, он включает в себя субъективно регистрируемые факты и личностные смыслы человека [59, с. 303].

Герменевтический метод – метод толкования текстов, который используется в философии и литературоведении. При применении герменевтического метода акцент ставиться не только на понимании мысли автора, но и на выражении собственных чувств, эмоций, переживаний в ответ на содержание авторского текста [13, с. 121].

Метод глубиной философии Р. Лахава – метод медленного поочередного прочтения и интерпретации небольших отрывков текста членами группы. В ходе интерпретации текста происходит обмен идеями в резонанс с прочитанным [90, с. 307]. Особенностью метода является отход от дискурсивного мышления, которое построено на теоретизировании. В дискурсивном мышлении человек занимает позицию стороннего наблюдателя, объект мысли рассматривается изолировано от существования субъекта. В глубинной философии действительность постигается из глубины, говоря метафорически человек слушает ее голос внутри себя, как реальность резонирует с ним, как выражает себя в нем и через него [16, с. 87].

Сократический диалог – диалогический метод, направленный на развитие критического мышления. Данный диалогический метод построен на последовательной и систематической постановке вопросов, которая приводит собеседника к осознанию противоречий в своих рассуждениях и признанию собственного незнания [86, с. 1239].

Написание эссе – прием обучения, направленный на развитие критического и творческого мышления и навыков письменной речи. Эссе является распространенным жанром творческих письменных работ в зарубежной и отечественной педагогике. Его часто используют в качестве задания на стадии рефлексии с целью обобщения полученной информации [9, с. 362]. Иногда эссе пишут, опираясь на правила свободного письма: выносить на бумагу все, что приходит в голову, не останавливаясь, не перечитывая написанное и не останавливаясь.

Учебные дебаты – это разновидность публичной дискуссии участников, которая направлена на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Относятся к командной игре, которая стимулирует обучающихся к более глубокому и детальному изучению тех или иных проблем, а также способствует развитию ораторских способностей, умения аргументировать собственную позицию, слышать позицию оппонента, грамотно и корректно реагировать на его доводы [75, С. 12-15].

Групповая дискуссия – метод группового обсуждения, позволяющий выявить весь спектр мнений, позиций и установок членов группы относительно какого-либо спорного вопроса, проблемы или ситуации морального выбора. По форме организации принято выделять структурированные и неструктурированные дискуссии. В структурированных дискуссиях темы задаются ведущим и регламентируется порядок проведения, в неструктурированных темы выбираются участниками, время формально не ограничивается [9, с. 307].

Психологическое консультирование – это форма профессиональной психологической помощи, которая направлена на то, чтобы помочь клиентам понять происходящее в их жизненном пространстве и осмысленно достичь поставленной цели на основе осознанного выбора при разрешении проблем эмоционального и межличностного характера [39, с. 15]. В ходе психологического консультирования применяются методы для приобретения клиентом знаний о себе, связывания полученных знаний с

собственными жизненными целями и задачами. В качестве методов психологического консультирования в программе использовались беседа, наблюдение, методы активного (эмпатического) слушания.

Консультативная беседа – это личностно-ориентированное общение, в котором осуществляется общая ориентировка в личностных особенностях и проблемах клиента [48, с. 36].

Наблюдение – описательный психологический исследовательский метод, заключающийся в целенаправленном и организованном восприятии и регистрации поведения изучаемого объекта [25, с. 71].

Метод активного (эмпатического) слушания – метод, применяемый в практике психологического консультирования, позволяющий точнее понимать психологические состояния, чувства, мысли собеседника, выстраивать доверительные отношения с ним и располагать его к себе для дальнейшего взаимодействия [48].

Составление интеллект-карты (ментальной карты, карты мысли или карты идей) – метод структуризации и визуализации концепций с использованием графической записи в виде диаграммы [21, с. 15]. Интеллект-карта реализуется в виде древовидной схемы, на которой изображены слова, идеи, задачи или другие понятия, связанные ветвями, отходящими от центрального понятия или идеи [5, с. 172].

Все лекционные занятия, включенные в программу, имеют одинаковую структуру:

1. Вводная часть, которая включает приветствие, постановку проблемы для активизации познавательной деятельности обучающихся.
2. Основная часть приходится на изложение теоретического материала преподавателем.
3. Заключительная часть представлена рефлексией, подведением итога занятия.
4. Прощание, направленное на создание положительного настроения на дальнейшую работу.

Практические занятия имеют ту же структуру, но содержание отличается от лекционных занятий:

1. Вводная часть включает приветствие. Оно направлено на сплочение группы, создание доверительной атмосферы. После приветствия преподаватель оглашает цели предстоящей работы и объясняет правила.

2. Основная часть включает методы и упражнения, направленные на формирование СЖО у студентов.

3. Заключительная часть представлена рефлексией, подведением итогов занятия.

4. Прощание направлено на создание положительного настроения на дальнейшую работу.

Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы:

1. Богданова В. О. Философия: онтологические и гносеологические проблемы: учебно-практическое пособие / В. О. Богданова. – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2019. – 118 с.

2. Стебляк Е. А. Проблемы смысла в психологии: учебное пособие / Е. А. Стебляк. – Омск: Омский гуманитарный институт, 2018. – 168 с.

3. Толстой Л. Н. Исповедь. О жизни / Л. Н. Толстой. – Горно-Алтайск: Эксмо-Пресс, 2022. – 320 с.

4. Франкл В. Э. Человек в поисках смысла / В. Э. Франкл. – Москва: Прогресс, 2022. – 366 с.

5. Чистякова Е. Ю. Проблема смысла жизни в мировой философии: учебно-методическое пособие / Е. Ю. Чистякова. – Белгород: Изд-во Белгородского государственного национального исследовательского университета, 2019. – 212 с.

6. Сартр Ж.-П. Экзистенциализм – это гуманизм / Ж.-П. Сартр // Сумерки Богов. – Москва: Издательство политической литературы, 1990. – С. 319-344.

Требования к материально-технической оснащенности организации для реализации программы: аудитория с мультимедийным оборудованием.

Сроки реализации программы: февраль 2022 г. – май 2022 г.

Программа реализуется в течении 13 занятий. Занятия посещают 50 студентов 1 курса ЕТФ. Частота встреч примерно 1-2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия – 2 академических часа.

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Повышение уровня сформированности смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза.
2. Приобретение системы знаний о смысле жизни, смысложизненных ориентациях, ценностях.
3. Владение навыками рефлексии и целеполагания.
4. Повышение мотивации и интереса к обучению и личностному самоопределению.
5. Осознание студентами свободы и ответственности за собственную жизнь.
6. Развитие способности самостоятельно предпринимать решения.
7. Определение перспектив дальнейшего профессионального и личностного роста.
8. Развитие навыка позитивного отношение к себе и окружающим людям.
9. Выработка и осознание собственных ценностей.
10. Осознание ценности альтруизма.

Для оценки эффективности реализации психолого-педагогической программы после каждого занятия предусмотрено выполнение самостоятельных работ. Качественными критериями эффективности реализации программы являются получение обратной связи от участников занятий.

Раскроем краткое содержания занятий каждого блока. Общая продолжительность теоретического блока составляет 6 часов, практического блока – 20 ч.

Занятие 1.

Лекция на тему: «Проблема смысла жизни в философии и религии» (2 часа).

Цель: сформировать представление о смысле жизни на основе философского и религиозного подходов.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие, постановка проблемы смысла жизни.
2. Основная часть: проблема смысла в философии и религии.
3. Заключительная часть: рефлексией, подведением итога занятия.
4. Прощание.

Форма организации занятия: лекция, групповая работа.

Метод: групповая дискуссия.

Занятие 2.

Лекция на тему: «Проблема смысла жизни в психологии. Психологическое консультирование в работе со смыслом жизни».

Цель: сформировать представление о смысле жизни, опираясь на отечественные и зарубежные психологические исследования.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие, постановка проблемы смысла жизни.
2. Основная часть: проблема смысла жизни в психоанализе и экзистенциальной психологии; концепция смысла жизни В.Э. Чудновского; деятельностный подход в решении проблемы смысла; психологическое консультирование в работе со смыслом жизни.
3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итога занятия.
4. Прощание.

Формы работы с обучающимися: лекция, групповая дискуссия.

Занятие 3.

Лекция на тему: «Ценности и смысложизненные ориентации человека».

Цель: сформировать представления о ценностях и смысложизненных ориентациях.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие, постановка проблемы определения системы ценностей и СЖО.
2. Основная часть: терминальные и инструментальные ценности; ценность альтруизма и его значение; понятие «СЖО»; основные компоненты СЖО; профессионально значимые свойства и качества личности; значение педагогической деятельности.
3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итога занятия.
4. Прощание.

Формы организация: лекция, групповая работа.

Метод: групповая дискуссия.

Занятие 4.

Практическое занятие: «Поиск смысла жизни в «Исповеди» Л.Н. Толстого» (2 часа).

Цель: раскрыть способы поиска смысла жизни на примере автобиографического произведения Л.Н. Толстого «Исповедь».

План:

1. Вводная часть: приветствие, оглашение цели предстоящей работы, рассказ о жизни и творчестве Л.Н. Толстого, объяснение правил работы с текстом.
2. Основная часть: работа с текстом произведения Л.Н. Толстого «Исповедь» [73], подготовка ответов на поставленные вопросы, групповая работа с фрагментом текста сон Л.Н. Толстого с применением герменевтического метода («техники понимания») [12, с. 92].

3. Заключительная часть представлена рефлексией, подведением итогов занятия.

4. Прощание.

Формы организации: семинар, индивидуальная и групповая работа.

Метод: герменевтический метод.

Задание 5-6:

Практическое задание: «Логотерапия В.Э. Франкла» (4 часа).

Цель: сформировать представления о содержании логотерапии В.Э. Франкла и основных способах обретения смысла жизни.

1. Вводная часть: приветствие, оглашение цели предстоящей работы, рассказ о жизни и творчестве В.Э. Франкла, объяснение правил работы с текстом.

2. Основная часть: работа с текстом произведения В.Э. Франкла «Человек в поисках смысла» [79]; подготовка ответов на поставленные вопросы; групповая работа с фрагментом текста из произведения В.Э. Франкла «Человек в поисках смысла» (воспоминания Франкла о жене) с применением метода глубиной философии Р. Лахава; выполнение тренингового упражнения «Смысл жизни».

3. Заключительная часть представлена рефлексией, подведением итогов занятия.

4. Прощание.

Формы организации: семинар, индивидуальная и групповая работа.

Методы: герменевтический метод, метод глубиной философии, тренинговые упражнения.

Занятие 7.

Практическое задание: «Мои ценности и смыслы».

Цель: формирование ценностей, смысложизненных ориентаций, положительного отношения к себе и окружающим людям, активизация процесса самопознания, развитие навыка понимания других людей.

1. Вводная часть: тренинговое упражнение на приветствие, оглашение цели предстоящей работы, объяснение правил работы в группе.

2. Основная часть: рассказ притчи о мудреце, выполнение тренинговых упражнений «Дерево ценностей», «Ценности и приоритеты», «Колесо жизни».

3. Заключительная часть: тренинговое упражнение «Пожелание друг другу», рефлексия, подведение итогов занятия.

4. Прощание.

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная и групповая работа.

Методы: тренинговые упражнения.

Занятие 8.

Практическое занятие: Абсурд или осмысленное бытие (2 часа).

Цель: формирование рефлексивных навыков, развитие умения аргументировать свою позицию относительно проблемы смысла жизни.

1. Вводная часть: приветствие, оглашение цели предстоящей работы, объяснение правил.

2. Основная часть: проведение дебатов.

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итогов занятия.

4. Прощание.

Форма организации: практическое занятие, групповая работа.

Метод: дебаты.

Занятие 9.

Практическое задание: «Проблема свободы и ответственности» (2 часа).

Цель: осознание границ собственной свободы и ответственности, развитие способности принимать самостоятельные и ответственные решения.

1. Вводная часть: тренинговое упражнение на приветствие «Я так рад тебя видеть», постановка проблемы, объяснение правил работы.

2. Основная часть: понятие свободы и ответственности, значение свободы и ответственности для человеческого существования; групповая работа по составлению «Карты идей» после прочтения фрагментов произведения Ж.-П. Сартра «Экзистенциализм – это гуманизм» [67]; групповая работа по сочинению сократического диалога о свободе и ответственности; выполнение тренинговое упражнение «Свобода и ответственность».

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итогов занятия.

4. Прощание.

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная и групповая работа.

Методы: герменевтический метод, сократический диалог, тренинговые упражнения, интеллектуальные-карты.

Занятие 10-11.

Практическое занятие: «Линия жизни» (4 часа).

Цель: установление связи между прошлым, настоящим и будущим, определение жизненных целей и способов их осуществления, формирование навыков прогнозирования и проектирования своего будущего через принятие ответственности за свой выбор.

1. Вводная часть: приветствие, оглашение цели предстоящей работы, объяснение правил работы.

2. Основная часть: рассказ о картине «Линия жизни» русского писателя и поэта А. Белого, создание собственной «Линии жизни или жизненной истории» в виде графика, анализ событий графика, формулировка жизненных целей, исходя из опыта прошлого и настоящего.

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итогов занятия.

4. Прощание.

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная работа.

Метод: нарративный метод.

Занятие 12.

Практическое задание: «Основы целеполагания: от мечты к цели».

Цель: развитие навыков целеполагания, планирования и достижения поставленных целей, повышение мотивации к достижению поставленной цели, построение жизненной перспективы.

2. Вводная часть: приветствие, оглашение цели предстоящей работы, объяснение правил работы.

2. Основная часть: понятие «целеполагание», принципы целеполагания, выполнение тренинговых упражнений «Достижение цели», «Кредо жизни», «Жизненные перспективы».

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итогов занятия.

4. Прощание.

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная и групповая работа.

Методы: тренинговые упражнения.

Занятие 13.

Практическое занятие: «Личностное и профессиональное самоопределение».

Цель: формирование чувства самопринятия и принятие другого, ответственного отношения за личностное становление и выбор профессионального пути, повышение мотивации к обучению, интереса к будущей профессии, развитие навыков личностного и профессионального самоопределения.

1. Вводная часть: приветствие, проведение тренингового упражнения «Волшебная рука» для создания теплой, доверительной атмосферы. Оглашение цели предстоящей работы.

2. Основная часть: выполнение тренинговых упражнений «Самопрезентация», «Мой профессиональный выбор», «Зачем?», «Дорожная карта».

3. Заключительная часть представлена рефлексией.

4. Подведение итогов работы по психолого-педагогической программе.

5. Прощание.

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная и групповая работа.

Методы: тренинговые упражнения.

План-конспекты занятий психолого-педагогической программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза представлен в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

Требования к компетенциям специалиста, который реализует данную программу:

1) знать функционирование психики; возрастные и типологические особенности людей; динамику развития личности в онтогенезе; виды психологической помощи; базовые методы, приемы и техники целенаправленного психологического воздействия; этические принципы в работе психолога; принципы и особенности проведения психодиагностических; психокоррекционных и психотерапевтических мероприятий;

2) уметь строить доверительные отношения с обучающимися для оптимизации процесса формирования СЖО; грамотно анализировать проблемные жизненные ситуации человека, «видеть» их, определять основные направления их решения; проводить психодиагностику и составлять формирующую программу работы; применять специальные процедуры диагностики и психологические техники; проводить оценку эффективности проведенной психолого-педагогической программы;

3) владеть навыками критического мышления для определения сильных и слабых сторон альтернативных решений, выводов или подходов к проблемам обучающихся; владеть навыками организации и проведения психологических тренингов в соответствии с поставленными задачами;

владеть навыками общения, разрешения конфликтных ситуаций; самостоятельной работы с разнообразными источниками информации.

Таким образом, в ходе исследования была разработана и реализована психолого-педагогическая программа формирования СЖО студентов педагогического вуза. Она включала в себе два блока теоретический и практический. Теоретический блок представлен лекционными занятиями, которые направлены на формирование у студентов представлений о смысле жизни, СЖО и ценностях. Практические занятия ориентированы на формирование и развитие СЖО. В следующей части исследования будет проверена эффективность реализованной программы с помощью применения повторной диагностики СЖО студентов педагогического вуза.

3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

После организации и реализации психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза была проведена повторная диагностика с целью оценки ее эффективности. Диагностика проводилась при помощи методик, которые применялись в ходе констатирующего эксперимента: «СЖО» Д.А. Леонтьева, опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина, шкала экзистенции А. Лэнгле и К. Орглера.

Результаты повторного исследования по методике «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева представлены на рисунке 9 и в таблице 4.1 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4).

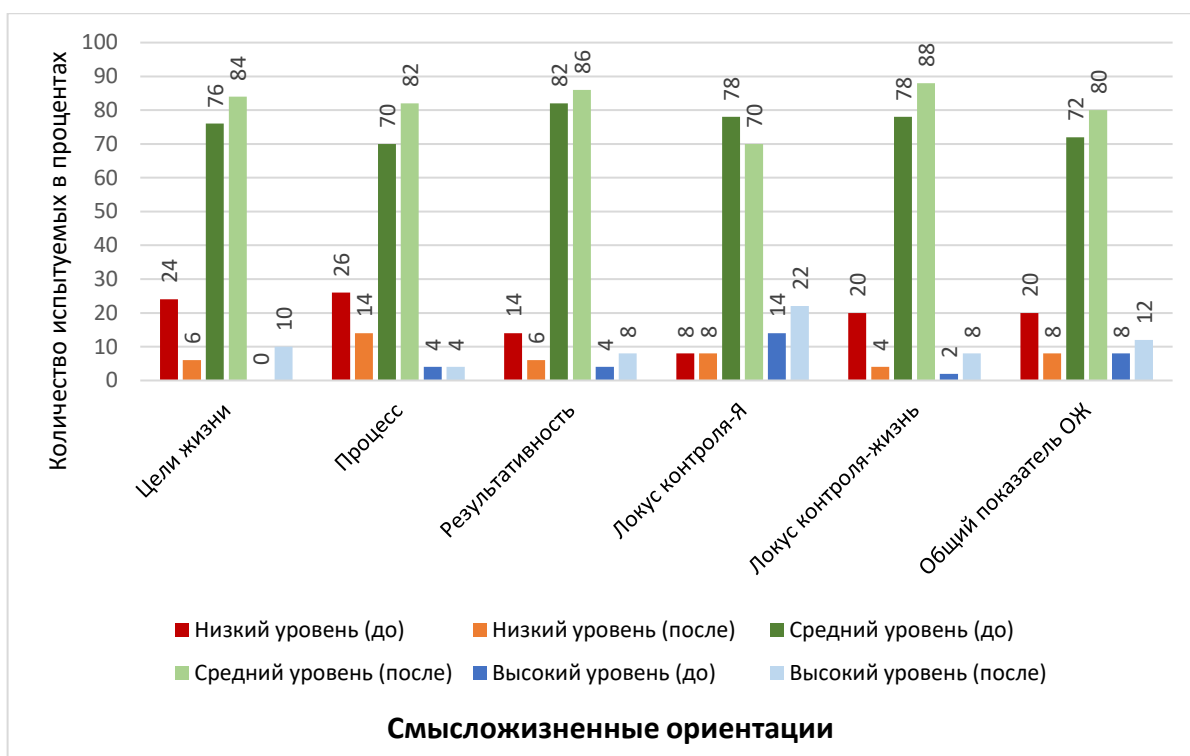


Рисунок 9 – Результаты исследования СЖО экспериментальной группы естественно-технологического факультета до и после реализации программы с помощью процедуры тестирования (опросник «СЖО» Д.А. Леонтьева)

После реализации психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза изменились показатели по всем шкалам СЖО.

По шкале «Цель жизни» низкие баллы имеют 6 % испытуемых, средние – 84 %, высокие 10 %. У студентов с низкими показателями по данной шкале отсутствуют цели на будущее. Студенты испытывают трудности в целеполагании. Респонденты с высокими и средними показателями характеризуются целеустремленностью, умением ставить перед собой цели. Данные студенты имеют цели, придающие осмысленность, направленность и временную перспективу их жизни. По полученным результатам можно констатировать, что уменьшилось количество студентов с низким уровнем на 18 % по сравнению с результатами констатирующего эксперимента. До реализации программы низкий уровень был у 24 % испытуемых, после – у 6 %. Повысилось количество студентов со средним уровнем на 8 %. До реализации

программы средний уровень был у 76 % испытуемых, после – у 84 %. Увеличилось количество студентов с высоким уровнем – на 10 %. До реализации программы студенты с высоким уровнем по данному показателю отсутствовали. Положительные изменения свидетельствуют о развитии целеустремленности и целеполагания, о повышении осмысленности жизни.

По шкале «Процесс жизни» низкие баллы имеют 14 % испытуемых, средние – 82 %, высокие 4 %. Студенты с низкими показателями по данной шкале неудовлетворены своей жизнью. Респонденты с высокими показателями удовлетворены жизнью, способны воспринимать жизнь как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом процесс. У испытуемых со средними баллами удовлетворенность жизнью выражена на среднем уровне. По полученным результатам можно наблюдать уменьшение количества студентов с низким уровнем на 12% по сравнению с результатами констатирующего эксперимента. До реализации программы низкий уровень был у 26 % испытуемых, после – у 14 %. Повысилось количество студентов со средним уровнем развития показателя на 12 %. До реализации программы средний уровень был у 70 % испытуемых, после – у 82 %. Полученные результаты говорят о том, что присутствует положительная динамика изменения отношения к жизни. У респондентов повысился интерес к жизни, они стали более осмысленно относиться к собственному бытию и воспринимать его как эмоционально положительный и насыщенный процесс.

По шкале «Результативность жизни» низкие баллы имеют 6 % испытуемых, средние – 86 %, высокие 8 %. Студенты с низкими показателями неудовлетворены прожитой частью жизни. Респонденты с высокими показателями удовлетворены самореализацией, воспринимают прожитую жизнь как продуктивную и осмысленную. У испытуемых со средними баллами удовлетворенность самореализацией выражена на среднем уровне. По полученным результатам видно, что уменьшилось

количество студентов с низким уровнем результативности на 8 % по сравнению с результатами констатирующего эксперимента. До реализации программы низкий уровень был у 14 % испытуемых, после – у 6 %. Повысилось количество студентов со средним уровнем на 4 %. До реализации программы средний уровень был у 82 % испытуемых, после – у 86 %. Увеличилось количество студентов с высоким уровнем – на 4 %. До реализации программы высокий уровень был у 4 % испытуемых, после – у 8 %. Положительный сдвиг свидетельствует о переосмыслении достижений собственной жизни. Студенты стали лучше понимать ценность прошлого и приобретенного опыта.

По шкале «Локус-контроля – Я» низкие баллы имеют 8 % испытуемых, средние – 70 %, высокие 22 %. Студенты с низкими показателями ставят под сомнение возможность контроля событий собственной жизни. Респонденты с высокими показателями уверены в наличии свободного выбора в построении жизни в соответствии со своими целями и смыслами. Студенты со средними баллами только начинают осознавать себя в качестве сильной личности, обладающей свободой выбора для построения траектории жизни. По полученным результатам видно, что не изменилось количество студентов с низкими баллами по данному показателю. Уменьшилось количество студентов со средним уровнем развития локуса-контроля – Я на 8 % по сравнению с результатами констатирующего эксперимента. До реализации программы средний уровень был у 78 % испытуемых, после – у 70 %. Повысилось количество студентов с высоким уровнем – на 8%. До реализации программы высокий уровень был у 14 % испытуемых, после – у 22 %. Положительный сдвиг в сторону увеличения количества студентов с высоким уровнем локуса-контроля – Я говорит о возрастании субъектности. Испытуемые стали более уверенными в себе, у них появилось стремление осуществлять свободный выбор, ставить перед собой цели, строить жизненные планы, быть хозяевами своих судеб.

По шкале «Локус-контроля – жизнь» низкие баллы имеют 4 % испытуемых, средние – 88 %, высокие 8 %. Студенты с низкими показателями убеждены в том, что жизнь неподвластна сознательному контролю и бессмысленно планировать свое будущее. Респонденты с высокими показателями уверены, что способны контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. У студентов со средними баллами достаточно сформировано представление о том, что человек может управлять жизнью и влиять на будущее. По полученным данным видно, что по сравнению с результатами констатирующего эксперимента уменьшилось количество студентов с низкими баллами по показателю на 16 %. До реализации программы низкий уровень был у 20 % испытуемых, после – у 4 %. Увеличилось количество студентов со средним уровнем развития локуса-контроля – жизнь на 10 %. До реализации программы средний уровень был у 78 % испытуемых, после – у 88 %. Повысилось количество респондентов с высоким уровнем – на 6 %. До реализации программы высокий уровень был у 2 % испытуемых, после – у 8 %. Положительный сдвиг говорит о том, что у студентов изменилось представление о собственном участии в процессе жизни, произошло переосмысление своего влияния на собственную судьбу. Скорее всего это связано с развитием умения свободно принимать решения и реализовывать свой свободный выбор. Испытуемые стали больше управлять своей жизнедеятельностью.

По шкале «Осмысленность жизни» низкие баллы имеют 8 % испытуемых, средние – 80 %, высокие 12 %. Студенты с низкими баллами не считают свою жизнь осмысленной. Респонденты с высокими баллами представляют свою жизнь осмысленной. У студентов со средними баллами осмысленность жизни сформирована на среднем уровне. По полученным результатам видно, что после проведения формирующего эксперимента уменьшилось количество студентов с низкими баллами по данному показателю на 12 %. До реализации программы низкий уровень был у 20 %

испытуемых, после – у 8 %. Количество студентов со средним уровнем развития осмысленности жизнь увеличилось на 8 %. До реализации программы средний уровень был у 72 % испытуемых, после – у 80 %. Количество респондентов с высоким уровнем увеличилось на 4 %. До реализации программы высокий уровень осмысленности был у 8 % испытуемых, после – у 12 %. Положительный сдвиг говорит о том, что у студентов повысился уровень осмысленность собственной жизни. Студенты стали более уверенными в собственной способности ставить перед собой цели и добиваться поставленных результатов.

В начале нашего исследования была сформулирована гипотеза, что формирование смысложизненных ориентаций будет эффективным если разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.

Для статистической проверки данной гипотезы исследования выполнена математическая обработка экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона. Критерий предназначен для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить направленность и выраженность изменений.

В исследовании были сопоставлены показатели уровня развития осмысленности жизни до и после реализации психолого-педагогической программы по методике «Смысложизненные ориентации» (таблица 4.2, ПРИЛОЖЕНИЕ 4).

Сумма рангов равна $\Sigma = 1275$

Общая сумма рангов совпадает с расчетной:

$$\Sigma R_i = [N(N+1)]/2 = [50(50+1)]/2 = 1275$$

Сформулируем гипотезы.

H₀: интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей развития смысложизненных ориентаций у студентов ЕТФ не превосходит

интенсивность сдвигов в направлении уменьшения показателей уровня их развития.

H1: интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей смысложизненных ориентаций у студентов ЕТФ превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения показателей уровня их развития.

В исследуемой группе выявлены только четыре нетипичных сдвига, то есть только у четырех опрошенных показатели осмысленности жизни не повысились в результате реализованной программы формирования смысложизненных ориентаций.

$$T_{\text{эмп.}} = 19,5$$

Критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=50$:

$$T_{\text{кр}}=379 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}}=446 \quad (p \leq 0.05)$$

По рисунку 10 видно, что $T_{\text{эмп.}}$ попадает в зону значимости: $T_{\text{эмп.}} < T_{\text{кр}}(0,01)$.

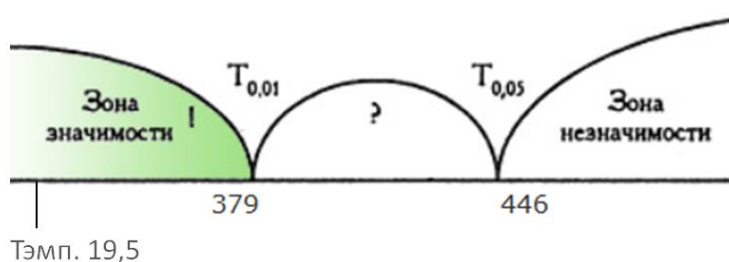


Рисунок 10 – Ось значимости

Применяется гипотеза H1: интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей смысложизненных ориентаций у студентов группы ЕТФ превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения показателей уровня их развития.

Таким образом, гипотеза нашего исследования подтвердилась. Доказано, что формирование смысложизненных ориентаций будет эффективным если разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.

Рассмотрим результаты повторного исследования по методике «Терминальные ценности» И.Г. Сенина. Результаты представлены на рисунке 11 и таблице 4.3 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4).

После реализации психолого-педагогической программы формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза изменились показатели по всем шкалам методики «Терминальные ценности».

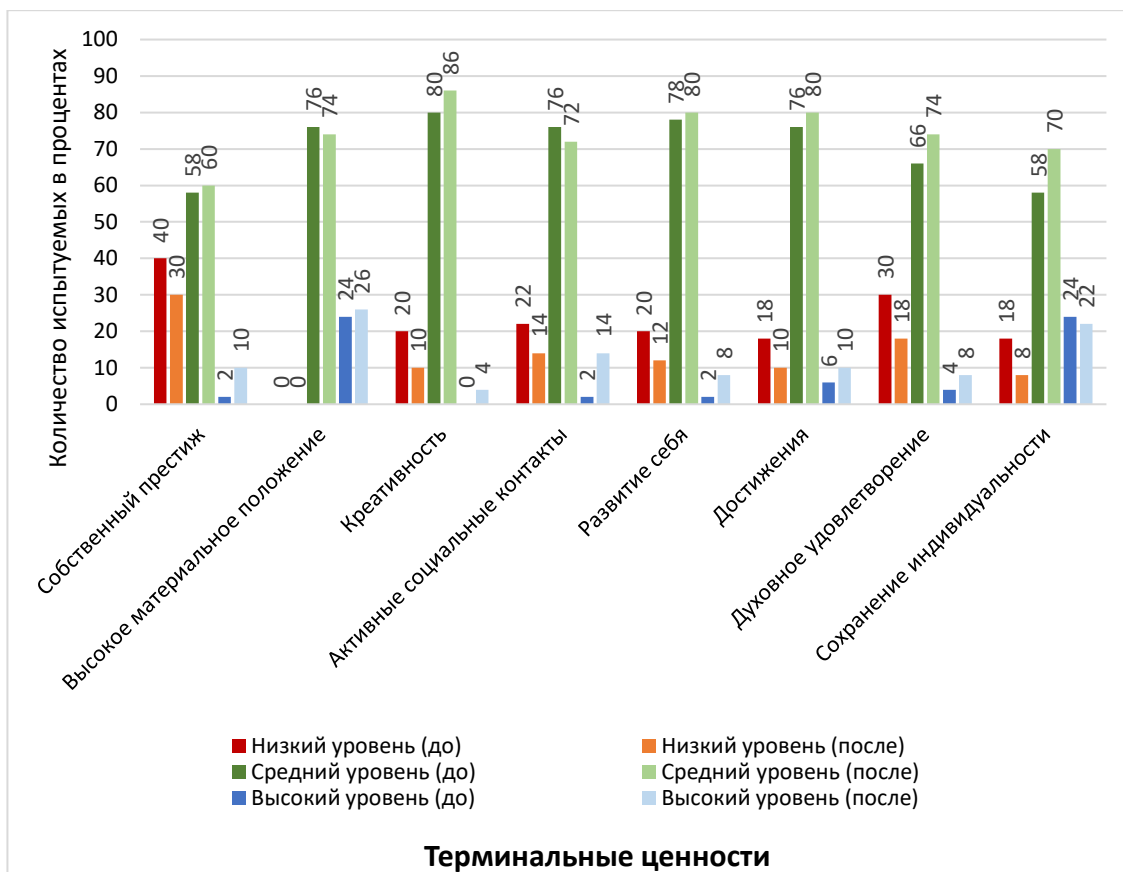


Рисунок 11 – Результаты исследования терминальных ценностей экспериментальной группы естественно-технологического факультета до и после реализации программы с помощью процедуры тестирования (опросник «Терминальные ценности» И.Г. Сенина)

По шкале «Собственный престиж» низкие баллы имеют 30 % испытуемых, средние – 60 %, высокие – 10 %. Студенты с низкими баллами не стремятся к признанию, одобрению со стороны других людей, для респондентов со средними показателями характерно желание получить социальное признание и уважение окружающих. По полученным результатам видно, что по сравнению с результатами констатирующего

эксперимента уменьшилось количество студентов с низкими баллами по данному показателю на 10%. До реализации программы низкий уровень был у 40 % испытуемых, после – у 30 %. Количество студентов со средними баллами повысилось также на 2 %. До реализации программы средний уровень был у 58 % испытуемых, после – у 60 %. Количество испытуемых с высокими увеличилось на 8 %. До реализации программы высокий уровень был у 2 % испытуемых, после – у 10 %. Это свидетельствует о повышении ценности собственного престижа и социального одобрения.

По шкале «Высокое материальное положение» средние баллы имеют 74 %, высокие – 26 %. Испытуемые с высокими и средними показателями стремятся к материальному благополучию. Количество респондентов со средними баллами уменьшилось на 2 %. До реализации программы средний уровень был у 76 % испытуемых, после – у 74 %. Количество студентов с высокими баллами увеличилось на 2 %. До реализации программы высокий уровень был у 24 % испытуемых, после – у 26 %. Полученные результаты говорят о незначительном повышении ценности материального благосостояния для студентов. Материальный достаток является для студентов важным условием жизненного благополучия. Материальная обеспеченность занимает главное место в системе ценностей.

По шкале «Креативность» низкие баллы имеют 10 % испытуемых, средние – 86 %, высокие – 4 %. Респонденты с низкими баллами не ориентированы на проявление творческих способностей. Испытуемые со средними баллами испытывают потребность в реализации творческих возможностей, преобразовании различных сфер жизни. После проведения формирующего эксперимента испытуемых с низкими баллами стало меньше на 10 %. До реализации программы низкий уровень был у 20 % испытуемых, после – у 10 %. Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 6 %. До реализации программы средний уровень был у 80 % испытуемых, после – у 86 %. Число респондентов с высокими баллами увеличилось на 4 %. До реализации программы не было ни одного

студента с высокими баллами по шкале «Креативность», после – 4 % респондентов имели высокие баллы. Положительные результаты говорят о повышении значения креативности для студентов. Студенты стали более направленными на творческое развитие своей личности, проявление внутреннего потенциала в разных сферах жизни.

По шкале «Активные социальные контакты» низкие баллы имеют 14 % испытуемых, средние – 72 %, высокие – 14 %. Респонденты с низкими баллами уклоняются от общения и социального взаимодействия. Испытуемые с высокими и средними баллами стремятся к установлению благоприятных взаимоотношений с другими людьми. После реализации психолого-педагогической программы испытуемых с низкими баллами стало меньше на 8 %. До реализации программы низкий уровень был у 22 % испытуемых, после – у 14 %. Количество респондентов со средними баллами уменьшилось на 4 %. До реализации программы средний уровень был у 76 % испытуемых, после – у 72 %. Студентов с высокими баллами стало больше на 12 %. До реализации программы высокий уровень был у 2 % испытуемых, после – у 14 %. Положительные изменения говорят о возрастании ценности общения и социального взаимодействия, расширении межличностных связей. Для большинства респондентов активные социальные контакты стали важной терминальной ценностью.

По шкале «Развитие себя» низкие баллы имеют 12 % испытуемых, средние – 80 %, высокие – 8 %. Респонденты с низкими баллами не имеют выраженного стремления к познанию своих индивидуальных особенностей и развитию своих способностей. У испытуемых с высокими и средними баллами имеются потребность к самопознанию и саморазвитию. После формирующего эксперимента испытуемых с низкими баллами стало меньше на 8 %. До реализации программы низкие баллы были у 20 % испытуемых, после – у 12 %. Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 2 %. До реализации программы средние баллы были у 78 % испытуемых, после – у 80 %. Количество студентов с высокими

показателями возросло на 6 %. До реализации программы высокие баллы были у 2 % испытуемых, после – у 8 %. Положительные изменения говорят о возрастании ценности саморазвития. Благодаря реализации психолого-педагогической программы студенты стали больше стремиться к самопознанию, самосовершенствованию и реализации своих способностей.

По шкале «Достижения» низкие баллы имеют 10 % испытуемых, средние – 80 %, высокие – 10 %. Респонденты с низкими баллами не ориентированы на достижение конкретных и ощутимых результатов жизнедеятельности. У испытуемых со средним уровнем присутствует стремление к достижению положительных результатов. Респонденты с высокими показателями по шкале ориентированы на получение высоких результатов, они тщательно планируют свою жизнь на каждом ее этапе. После реализации психолого-педагогической программы испытуемых с низкими баллами стало меньше на 8 %. До реализации программы низкие баллы были у 18 % испытуемых, после – у 10 %. Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 4 % (до реализации программы было 76 %, после – 80 %), с высокими – на 4% (до реализации программы было 6 %, после – 10 %). Полученные изменения свидетельствуют о возрастании ценности достижения. Респонденты стали больше стремиться к получению высоких результатов в различных видах деятельности.

По шкале «Духовное удовлетворение» низкие баллы имеют 18 % испытуемых, средние – 74 %, высокие – 8 %. Респонденты с низкими баллами не стремятся к получению морального удовлетворения в различных сферах жизни. Испытуемые со средними и высокими показателями направлены на занятия теми видами деятельности, которые приносят внутреннее удовлетворение. После проведения формирующего эксперимента испытуемых с низкими баллами стало меньше на 12 % (до реализации программы было 30 %, после – 18 %). Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 8 % (до реализации программы было 66 %, после – 74 %), с высокими – на 4 % (до реализации программы было

4 %, после – 8 %). Положительные изменения говорят об усилении стремления студентов к моральному удовлетворению во всех сферах жизни.

По шкале «Сохранение своей индивидуальности» низкие баллы имеют 8 % испытуемых, средние – 70 %, высокие – 22 %. Респонденты с низкими баллами зависимы от мнения окружающих, поддаются влиянию массовых тенденций. Испытуемые с высокими показателями стремятся к независимости, отстаивают право на неповторимость и своеобразие своей личности. Респонденты со средними баллами ориентированы на сохранение независимости, неповторимости и индивидуальности. После реализации программы испытуемых с низкими баллами стало меньше на 10 % (до реализации программы было 18 %, после – 8 %). Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 12 % (до реализации программы было 58 %, после – 70 %). Незначительно понизился процент испытуемых с высокими баллами на 2 % (до реализации программы было 24 %, после – 22 %). В целом полученные результаты свидетельствуют о возрастании ценности «Сохранение собственной индивидуальности» для большинства студентов. Респонденты стали больше осознавать необходимость сохранять и выражать свою индивидуальность.

Перейдем к анализу значимости жизненных сфер студентов после реализации психолого-педагогической программы. Результаты исследования представлены на рисунке 12.

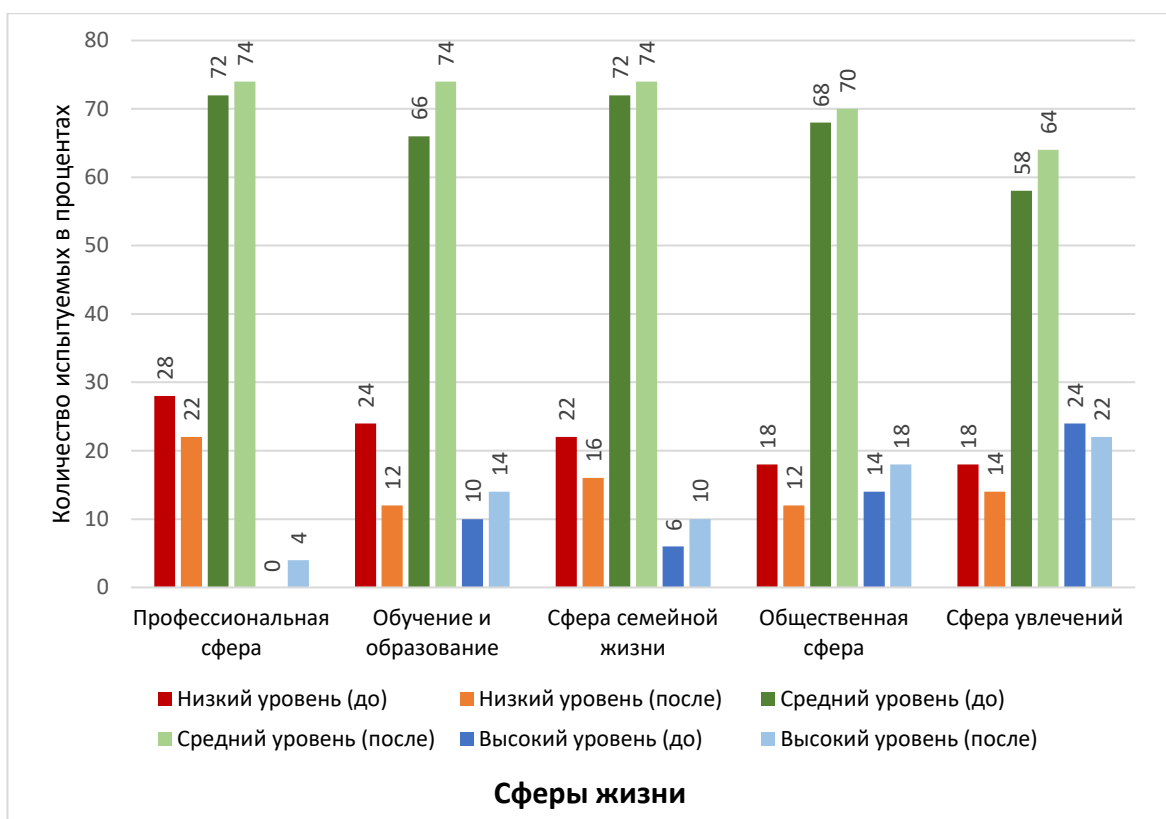


Рисунок 12 – Результаты исследования жизненных сфер экспериментальной группы естественно-технологического факультета до и после реализации программы с помощью процедуры тестирования (опросник «Терминальные ценности» И.Г. Сенина)

По шкале «Профессиональная сфера жизни» низкие баллы имеют 22 % испытуемых, средние – 74 %, высокие – 4 %. У респондентов с низкими баллами по шкале профессиональная сфера жизни занимает незначимое место в системе ценностей. Испытуемые со средними показателями осознают значимость будущей профессиональной деятельности. После формирующего эксперимента испытуемых с низкими баллами стало меньше на 6 % (до реализации программы было 28 %, после – 22 %). Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 2 % (до реализации программы было 72 %, после – 74 %), с высокими баллами – на 4 % (до реализации программы не было испытуемых с высокими баллами). Можно наблюдать незначительную положительную динамику по данной шкале, которая говорит о повышении ценности профессиональной сферы жизни для студентов. Однако, по-прежнему остается значительный процент студентов, которые не ориентированы на освоение будущей профессии. Эти

студенты не связывают с преподавательской деятельностью свою дальнейшую жизнь.

По шкале «Обучение и образование» низкие баллы имеют 12 % испытуемых, средние – 74 %, высокие – 14 %. Респонденты с низкими баллами не видят ценности в получении образования и обучения. Испытуемые с высокими показателями стремятся повысить уровень своей образованности, расширить кругозор. У респондентов со средними баллами это стремление выражено на среднем уровне. По сравнению с результатами констатирующего эксперимента испытуемых с низкими баллами стало меньше на 12 % (до реализации программы их было 24 %, после – 12 %). Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 8 % (до реализации программы их было 66 %, после – 74 %), с высокими показателями – на 4 % (до реализации программы было 10 %, после – 14 %). Можно говорить о положительной динамике показателя – повышении значимости обучения и образования для студентов. Для многих респондентов важно учиться и получать новые знания.

По шкале «Сфера семейной жизни» низкие баллы имеют 16 % испытуемых, средние – 74 %, высокие – 10 %. Низкие баллы по шкале говорят о низкой значимости сферы семейной жизни, высокие и средние баллы о важности ценности семьи. После проведения психолого-педагогической программы испытуемых с низкими баллами стало меньше на 6 % (до – 22 %, после – 16 %). Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 2 % (до – 72 %, после – 74 %), с высокими показателями – на 4 % (до – 6 %, после – 10%). По полученным результатам можно увидеть незначительную положительную динамику по данной шкале. Она говорит о повышении ценности сферы семейной жизни для студентов. Респонденты стали больше задумываться и заботиться о благополучии семьи.

По шкале «Сфера общественной жизни» низкие баллы имеют 12 % испытуемых, средние – 70 %, высокие – 18 %. У респондентов с низкими

баллами по шкале отсутствует интерес к проблемам общественной жизни. Испытуемые со средними показателями проявляют интерес к проблемам общественной жизни. Для респондентов с высокими баллами по шкале проблемы жизни социума имеют высокую значимость. Такие люди, как правило, быстро вовлекаются в общественно-политическую жизнь. После проведения формирующего эксперимента респондентов с низкими баллами стало меньше на 6 % (до – 18 %, после – 12 %). Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 2 % (до – 68 %, после – 70 %). Количество испытуемых с высокими баллами повысилось на 4 % (до – 14 %, после – 18 %). Можно наблюдать положительный сдвиг в сторону увеличения ценности сферы общественной жизни. Благодаря реализации программы студенты стали больше интересоваться проблемами общества и способами их решения, у них повысился уровень социальной активности.

По шкале «Сфера увлечений» низкие баллы имеют 14 % испытуемых, средние – 64 %, высокие – 22 %. У респондентов с низкими баллами по шкале сфера увлечений занимает незначимое место в жизни. Испытуемые со средними показателями имеют увлечения и находят время на развлечения. Увлечение занимает основное место в жизни у респондентов с высокими баллами. Они отдают своему хобби все свободное время. После проведения психолого-педагогической программы испытуемых с низкими баллами стало меньше на 4 % (до – 18 %, после – 14 %). Количество респондентов со средними баллами увеличилось на 6 % (до – 58 %, после – 64 %). Количество испытуемых с высокими баллами уменьшилось на 2 % (до – 24 %, после – 22 %). Снижение ценности сферы увлечения скорее всего связано с возрастающей учебной нагрузкой в конце учебного года.

Таким образом, проведенный анализ терминальных ценностей показал, что после реализации психолого-педагогической программы произошли положительные сдвиги в сторону повышения значимости представленных терминальных ценностей и сфер жизни для студентов.

В нашем исследовании был проведен повторный анализ значимости

терминальных ценностей и сфер жизни для студентов. Результаты анализа представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Уровни значимости терминальных ценностей и сфер жизни студентов естественно-технологического факультета (в стенах)

| Показатели | До | После |
|--------------------------------|----|-------|
| Собственный престиж | 4 | 4 |
| Высокое материальное положение | 6 | 6 |
| Креативность | 4 | 5 |
| Активные социальные контакты | 5 | 5 |
| Развитие себя | 5 | 5 |
| Достижения | 5 | 6 |
| Духовное удовлетворение | 4 | 5 |
| Сохранение индивидуальности | 6 | 6 |
| Профессиональная сфера | 4 | 4 |
| Обучение и образование | 5 | 5 |
| Сфера семейной жизни | 4 | 5 |
| Сфера общественной жизни | 6 | 6 |
| Сфера увлечений | 5 | 6 |

Среди терминальных ценностей наиболее приоритетными ценностями остаются «Высокое материальное положение», «Сохранение индивидуальности». К ним добавилась терминальная ценность – «Достижения». Наименее значимой ценностью остается «Собственный престиж». Это говорит о том, что современная молодежь более независима от мнения социального окружения, свободна от общественных стереотипов, связанных с символами социального успеха.

Среди жизненных сфер наиболее значимой остается общественная. К ней добавилась сфера увлечений. Наименее значимой сферой остается профессиональная. Это свидетельствует о том, что студенты активно участвуют в жизни коллектива и общества, проблема профессиональной самореализации еще не является актуальной для студентов первого курса. Они находятся в начале пути профессионального становления, поэтому еще

не соотносят себя выбранной профессией.

Остальные терминальные ценности и сферы жизни для студентов имеют одинаковое по ценности значения, что говорит о разнонаправленном личностном развитии студентов.

Рассмотрим результаты повторного исследования по методике «Шкала экзистенция» А. Лэнге, К. Орглер. Результаты представлены на рисунке 13 и в таблице 4.4 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4).

После реализации психолого-педагогической программы формирования СЖО студентов педагогического вуза изменились показатели шкалы экзистенции.

По шкале «Самодистанцирование» низкие баллы набрали 14 % испытуемых, средние – 74 %, высокие – 12 %. У студентов с низкими баллами отсутствует дистанция по отношению к себе, им сложно объективно оценивать жизненные ситуации. Респонденты с высокими и средними баллами способны занимать дистанцию по отношению к себе и жизненной ситуации, они могут взглянуть на себя со стороны. По сравнению с результатами констатирующего эксперимента уменьшилось количество студентов с низкими баллами на 16 % (до – 30 %, после – 14 %). Количество студентов со средними баллами повысилось на 12 % (до – 62 %, после – 74 %), с высокими баллами – на 4 % (до – 8 %, после – 12 %). Изменения в сторону повышения баллов говорит о развитии у студентов рефлексивных навыков, без которых невозможно занять дистанцию по отношению к себе, воспринимать себя и жизненную ситуации объективно.

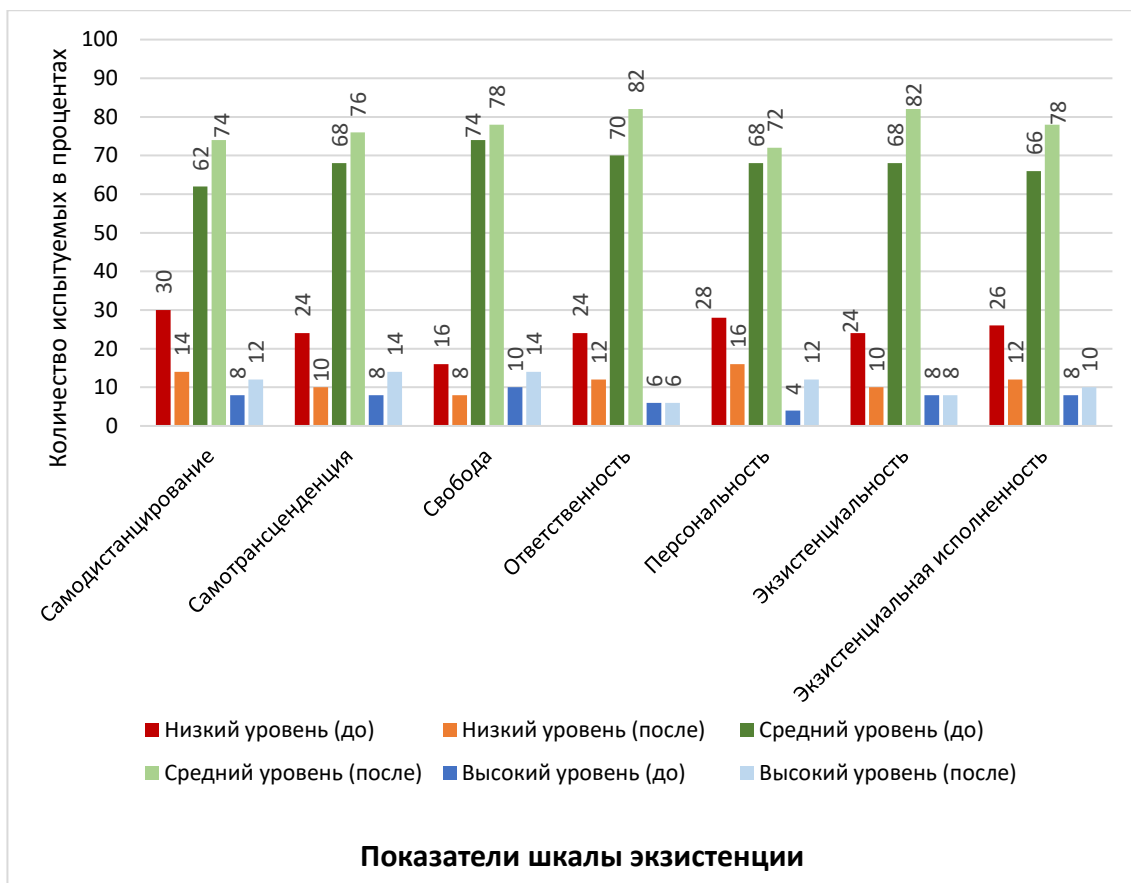


Рисунок 13 – Результаты исследования экзистенциальной исполненности экспериментальной группы естественно-технологического факультета до и после реализации программы с помощью процедуры тестирования (опросник «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, К. Орглер)

По шкале «Самоотраженность» низкие баллы имеют 10 % испытуемых, средние – 76 %, высокие – 14 %. У студентов с низкими баллами отсутствует самопринятие. Их отношения с миром и людьми характеризуются эмоциональной уплощенностью и скудностью, им сложно осуществлять выбор субъективных ценностей. Респонденты с высокими баллами имеют эмоционально-ценностное и деятельное отношение к бытию, они обладают высокой эмпатией и проявляют альтруизм. Студенты со средними баллами способны почувствовать, что для них является важным и правильным. Они ориентируются на ценностные основания бытия, открыты для взаимодействия с другими людьми, склоны проявлять эмпатию.

По полученным данным видно, что по сравнению с результатами констатирующего эксперимента уменьшилось количество студентов с

низкими баллами по данному показателю на 14 % (до – 24 %, после – 10 %). Количество студентов со средними баллами повысилось на 8 % (до – 68 %, после – 76 %), с высокими – на 6 % (до – 8 %, после – 14 %). Это свидетельствует о повышении способности студентов понимать собственные ценности и поступать в соответствии с ними, доверять своим чувствам, сопереживать другим людям и принимать их инаковость.

По шкале «Свобода» низкие баллы набрали 8 % испытуемых, средние – 78 %, высокие – 14 %. Низкие баллы имеют студенты, которым трудно принимать решения. С ростом показателя возрастает способность находить возможности для действий и принятия решений. После реализации программы можно наблюдать уменьшение количества студентов с низкими баллами на 8 % (до – 16 %, после – 8 %). Количество студентов со средними баллами повысилось также на 4 % (до – 74 %, после – 78 %), с высокими баллами – на 4 % (до – 10 %, после – 14 %). Полученные результаты говорят о повышении уверенности в себе, развитии умения видеть открытые возможности и предпринимать на их основе решения.

По шкале «Ответственность» низкие баллы имеют 12 % испытуемых, средние – 82 %, высокие – 6 %. Студенты с низкими баллами не чувствуют персональной включенности в жизнь, избегают ответственности, не планируют свое бытие. С растущим показателем ответственности растет включенность студентов в жизнь. После реализации программы уменьшилось количество студентов с низкими баллами по данному показателю на 12 % (до – 24 %, после – 12 %). Количество студентов со средними баллами повысилось также на 12 % (до – 70 %, после – 82 %). Это свидетельствует о более глубоком осознании студентами ответственности за свое бытие.

По шкале «Персональность» низкие баллы имеют 16 % испытуемых, средние – 72 %, высокие – 12 %. Низкие показатели говорят о замкнутости испытуемых, средние баллы – о средней когнитивной и эмоциональной доступности испытуемых для себя и для мира, высокие – об открытом

восприятию мира и самих себя. По полученным результатам видно, что уменьшилось количество студентов с низкими баллами на 12 % (до – 28 %, после – 16 %). Количество студентов со средними баллами повысилось также на 4 % (до – 68 %, после – 72 %), с высокими баллами – на 8 % (до – 4 %, после – 12 %). Положительные изменения говорят о том, что студенты более открыто стали воспринимать мир и себя. Повышение уровня персональности, мы связываем с развитием рефлексии, коммуникативных навыков, умением понимать себя и других людей.

По шкале «Экзистенциальность» низкие баллы имеют 10 % испытуемых, средние – 82 %, высокие – 8 %. Студенты с низкими баллами не ориентируются в мире, им сложно придти к решениям и ответственно воплощать их в жизнь. При увеличивающемся показателе «Экзистенциальность» растет степень решимости и ответственности за бытие, жизнь становится более аутентичной. По полученным результатам видно, что после реализации программы уменьшилось количество студентов с низкими баллами на 14 % (до – 24 %, после – 10 %). Количество студентов со средними баллами повысилось также на 14 % (до – 68 %, после – 82 %). Благодаря реализации программы повысился уровень экзистенциальности студентов. Они стали лучше осознавать свою свободу в принятии решений и ответственность за собственную жизнь.

По шкале «Экзистенциальная исполненность» низкие баллы имеют 12 % испытуемых, средние – 78 %, высокие – 10 %. Студенты с низкими баллами считают свою жизнь бессмысленной, респонденты со средними и высокими баллами описывают свою жизнь как наполненную смыслом. По полученным результатам можно наблюдать положительную динамику: количество испытуемых с низкими баллами уменьшилось на 14 % (до – 26 %, после – 12 %), количество испытуемых со средними баллами наоборот увеличилось на 12 % (до – 66 %, после – 78 %), с высокими баллами – на 2 % (до – 8 %, после – 10 %). Это свидетельствует о том, что студенты стали воспринимать свою жизнь как более осмысленную.

Экзистенциальная исполненность (наполненность экзистенции смыслом) является важной составляющей СЖО. Проведем проверку предположения о наличии статистически значимых сдвигов в сторону увеличения данного показателя. Выполним математическую обработку экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Сопоставим показатели уровня развития экзистенциальной исполненности до и после реализации психолого-педагогической программы по методике «Шкала экзистенция» (таблица 4.5, ПРИЛОЖЕНИЕ 4).

Сумма рангов равна $\Sigma = 1275$

Общая сумма рангов совпадает с расчетной:

$$\Sigma R_i = [N(N+1)]/2 = [50(50+1)]/2 = 1275$$

Сформулируем гипотезы.

H₀: интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей развития экзистенциальной исполненности у студентов ЕТФ не превосходит интенсивность сдвигов в направлении уменьшения показателей уровня их развития.

H₁: интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей развития экзистенциальной исполненности у студентов ЕТФ превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения показателей уровня их развития.

В исследуемой группе выявлены только один нетипичный сдвиг, то есть только у одного опрошенного показатель экзистенциальной исполненности не повысился в результате реализации программы формирования СЖО.

$$T_{\text{эмп.}} = 1,5$$

Критические значения для Т-критерия Вилкоксона для n=50:

$$T_{\text{кр}} = 397 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 466 \quad (p \leq 0.05)$$

По рисунку 10 видно, что T эмп. попадает в зону значимости:
 $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$.

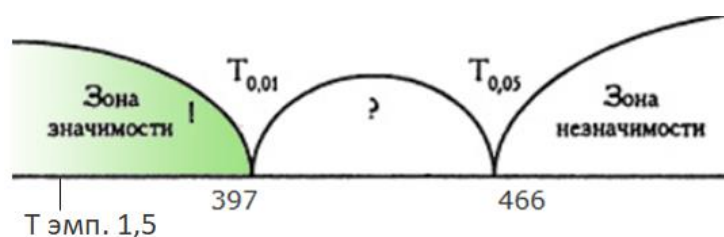


Рисунок 14 – Ось значимости

Применяется гипотеза H_1 : интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей сформированности экзистенциальной исполненности у студентов группы ЕТФ превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения показателей уровня их формирования. Изменения показателей, произошедшие после прохождения программы, являются статистически значимыми.

Таким образом, в результате реализации психолого-педагогической программы у студентов первого курса ЕТФ повысился уровень осмысленности жизни, экзистенциальной исполненности, сформированности терминальных ценностей. Была экспериментально подтверждена пятая гипотеза исследования: формирование смысло-жизненных ориентаций будет эффективным, если разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования смысло-жизненных ориентаций студентов педагогического вуза.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

В рамках реализации программы была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику. В технологической карте представлены основные этапы внедрения программы:

1-й этап: «Целеполагание внедрения психолого-педагогической программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза». Целью

данного этапа является изучение необходимых документов по проведению психолого-педагогической программы; определение цели проведения психолого-педагогической программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза; разработка этапов предмета исследования и программно-целевого комплекса внедрения программы формирования СЖО.

2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на проведение психолого-педагогической программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза». Целью второго этапа является подготовка администрации вуза и заинтересованных субъектов к освоению предмета внедрения, создание у них положительной реакции на предмет внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза.

3-й этап: «Изучение предмета психолого-педагогической программы». На этапе изучаются необходимые материалы по предмету исследования, сущность предмета внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза, методика внедрения темы программы.

4-й этап: «Опережающее освоение предмета внедрения». Цель этапа заключается в создании инициативной группы для опережающего освоения предмета внедрения; закреплении и углублении знаний и умений; обеспечении условий для успешного освоения методики внедрения программы; проверке методики внедрения программы.

5-й этап: «Фронтальное освоение предмета внедрения». Цель данного этапа заключается в мобилизации коллектива внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза; развитии знаний и умений, сформированных на предыдущем этапе; обеспечении условий для фронтального внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза.

6-й этап: «Совершенствование работы над предметом внедрения». Целью этапа является совершенствование знаний и умений, сформированных на предыдущем этапе; обеспечение условий совершенствования методики работы по внедрению программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза; совершенствование методики освоения внедрения программы.

7-й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза». На седьмом этапе изучается и обобщается опыт внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза; осуществляется наставничество над другими вузами, приступающими к внедрению программы; проводится пропаганда передового опыта по внедрению программы.

Более подробно технологическая карта внедрения программы описана в ПРИЛОЖЕНИИ 5. В нем представлена структура технологической карты внедрения, для каждого этапа описаны цели, содержание деятельности, методы, формы, количество мероприятий, продолжительность, приведен перечень специалистов, ответственных за организацию и выполнение деятельности.

На основе изучения психолого-педагогической литературы были разработаны методические рекомендации по формированию СЖО у студентов педагогического вуза. Психолого-педагогическая работа направлена на формирование СЖО студентов. Она строится на гуманистическом подходе, который ставит в центр образовательной системы развитие личности. Реализация обучения согласно принципам гуманистического подхода предполагает создание всех необходимых условий для более полного и свободного развития личности посредством формирования СЖО.

Большое влияние на формирование СЖО оказывает образовательная среда. Она должна быть психологически комфортной и безопасной для

гармоничного развития ценностно-смысловой сферы личности. Находясь, в таком образовательном пространстве, студенты свободно проявляют свою индивидуальность и выстраивают доброжелательные отношения с другими людьми, основанные на взаимопомощи и поддержке.

Можно выделять несколько аспектов формирования СЖО личности студента в образовательной среде:

- создание ценностного пространства, способствующего формированию СЖО;
- актуализация личностно-утверждающих ситуаций: внешних (диалогизация, проблематизация педагогического процесса) и внутренних (критическое мышление, потребности, смысловые установки), развивающих «Я-концепцию» с помощью механизмов самовыражения, самопознания, рефлексии и целеполагания;
- обеспечение педагогического взаимодействия (педагог – студент), опираясь на принципы целевой обусловленности, рефлексивной деятельности, осознанной перспективы [78, с. 152].

Опираясь на данные теоретические положения и результаты, полученные в ходе эмпирического исследования, можно составить следующие психолого-педагогические рекомендации для педагогов-психологов по формированию СЖО студентов.

1. Психолого-педагогическая работа должна включать диагностику уровня сформированности СЖО студентов, поскольку только по результатам диагностики можно понять, на какие компоненты СЖО следует прежде всего обратить внимание.

2. Работа преподавателя со студентами должна быть направлена не только на обучение, но и на создание воспитательных ситуаций, способствующих формированию у студентов представлений об общечеловеческих ценностях.

3. Процесс формирования СЖО должен осуществляться с учетом особенностей развития личностной сферы, структуры значимых смыслов.

4. Педагогу необходимо обращаться к внутреннему миру обучающихся, к их способностям. Студентам следует помогать в раскрытии их талантов, для этого нужно уделять внимание психологическим особенностям каждого студента.

5. Педагогам необходимо поддерживать проявление творческой активности, желание заниматься деятельностью, направленной на созидание.

6. Следует внедрить систему мероприятий, направленную на помощь студентам в самоопределении. В качестве таких мероприятий могут выступать психологические консультации по вопросам саморазвития, личностного самоопределения, тренинги самопознания, раскрытия индивидуальности в профессиональной сфере, развития целеполагания.

7. При работе со студентами преподавателю необходимо проявлять искренний интерес к их личностям, выражать радость при общении, как с отдельными субъектами, так и группой в целом.

8. Преподавателю следует позиционировать себя как человека, любящего жизнь и свое дело.

9. Преподаватель должен уметь моделировать для студентов ситуацию успеха, оказывать моральную поддержку, стимулировать включение учащихся в широкий спектр деятельности: рефлексивную, исследовательскую, организаторскую, творческую.

10. Эффективное психолого-педагогическое сопровождение должно осуществляться через работу с каждым компонентом СЖО (когнитивным, мотивационным, эмоционально-волевым, ценностным и поведенческим). На данной рекомендации остановимся более подробно.

Трудности формирования СЖО будущих педагогов связаны с тем, что студентами не накоплен рефлексивный опыт самоопределения, поэтому следует вести работу, направленную на развитие когнитивного компонента. Необходимо проводить работу по формированию представлений о ценностях и смысле жизни, развивать навыки рефлексии. Представления о

смысле жизни и ценностях формируются в процессе чтения художественных и философских произведений. С фрагментами произведений преподаватели могут знакомить студентов на занятиях гуманитарного цикла.

Навыки рефлексии позволяют субъекту понимать себя и других людей, выходить на более высокий уровень личного и профессионального развития. Развитие рефлексии может осуществляться с помощью проведения тренинговых упражнений, которые направлены на формирование установки самопознания и саморазвития, на овладение навыками критического мышления. В качестве примеров тренинговых упражнений можно привести следующие: «Автопортрет», «Три имени», «Интервью», «Карусель», «Без маски», «Выгодная сделка», «Метафора личности», «Кто Я» и др. [63]

Большим потенциалом формирования рефлексии обладают философские методы: герменевтика и сократический диалог. Метод сократического диалога – это форма совместного аргументированного диалога между людьми, основанная на задавании вопросов и ответах на них, чтобы стимулировать критическое мышление и выявить идеи и лежащие в их основе предпосылки [86, с. 1238]. Сократический диалог можно применять как для активизации процесса обучения, так и для развития способности к рефлексии, формирования личностных и профессиональных компетенций.

Герменевтический метод – это широко используемый метод толкования текстов в философии, литературоведении. Суть метода состоит в том, чтобы провести интерпретацию текста для того, чтобы прийти к его пониманию. Один из инструментов понимания является душевный мир того, кто производит анализ. Толкование текста определяется бытием самого интерпретатора. Через выбранный смысловой контекст и через его раскрытие сам интерпретирующий субъект осознает себя в своей жизненной ситуации. Интерпретация позволяет прояснить ценностные

ориентиры личности, которые связаны с прошлым и задают траекторию в будущее. Читатель стремится понять творческий замысел автора и посредством этого определяет важные для себя духовные ценности, на которые он опирается в своей жизнедеятельности [13, с. 126].

Большое значение для формирования СЖО играет мотивационный и поведенческий компоненты. Уровень мотивации зависит от того, насколько человек осознает ценность осуществляемой деятельности. Осознание ценностей и СЖО в свою очередь зависит от развития рефлексии. Мотивационный компонент находится в тесной связи с когнитивным. Если перед системой образования стоит задача обучить высококвалифицированных специалистов, то следует уделить внимание формированию у студентов представления о значимости и ценности для общества преподавательской деятельности. Следует знакомить студентов на занятиях по педагогике и психологии с примерами выдающихся людей, которые занимались вопросами образования и воспитания: Сократ, Аристотель, Плотин, А. Нилл, И. Иллич, Х. Ортега-и-Гассет, Л.Н. Толстой, Я.А. Коменский, И.Г. Песталоцци, И. Гербарт, К.Д. Ушинский, А.С. Макаренко, Я. Корчак, В.А. Сухомлинский, Ш.А. Амонашвили, М. Монтессори, Ж.О. Декроли, К.Н. Вентцель и др.

Психолого-педагогическое сопровождение формирования СЖО должно включать в себя помощь первокурсникам при осмыслении ими перспектив своего профессионального развития, уточнении представлений о профессии, осознании собственных мотивов выбора. Преподавателю нужно оказать помощь в прояснении образа профессионала-педагога, в осмыслении критериев успешности профессиональной деятельности.

Стремление студентов найти свое место в жизни, стать востребованными специалистами связано со способностью ставить перед собой ясные цели. Педагог должен научить студентов видеть сопряженность ценностного и деятельностного плана жизни через целеполагание. Для реализации жизненных смыслов педагогу необходимо

научить студентов навыкам планирования. У студентов необходимо развивать способность к прогнозированию индивидуальной траектории развития, суть которой заключается в предвидении результатов и последствий своей деятельности.

Важно научить студентов соотносить возможные результаты деятельности с личностными ценностями. Проведение тренингов, направленных на целеполагание, способствует повышению мотивации, развитию планирования и прогнозирования деятельности. С помощью данных тренингов развивается не только мотивационный и поведенческий компоненты, но и когнитивный, поскольку постановка цели предполагает осмысление своей системы ценностей, исходя из которой определяются жизненные задачи. В качестве упражнений на целеполагание можно порекомендовать такие как: «Дерево-цели», «Дорога жизненных целей», «Линии жизни», «Карта жизненного пути», «Мое личностно-профессиональное Я», «Колесо», «Жизненные цели», «16 ассоциаций» (К.Г. Юнг), «Спящие мечты» (И. Пинтосевич), «Как распознать свои желания?» (Мишеля Лежуайо), «Розовый пузырь» и др. [63]

Преподавателям рекомендуется уделять большое внимание формированию ценностного компонента СЖО. Лекционные и семинарские занятия должны быть направлены на утверждение социальной значимости общечеловеческих ценностей. Каждое занятие со студентами следует сопровождать групповой беседой рефлексивного характера. Развитие ценностного компонента СЖО может осуществляться через приобщение субъектов образования к театральному искусству и киноискусству. Знакомство с театральными постановками и просмотр художественных фильмов, их обсуждение положительно влияет на развитие ценностно-смысловой сферы личности. В данной работе студенты развивают рефлексивные и коммуникативные навыки, определяют значимые для себя ценности. На обсуждение следует выносить театральные постановки и фильмы, где затрагивается мировоззренческая проблематика, поскольку

размышление над данными темами помогает определить собственную систему ценностей, свое отношение к действительности. В целях формирования СЖО могут использоваться обсуждения театральных постановок и фильмов, где поднимаются этические проблемы, воспитываются нравственные качества: чувство эмпатии, толерантности, человеколюбия, милосердия. Данные качества служат основой для развития альтруистических смыслов. Результаты диагностики «Система жизненных смыслов» показали, что альтруистические смыслы имеются у небольшого процента студентов. Студенты не осознают ценность «альтруизма», у них отсутствует важное для педагогической деятельности стремление – желание помогать людям. Необходимо уделить внимание воспитанию альтруизма через обращение к искусству, где поднимается нравственная проблематика.

Развитию ценностного компонента СЖО способствует изучение на дисциплинах гуманитарного цикла художественных и философских произведений, посвященных проблеме поиска смысла жизни. Чтение данной литературы помогает сформировать свое мировоззрение через осмысление жизненных ценностей главных героев или автора. Чтение развивает навыки критического и самостоятельного мышления и рефлексии. Через обращение к историям главных героев или к мыслям автора человек расширяет пространство собственного опыта, конструктивно проживает жизненные события вместе с персонажами или осмысляет ключевые идеи автора, он учится анализировать чужой опыт [97]. Это поможет избежать многих ошибок в принятии главных решений в жизни. Тексты могут использоваться как на занятиях, так и для самостоятельного чтения студентов.

Важно уделять внимание эмоционально-волевому компоненту СЖО, поскольку его развитие во многом определяет удовлетворенность человека своей жизнью. Развитие эмоционально-волевого компонента СЖО связано с оптимизацией отношения к себе; разрушением стереотипов неадекватного самовосприятия; формированием навыков оптимального общения со

сверстниками и преподавателями [28]. Развитие эмоционально-волевого компонента СЖО мы связываем с расширением личностного коммуникативного пространства субъекта в учебной деятельности путем привлечения студентов к ее различным видам. Вовлечение в деятельность и общение способствует осознанию студентами потребности в духовных ценностях.

Кроме того, следует вести работу со студентами над развитием чувств принятия и самопринятия. Основными проявлениями принятия является уважение, согласие, вера в человеческую природу, дружелюбие, благожелательное отношение к людям. Принятие себя предполагает безусловную любовь к себе, отношение к себе как личности, достойной уважения, способной к самостоятельному выбору, веру в себя и свои возможности, доверие собственной природе [35, с. 95]. К. Роджерс отмечает, что началом развития личности является ее самопринятие [64, с. 217]. Самопринятие – фундамент для установления гармонии между различными сторонами личности [64, с. 218]. Отсутствие самопринятия мешает человеку полноценно функционировать, оно вызывает внутриличностные и межличностные конфликты. У человека с оптимально развитым самопринятием сильно выражены вера в свои силы и возможности, доверие к себе и к миру, независимость, честное отношение к себе, стремление к искренности в проявлении чувств, предоставление себе права быть таким, какой ты есть, предоставление другим права иметь иную точку зрения. С точки зрения Р. Кочюнаса человек, который обладает самопринятием верит в определенные ценности и принципы, защищает их даже при сильном давлении окружения. Такой человек более гибок, способен менять свои взгляды и ценности, если опыт показал их ошибочность. Человек с развитым чувством самопринятия чувствителен к нуждам других людей, он осознает ценность морали, не преступает нравственный закон [39]. Развить у студентов чувство принятия и самопринятия можно с помощью индивидуального консультирования и тренингов. В качестве рекомендаций

можно предложить использовать следующих тренинговых упражнений: «Похвала себя», «Работа со своей тенью», «Хорошо – это плохо, плохо – это хорошо...», «Ориентация», «Рисунок», «4 квадрата психологии сознания», «Сказочная самопрезентация», «Комплимент», «Двойник» и др. [63]

Самопринятие тесно связано с принятием другого человека, данные чувства друг друга взаимодополняют. Педагоги для развития принятия и самопринятия могут использовать метод сопереживания ситуации. Он рассчитан на формирование способности как анализировать, так и чувствовать переживания другого человека. Он помогает объяснить и спрогнозировать поведение индивида в конкретной жизненной ситуации. Метод состоит в работе с текстом, описывающим особые ситуации страдания людей. Студенту предлагается представить себя на месте персонажа в сложной ситуации. Пережить данную ситуацию на эмоциональном и рациональном уровнях [35, с. 110].

Студенты не являются пассивными участниками формирования СЖО. Успех формирования СЖО зависит от их включенности в данный процесс, поэтому студентам следует дать несколько рекомендаций, как можно обогатить ценностно-смысловую сферу личности и определиться с жизненными ориентирами.

1. Развитие рефлексии.

На формирование СЖО влияет развитие рефлексивных навыков. В качестве эффективного метода может выступать введение личного дневника. Личный дневник – это записи, составленные человеком о событиях своей внешней и внутренней жизни. С помощью введения дневника человек исследует себя, анализирует свои чувства, мысли и поступки. Это дает ему возможность лучше понять собственную систему ценностей и определить смысло-жизненные ориентации. Начиная работать с дневником, человек рассматривает настоящий момент в более широкой перспективе прошлого и будущего, он устанавливает контакт с ценностями, смыслами и руководящими принципами жизни. Для него

становится доступна более широкая, многомерная перспектива жизни, перед ним открывается пространство возможностей. Прочтение дневниковых записей позволяет проследить события жизни и свое отношение к ним, обнаружить закономерности и выявить глубокий смысл происходящего. Согласно А. Прогоффу введение дневника может стать эффективным методом самопомощи. Осваивая работу с дневником, человек пересматривает свою жизненную историю, устанавливает контакт с самим собой, настраивает себя на гармоничные отношения с внутренним и внешним миром. Это помогает принимать решения в сложных жизненных ситуациях [88, с. 52].

2. Расширение мировоззрения.

Расширить мировоззрение помогает чтение художественной литературы. С помощью чтения человек получает возможность познакомиться с духовно-нравственными идеалами различных культурно-исторических эпох посредством образов литературных героев, уточнить систему ценностей изучаемой эпохи и конкретной личности. Чтение позволяет сопоставить собственный жизненный опыт с опытом персонажа или автора, это помогает в определении собственной системы ценностей и пониманию своего «Я». Особое внимание следует уделить философской литературе, она развивает важное умение задавать вопросы и отвечать на них, не прибегая к устоявшимся мнениям, учит творчески подходить к исследованию жизненной проблематики через обращение к личному и социальному опыту.

3. Повышение мотивации.

Студентом можно порекомендовать повышать свою мотивацию для достижения поставленных целей, с помощью ведение журнала успеха. Данный метод является очень эффективным, он представляет собой своеобразный дневник, в который записываются все личные достижения, в том числе и незначительные. Следует не только ежедневно вести журнал, но и его перечитывать, особенно в периоды упадка сил и снижения

мотивации. Ретроспектива своих успехов и достижений создает позитивный настрой, необходимый для дальнейших действий.

Повысить мотивацию можно через обращение к вдохновляющим историям успешных людей, показанным в художественных и документальных фильмах. Повышает мотивацию прослушивание мотивирующих аудиозаписей.

4. Развитие целеполагания.

Студентам важно научиться выбирать цели, их формулировать, подбирать способы их достижения. Целеполагание помогает осознать главные цели, соответствующие базовым ценностям личности. Оно позволяет понять возможности и имеющиеся ресурсы; осознать мотивы, которые станут стимулами для движения к целям. Развитие целеполагания осуществляется через планирование ближних и дальних событий своей жизни. В качестве самостоятельной работы над постановкой и реализацией намеченной цели можно использовать технику «Интеллект-карта» [5]. В центре карты размещается главная стратегическая цель, вокруг неё располагаются тактические и оперативные цели. На конце каждой ветви размещаются простые задачи, к решению которых можно приступать немедленно.

Таким образом, реализация данных рекомендаций ведет к развитию ценностно-смысловой сферы личности: повышению степени осмысленности и удовлетворенности жизнью, пониманию собственных ценностных установок, исходя из которых определяются жизненные смыслы.

Выводы по главе 3

Основываясь на результатах констатирующего эксперимента, была разработана и реализована психолого-педагогическая программа формирования СЖО у студентов педагогического вуза. Программа состоит из теоретического и практического блоков. В теоретический блок включено

6 часов лекционных занятий; в практический блок – 20 часов практических занятий. 22 часа отводится на самостоятельную работу студентов. Все занятия имеют единообразную структуру. Сроки реализации программы: февраль 2022 г. – май 2022 г. Частота встреч 1-2 раза в неделю. В программе применялись следующие методы: групповая дискуссия, тренинговые упражнения, нарративный и герменевтический методы, метод глубины философии Р. Лахава, сократический диалог, учебные дебаты, индивидуальное психологическое консультирование, составление интеллект-карт, написание эссе.

Об эффективности психолого-педагогической программы можно судить по результатам изменений показателей трех методик у студентов педагогического вуза до и после экспериментального воздействия («СЖО», «Экзистенциальная исполненность», «Терминальные ценности»).

После реализации психолого-педагогической программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза изменились показатели по всем шкалам. По шкале «Цели жизни» уменьшилось количество студентов с низким уровнем на 18 %, увеличилось количество студентов со средним уровнем на 8 %, с высоким уровнем – на 10 %. Это свидетельствует о повышении целеустремленности и осмысленности жизни студентов, развитии навыков целеполагания.

По шкале «Процесс жизни» уменьшилось количество студентов с низким уровнем на 12 %, повысилось количество респондентов со средним уровнем на 12 %. Полученные результаты говорят о повышении интереса к жизни, восприятию собственного бытия как эмоционально положительного и насыщенного процесса.

По шкале «Результативность жизни» уменьшилось количество студентов с низким уровнем на 8 %, повысилось количество студентов со средним уровнем на 4 %, с высоким уровнем – на 4 %. Полученные результаты свидетельствуют о переосмыслении студентами достижений

собственной жизни, о формировании у них более положительного отношения к приобретенному опыту.

По шкале «Локус-контроля – Я» повысилось количество студентов с высоким уровнем – на 8 %. Положительный сдвиг говорит о возрастании субъектности, осознании себя в качестве свободной личности, управляющей своей жизнью.

По шкале «Локус-контроля – жизнь» уменьшилось количество студентов с низким уровнем на 16 %, увеличилось количество респондентов со средним уровнем на 10 %, с высоким уровнем – на 6 %. Положительный сдвиг говорит о переосмыслении студентами своего влияния на жизнь. Они стали осознавать свою возможность свободно принимать решения и воплощать их в жизнь.

По шкале «Осмысленность жизни» уменьшилось количество студентов с низким уровнем на 12 %, увеличилось количество испытуемых со средним уровнем на 8 %, с высоким уровнем – на 4 %. Положительный результат говорит о том, что у респондентов повысился уровень осмысленности собственной жизни.

После реализации программы также повысились показатели по всем шкалам методики «Терминальные ценности». По шкале «Собственный престиж» уменьшилось количество студентов с низкими баллами на 10 %, увеличилось количество студентов со средними баллами на 2 %, с высокими – 8 %. Полученные данные свидетельствуют о повышении ценности собственного престижа и социального одобрения.

По шкале «Высокое материальное положение» увеличилось количество респондентов с высокими баллами на 2 %. Полученные результаты говорят о незначительном повышении ценности материального благосостояния.

Испытуемых с низкими баллами по шкале «Креативность» стало меньше на 10 %, со средними баллами стало больше на 6 %, с высокими

баллами стало больше на 4 %. Полученные результаты говорят о повышении значения креативности для студентов.

Испытуемых с низкими баллами по шкале «Активные социальные контакты» стало меньше на 8 %, с высокими баллами стало больше на 12 %. Положительные изменения говорят о возрастании ценности общения и социального взаимодействия для студентов.

Испытуемых с низкими баллами по шкале «Развитие себя» стало меньше на 8 %, со средними баллами стало больше на 2 %, с высокими – больше на 6 %. Положительные изменения говорят о возрастании ценности саморазвития. Благодаря реализации психолого-педагогической программы студенты стали больше стремиться к самопознанию, самосовершенствованию.

Испытуемых с низкими баллами по шкале «Достижения» стало меньше на 8 %, со средними баллами стало больше на 4 %, с высокими – больше на 4 %. Полученные изменения свидетельствуют о возрастании ценности достижения для студентов. Респонденты стали проявлять большую целеустремленность в получении высоких результатов в различных видах деятельности.

По шкале «Духовное удовлетворение» количество испытуемых с низкими баллами уменьшилось на 12 %, количество респондентов со средними баллами увеличилось на 8 %, с высокими – на 4 %. Результаты говорят о повышении потребности студентов получать моральное удовлетворение во всех сферах жизни.

Испытуемых с низкими баллами по шкале «Сохранение индивидуальности» стало меньше на 10 %, со средними баллами стало больше на 12 %. Полученные результаты свидетельствуют о возрастании ценности «Сохранение индивидуальности» для большинства студентов.

Испытуемых с низкими баллами по шкале «Профессиональная сфера жизни» стало меньше на 6 %, со средними и высокими баллами стало

больше на 2 % и 4 %. Положительная динамика свидетельствует о повышении значимости профессиональной сферы жизни для студентов.

По шкале «Обучение и образование» уменьшилось количество испытуемых с низкими баллами на 12 %, увеличилось количество респондентов со средними баллами на 8 %, с высокими – на 4 %. Это говорит о возрастании значимости обучение и образование.

Испытуемых с низкими баллами по шкале «Сфера семейной жизни» стало меньше на 6 %, со средними баллами стало больше на 2 %, с высокими – больше на 4 %. Полученные результаты говорят о повышении ценности сферы семейной жизни для студентов.

По шкале «Сфера общественной жизни» уменьшилось количество респондентов с низкими баллами на 6 %, увеличилось количество испытуемых со средними баллами на 2 %, с высокими баллами – на 4 %. Положительный сдвиг говорит о повышении ценности сферы общественной жизни.

Испытуемых с низкими баллами по шкале «Сфера увлечений» стало меньше на 4 %, со средними баллами стало больше на 6 %. Количество испытуемых с высокими баллами уменьшилось на 2 %. Снижение ценности сферы увлечения скорее всего связано с возрастающей учебной нагрузкой в конце учебного года.

После реализации психолого-педагогической программы была определена степень значимости каждой терминальной ценности и сферы жизни для студентов. Было установлено, что к приоритетным ценностям студенты относят «Высокое материальное положение», «Сохранение индивидуальности», «Достижения». Наименее значимой ценностью является «Собственный престиж».

Среди жизненных сфер наиболее значимыми являются общественная и сфера увлечений. Наименее значимой сферой является профессиональная. Проблема профессиональной самореализации еще не является актуальной для студентов первого курса, поскольку они находятся

в начале пути профессионального становления.

После реализации психолого-педагогической программы формирования СЖО студентов педагогического вуза изменились показатели шкалы экзистенции. По шкале «Самодистанцирование» уменьшилось количество студентов с низкими баллами на 16 %, увеличилось количество студентов со средними баллами на 12 %, с высокими – на 4 %. Полученные результаты свидетельствуют о развитии у студентов рефлексивных навыков.

По шкале «Самотрансценденция» уменьшилось количество студентов с низкими баллами по данному показателю на 14 %, увеличилось количество студентов со средними баллами на 8 %, с высокими – на 6 %. Студенты стали лучше принимать и принимать себя и других людей, стали осознавать собственные ценности и поступать в соответствии с ними.

По шкале «Свобода» уменьшение количества студентов с низкими баллами на 8 %, увеличилось количество студентов со средними баллами на 4 %, с высокими баллами – на 4 %. Полученные результаты говорят о развитии у студентов способности принимать свободные решения.

По шкале «Ответственность» уменьшилось количество студентов с низкими баллами на 12 %, увеличилось количество респондентов со средними баллами на 12 %. У студентов повысилось чувство ответственности за бытие.

По шкале «Персональность» уменьшилось количество студентов с низкими баллами на 12 %, увеличилось количество студентов со средними баллами на 4 %, с высокими баллами – на 8 %. Положительные изменения говорят о формировании у студентов более открытого, доверительного отношения к миру и самим себе.

По шкале «Экзистенциальность» уменьшилось количество студентов с низкими баллами на 14 %, увеличилось количество студентов со средними баллами на 14 %. Студенты стали лучше осознавать свою свободу в принятии решений и ответственность за собственную жизнь.

Количество испытуемых с низкими баллами по шкале «Экзистенциальная исполненность» уменьшилось на 14 %, количество испытуемых со средними баллами наоборот увеличилось на 12 %, с высокими баллами – на 2 %. Полученные результаты говорят о повышении уровня осмысленности и удовлетворенности жизнью.

По результатам повторного диагностического обследования была произведена оценка эффективности реализации программы методом математической обработки результатов по критерию Т. Вилкоксона. Были сопоставлены показатели уровня СЖО по методикам исследования «СЖО» (Д.А. Леонтьева), «Шкала экзистенции» (А. Лэнгле и К. Орглера) до и после проведения программы психолого-педагогической программы. Результаты проведенного сравнительного анализа по Т-критерию Вилкоксона подтвердили выдвинутую нами гипотезу о том, что формирование смысложизненных ориентаций будет эффективным если разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.

После формирующего эксперимента были составлены технологическая карта внедрения программы и рекомендации для студентов, педагогов-психологов по формированию СЖО. Задачи исследования были полностью решены, цель исследования достигнута.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследование было направлено на теоретическое и экспериментальное изучение смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза. В процессе исследования были решены следующие задачи:

1. Изучена проблема исследования смысложизненных ориентаций в психолого-педагогической литературе.
2. Определены особенности смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.
3. Разработана модель формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза.
4. Определены этапы, методы и методики исследования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.
5. Охарактеризована выборка и проанализированы результаты констатирующего этапа эксперимента.
6. Разработана и реализована психолого-педагогическая программа формирования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза.
7. Проанализированы результаты формирующего эксперимента.
8. Разработаны психолого-педагогические рекомендации по формированию смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.
9. Разработана технологическая карта внедрения результатов исследования.

Теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования показал, что под СЖО следует понимать способ конструирования человеком собственной жизни в соответствии с присущей ему системой ценностей, смыслов и целей. СЖО включают в себя структурные компоненты, которые необходимо учитывать при формировании

ценностно-смысловой сферы личности (когнитивный, мотивационный, эмоционально-волевой, ценностный и поведенческий компоненты).

Проблема формирования СЖО актуальна для студентов, поскольку они находятся в юношеском возрасте. В юности ведущим типом деятельности становится учебно-профессиональная деятельность, возникает потребность в профессиональном самоопределении, появляется установка на создание жизненных планов для осознанного проживания бытия.

Можно выделить ряд особенностей СЖО, которые характерны для этого возраста: активная устремленность в будущее; эмоционально окрашенная направленность на решение смысла жизни; переоценка ценностей; интерес к моральным проблемам, гуманистическим ценностям; диссонанс между СЖО и направленностью их профессиональной подготовки.

Нами была разработана модель формирования СЖО у студентов педагогического вуза с учетом их возрастных особенностей и специфики будущей профессиональной деятельности. Модель содержит четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический. В каждом блоке раскрыты цели, методы, методики и планируемые результаты работы.

Исследование формирования СЖО у студентов педагогического вуза проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. Проверка гипотезы и решение поставленных задач исследования осуществлялось с помощью теоретических и эмпирических методов: теоретического анализа научной литературы, сравнения, обобщения и интерпретация научных данных, целеполагания, моделирования, констатирующего и формирующего эксперимента, тестирования. В исследовании использовались три психодиагностические методики для определения уровня сформированности СЖО у студентов педагогического вуза:

«Смыслжизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Терминальные ценности» И.Г. Сенина, «Шкала экзистенции» А. Лэнгле и К. Орглера. Результаты исследования обрабатывались с помощью методов математической статистики: U-критерий Манна-Уитни, T-критерий Вилкоксона.

В исследовании приняли участие студенты первого курса ЮУрГГПУ. Размер выборки 100 человек: 50 респондентов с факультета подготовки учителей начальных классов (ФПУНК), 50 – естественно-технологического факультета (ЕТФ).

Констатирующий эксперимент проводился для определения уровня сформированности СЖО у студентов педагогического вуза. Результаты диагностики по методике «Смыслжизненные ориентации» Д.А. Леонтьева показали, что у большинства респондентов средний уровень сформированности всех показателей СЖО. Однако значительный процент студентов имеют низкие показатели по шкалам: «Цели в жизни» (ФПУНК – 14 %; ЕТФ – 23 %), «Процесс жизни» (ФПУНК – 12 %; ЕТФ – 23 %), «Локус-контроля жизнь» (ФПУНК – 10 %; ЕТФ – 18 %), «Общий показатель осмысленности жизни» (ФПУНК – 10 %; ЕТФ – 18 %). В академических группах ЕТФ студентов с низкими значениями больше, чем в академических группах ФПУНК. Низкие показатели по шкалам СЖО говорят о том, что у данных студентов отсутствуют цели в жизни, они неудовлетворены прожитой и настоящей жизнью, считают, что их существование неподвластно сознательному контролю.

В ходе исследования была статистически подтверждена с помощью применения U-критерия Манна-Уитни первая гипотеза исследования, что уровень осмысленности жизни у студентов первого курса ЕТФ ниже, чем у студентов ФПУНК. По шкале «Общий показатель осмысленности жизни» студентов с низкими баллами на ЕТФ больше на 8 %, средними баллами меньше на 12 %, с высокими – меньше на 20 %.

Анализ полученных результатов по методике «Терминальные ценности» показал, что большинство студентов двух факультетов имеют средние баллы по всем показателям терминальных ценностей.

Значительный процент студентов ЕТФ имеют низкие баллы по шкалам: «Собственный престиж» (40 %), «Духовное удовлетворение» (30 %), «Активные социальные контакты» (22 %), «Креативность» (20 %), «Развитие себя» (20 %), «Достижения» (18 %), «Сохранение индивидуальности» (18 %). Эти студенты не стремятся к общественному признанию, избегают активных социальных контактов, не получают внутреннего удовлетворения от своей деятельности, не нацелены на проявление творческих способностей, не ориентированы на самопознание и самосовершенствование, получение конкретных результатов от деятельности, сохранение независимости и своеобразия своей личности. Полученные результаты подтвердили вторую гипотезу исследования, что у студентов первого курса ЕТФ недостаточно сформированы терминальные ценности: «Собственный престиж», «Духовное удовлетворение», «Креативность», «Развития себя».

Среди студентов ФПУНК есть значительное количество респондентов, которые также набрали низкие баллы по шкалам: «Собственный престиж» (24 %), «Духовное удовлетворение» (26 %), «Активные социальные контакты» (14 %). На ФПУНК студентов с низкими баллами существенно меньше, чем на ЕТФ.

С помощью диагностической методики «Терминальные ценности» были определены наиболее и наименее приоритетные терминальные ценности и сферы жизни для студентов двух факультетов. Наиболее приоритетными ценностями являются «Высокое материальное положение», «Сохранение индивидуальности»; наименее приоритетными – «Собственный престиж» (ФПУНК, ЕТФ), «Духовное удовлетворение» (ФПУНК, ЕТФ), «Креативность» (ЕТФ). Наиболее значимой сферой жизни является общественная, наименее значимой – профессиональная (ФПУНК,

ЕТФ) и семейная сферы жизни (ЕТФ). Полученный результат подтвердил третью гипотезу исследования, что наименее значимой для студентов первого курса является профессиональная сфера жизни, наиболее значимой – общественная сфера жизни.

Анализ результатов по методике «Шкала экзистенции» показал, что большинство испытуемых двух факультетов имеют средние показатели по всем шкалам. Значительный процент испытуемых двух факультетов имеют низкие показателями по всем шкалам: «Самодистанцирование» (ФПУНК – 16 %, ЕТФ – 30 %), «Самотрансценденция» (ФПУНК – 10 %, ЕТФ – 24 %), «Свобода» (ФПУНК – 10 %, ЕТФ – 16 %), «Ответственность» (ФПУНК – 10 %, ЕТФ – 24 %), «Персональность» (ФПУНК – 18 %, ЕТФ – 28 %), «Экзистенциальность» (ФПУНК – 14 %, ЕТФ – 24 %), «Экзистенциальная исполненность» (ФПУНК – 18 %, ЕТФ – 26 %). Данные респонденты не считают свою жизнь осмысленной и испытывают неудовлетворенность собственным существованием, они не готовы проявлять свободу и нести ответственность за свои поступки, им сложно занимать рефлексивную позицию по отношению к себе и жизненным ситуациям, обнаруживать и осмыслять субъективные ценности. На ЕТФ студентов с низкими показателями больше, чем на ФПУНК.

Применение статистического метода U-критерий Манна-Уитни позволило статистически подтвердить четвертую гипотезу исследования, что уровень экзистенциальной исполненности у студентов первого курса ЕТФ ниже, чем у студентов первого курса ФПУНК. По сравнению с ФПУНК на ЕТФ больше студентов с низкими баллами по общей шкале «Экзистенциальная исполненность» на 8 %, со средними – меньше на 4 %, с высокими – меньше на 6 %.

Полученные результаты исследования по трем методикам обусловили выбор в качестве испытуемых формирующего эксперимента студентов первого курса ЕТФ.

Основываясь на результатах констатирующего эксперимента, была разработана и реализована психолого-педагогическая программа формирования СЖО у студентов педагогического вуза. Сроки реализации программы приходились на февраль 2022 г. – май 2022 г. Программа включала в себя теоретический (6 ч. лекций) и практический (20 ч. практических занятий) блоки. Самостоятельная работа студентов занимала 22 ч. В программе использовались следующие методы: групповая дискуссия, тренинговые упражнения, нарративный и герменевтический методы, метод глубины философии Р. Лахава, сократический диалог, учебные дебаты, психологическое консультирование, составление интеллект-карт, написание эссе.

Анализ результатов по диагностической методике «СЖО» показал, что после реализации программы количество студентов с низким уровнем осмысленности жизни уменьшилось на 12 % (до реализации программы – 20 % испытуемых имели низкий уровень, после – 8 %). Количество студентов со средним уровнем увеличилось на 8 % (до – 72 %, после – у 80 %), с высоким – на 4 % (до – 8 %, после – у 12 %). Положительный сдвиг свидетельствует о повышении уровня осмысленности жизни у студентов.

Анализ результатов по методике «Терминальные ценности» после реализации программы также показал положительные изменения. Уменьшилось количество студентов с низкими баллами, увеличилось количество студентов со средними и высокими баллами практически по всем шкалам. Положительные сдвиги говорят о возрастании значения терминальных ценностей для студентов педагогического вуза. Повысилась ценность социального признания, материального благосостояния, креативности, социального взаимодействия, саморазвития, достижения, морального удовлетворения и независимости в проявлении индивидуальности. Следует отметить, что наиболее предпочтительными ценностями в системе ценностей студентов так и остались «Высокое материальное положение», «Сохранение индивидуальности». К ним

добавилась терминальная ценность «Достижение», то есть студенты стали более ориентированы на получение результата.

Можно констатировать повышение значимости всех сфер жизни. Наиболее предпочтительной сферой жизни для студентов продолжает оставаться общественная сфера, к ней добавилась сфера увлечений. Наименее значимой остается профессиональная сфера. Это объясняется тем, что студенты находятся на начальном этапе профессионального становления, профессия еще не стала главным содержанием их жизни. Некоторые респонденты сомневаются в сделанном выборе будущей профессии. Вопрос о том, хотят ли они связывать свою дальнейшую жизнь с преподаванием остается не решенным.

Анализ результатов по методике «Шкала экзистенции» после реализации программы показывает, что по общей шкале «Экзистенциальная исполненность» уменьшилось количество испытуемых с низкими баллами на 14 % (до – 26 %, после – 12 %), увеличилось количество респондентов со средними баллами на 12 % (до – 66 %, после – 78 %), с высокими – на 2 % (до – 8 %, после – 10 %). Положительная динамика свидетельствует о том, что респонденты стали воспринимать свою жизнь как более осмысленную и плодотворную.

По результатам повторной диагностики была осуществлена оценка эффективности реализации программы методом математической обработки результатов по критерию Т. Вилкоксона. Результаты по методикам «СЖО» и «Шкала экзистенции» были сопоставлены до и после проведения психолого-педагогической программы формирования СЖО.

Результат проведения критерия для методики изучения «СЖО» показал, что $T_{\text{эмп.}} = 19,5$ попадает в зону значимости на уровне $P \leq 0,01$.

Результат проведения критерия для методики изучения «Шкала экзистенция» показал, что $T_{\text{эмп.}} = 1,5$ попадает в зону значимости на уровне $P \leq 0,01$.

Таким образом, после проведения формирующего эксперимента произошли качественные изменения показателей СЖО у студентов педагогического вуза. Пятая гипотеза исследования подтвердилась: формирование смысложизненных ориентаций будет эффективным если разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза.

В заключении нашего исследования были составлены рекомендации педагогам-психологам и студентам по формированию СЖО. Следование данным рекомендациям позволит повысить уровень осмысленности и удовлетворенности жизнью. Опираясь на результаты исследования и рекомендации была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Ананьев Б. Г. Избранные труды по психологии. В 2 Т. Т 2. Развитие и воспитание личности / Б. Г. Ананьев. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский ун-т, 2007. – 546 с. – ISBN 5-288-04394-9.
2. Андропова К. С. Изучение профессионально важных качеств педагога / К. С. Андропова // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2018. – № 1. – С. 169-173. – ISBN 978-5-87039-300-1
3. Асмолов А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Г. Асмолов. – Москва: Смысл, 2019. – 448 с. – ISBN 978-5-89357-388-6
4. Агаджанова Э. Р. Особенности смысложизненных ориентаций студентов и их взаимосвязь с профессиональным становлением / Э. Р. Агаджанова // Симбирский научный вестник. – 2019. – № 4 (38). – С. 12-17.
5. Астахова Л. Г. Использование интеллект-карт в процессе формирования когнитивного компонента готовности студентов к будущей профессиональной деятельности / Л. Г. Астахова // Известия Российской академии образования. – 2021. – № 3 (55). – С. 170-178.
6. Бакушкин И. А. Изучение ценностей и ценностных ориентаций личности в истории психологии / И. А. Бакушкин, И. М. Ильичева // Вестник МГПУ. – 2021. – № 2 (56). – С. 136-148.
7. Барабанщиков В. А. Представление о ценностных ориентациях незнакомого человека в зависимости от способа изображения его лица / В. А. Барабанщиков, А. С. Шунто // Экспериментальная психология. – 2022. – Т. 15. – № 3. – С. 50-69.
8. Барцалкиной В. В. Особенности ценностно-смысловой сферы при переживании трудной жизненной ситуации в зрелости /

В. В. Барцалкиной, Л. В. Волковой, И. Ю. Кулагиной // Консультативная психология и психотерапия. – 2019. – №2 (104). – С. 69-81.

9. Барышева Т. А. Творчество: теория, диагностика, технологии: словарь- справочник для специалистов в области образования, инноваций и гуманитарных технологий в социальной сфере / Т. А. Барышева. – Санкт-Петербург: Книжный дом, 2018. – 293 с.

10. Барьяхтар О. Ф. Модель структурных компонентов личностных смыслов / О. Ф. Барьяхтар // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2018. – № 2. – С. 85-91.

11. Берберян А. С. Взаимосвязь психоэмоциональных особенностей и ценностных ориентаций студентов при восприятии кино в условиях пандемии / А. С. Берберян, А. О. Оганесян // Вестник РГГУ. – 2022. – № 1. – С. 148-165.

12. Богданова В. О. Методологические основы применения герменевтического подхода в преподавании гуманитарных дисциплин. Часть 2. Техника понимания визуального текста на примере анализа произведения изобразительного искусства (Р. Магритт «Песня любви») / В. О. Богданова // Социум и власть. – 2022. – № 1 (91). – С. 90-101.

13. Богданова В. О. Методологические основы применения герменевтического подхода в преподавании гуманитарных дисциплин. Часть 1. Основные принципы герменевтики / В. О. Богданова // Социум и власть. – 2021. – № 4 (90). – С. 120-127.

14. Богданова В. О. Философия: онтологические и гносеологические проблемы: учебно-практическое пособие / В. О. Богданова. – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2019. – 118 с.

15. Богданова В. О. Ценности и смысложизненные ориентиры современной молодежи в цифровую эпоху / В. О. Богданова. – Челябинск: Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-т, 2022. – 172 с.

16. Борисов С. В. Сократы современности: Философская практика в технообществе / С. В. Борисов. – Москва: Издательские решения, 2022. – 262 с.
17. Большунова С. А. Категория «Смысл» в социогуманитарных науках, психологии и психотерапевтических практиках / С. А. Большунова // Logos et Praxis. – 2022. – Т. 21. – № 1. – С. 30-42.
18. Братусь Б. С. Психология и духовность – две вещи несовместимые? / Б. С. Братусь // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2019. – Т. 16. – № 3. – С. 470-478.
19. Братусь Б. С. Смысловая сфера личности / Б. С. Братусь // Психология личности в трудах отечественных психологов. – Санкт-Петербург: Питер, 2000. – 480 с.
20. Бьюдженталь Дж. Наука быть живым / Дж. Бьюдженталь. – Москва: Корвет, 2017. – 332 с.
21. Бьюзен Т. Интеллект-карты. Полное руководство по мощному инструменту мышления / Т. Бьюзен. – Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2019. – 208 с.
22. Воронцова Т. Н. О применении понятия жизненной стратегии в акмеологии / Т. Н. Воронцова // Вестник Донского государственного аграрного университета. – 2020. – № 3-2 (37). – С. 61-64.
23. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. Т.4. Проблема возраста / Л. С. Выготский. – Москва: Смысл, 2008. – 1136 с.
24. Гараганов А. В. Потребности и самоосуществление современной молодежи в тренинговой работе / А. В. Гараганов // Гуманизация образования. – 2018. – № 6. – С. 30-37.
25. Гильдингерш М. Г. Методы исследований в социальной работе: учебное пособие / М.Г. Гильдингерш, Э.Б. Молодькова, В.С. Тестова. – СПб.: СПбГЭУ, 2020. – 121 с.

26. Гончар С. Н. Психологические особенности выстраивания временной перспективы студентов ВУЗА / С. Н. Гончар, И. В. Клименко, С.Г. Кучеряну // Человеческий капитал. – 2018. – № 7 (115). – С. 84-92.

27. Долгова В. И. Жизненные смыслы и ценностные ориентации современной молодежи / В. И. Долгова, В. О. Богданова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2022. – № 6 (172). – С. 239-259.

28. Долгова В. И. Моделирование процессов формирования смысложизненных ориентаций у студентов / В. И. Долгова // Современные проблемы науки и образования. – 2016. – №5. – С. 169.

29. Долгова В. И. Системные инновационные технологии целеполагания / В. И. Долгова // Global Crisis Of Contemporaniety In The Sphere Of Mindset, Social Values And Political Interests Correlation. Issues Of Limits, Reproduction And Rational Use Of Natural Resources: Materials digest of the XXXVI International Research and Practice Conference and the III stage of the Championship in Earth sciences, biological and agricultural sciences. – London, 2013. – С. 41-45.

30. Долгова В. И. Смысложизненные ориентации: формирование и развитие / В. И. Долгова, Н. И. Аркаева. – Челябинск: Искра-Профи, 2012. – 229 с.

31. Забабурина О. С. Представление о смысле жизни в юности / О. С. Забабурина, Ю. Е. Щурова // Образование и общество. – 2022. – № 5 (136). – С. 106-112.

32. Зеер Э. Ф. Прогнозирование профессионального будущего молодежи как фактор развития городской среды / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк, Н. В. Сыманюк, А. Д. Сущенко, А. А. Степанова // Педагогическое образование в России. – 2019. – № 7. – С. 141-147.

33. Зинченко Ю. П. Психолого-педагогические основания прогнозирования будущего профессионального образования: векторы

развития / Ю. П. Зинченко, Е. М. Дорожкин, Э. Ф. Зеер // Образование и наука. – 2020. – Т. 22. – № 3. – С. 11-35.

34. Иванов А. В. Методическое обеспечение духовно-нравственного воспитания на разных возрастных этапах развития / А. В. Иванов // Alma Mater (Вестник высшей школы). – 2021. – № 4. – С. 34-41.

35. Колкова С. М. Развитие безусловного самопринятия личности / С. М. Колкова // Современные вызовы и психологические ресурсы: коллективная монография. – Ульяновск, 2021. – С. 90-112.

36. Кон И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – Москва: Academia, 2003. – 214 с.

37. Коул Л. Психология юности / Л. Коул, Дж. Холл. – Санкт-Петербург: Питер, 2000. – 547 с.

38. Кох И. А. Терминальные и инструментальные ценности в структуре профессионально-ценностных ориентаций студенческой молодежи / И. А. Кох, Л. А. Алексеева // Вопросы управления. – 2019. – № 2 (51). – С. 103-107.

39. Кочюнас Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический проект, 2022. – 222 с.

40. Кривцова С. В. Шкала экзистенции (Existenzskala) / С. В. Кривцова, А. Лэнгле, К. Орглер // Экзистенциальный анализ. – 2009 – № 1 – С. 141–170.

41. Курсовая работа по направлению психолого-педагогическое образование: учебное пособие / сост. В. И. Долгова, О. А. Кондратьева, Е. В. Барышникова, Г. Ю. Гольева, Е. Г. Капитанец, Е. В. Мельник, Ю. А. Рокицкая, В. К. Шаяхметова. – Москва: Издательство Перо, 2022. – 159 с.

42. Кусакина Е. А. Подходы к категории «смысл жизни» в зарубежной и отечественной психологии / Е. А. Кусакина, П. Е. Чуп //

Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 62-1. – С. 377-379.

43. Леонтьев А. А. Деятельность, сознание, личность / А. А. Леонтьев, Д. А. Леонтьев, Е. Е. Соколова. – Москва: Смысл, 2005 – 431 с.

44. Леонтьев Д. А. Понятие мотива у А.Н. Леонтьева и проблема качества мотивации / Д. А. Леонтьев // Вестник Московского Государственного Университета. – 2016. – № 2. – С. 3-18.

45. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – Москва: Смысл, 2007. – 512 с.

46. Леонтьев Д. А. Тест смысло-жизненных ориентаций / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.

47. Лившиц Р. Л. Казаться и быть: смысло-жизненные ориентации личности в меняющемся мире / Р. Л. Лившиц // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. – 2022. – Т. 19. – № 3. – С. 36-44.

48. Линде Н. Д. Психологическое консультирование. Теория и практика / Н. Д. Линде. – Москва: АСТ, 2022. – 336 с.

49. Лито А. Н. Изменение экзистенциальных аспектов и индивидуальных характеристик личности со временем / А. Н. Лито, А. Н. Литвиненко // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2019. – Т. 8. – № 6-1. – С. 180-189.

50. Лэнгле А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности: сборник статей / А. Лэнгле. – Москва: Генезис, 2017. – 159 с.

51. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – Москва: Альпина нон-фикшн, 2011. – 496 с.

52. Мухина В. С. Юность / В. С. Мухина // Развитие личности. – 2022. – № 1. – С. 10-80.

53. Мэй Р. Человек в поисках себя / Р. Мэй. – Санкт-Петербург: Питер, 2022. – 384 с.

54. Носс И. Н. Метод моделирования в психологических исследованиях / И. Н. Носс // Психология обучения. – 2019. – № 2. – С. 4-13.
55. Носс И. Н. Моделирование в психологическом исследовании / И. Н. Носс, М. Е. Ковалева // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2019. – №2. – С. 63-70.
56. Олпорт Г. Становление личности: избр. труды / Г. Олпорт. – Москва: Смысл, 2002. – 461 с.
57. Ольхова Ю. В. Ценностно-смысловой компонент компетентности жизнестроительства как основа для проектирования образовательной среды в экзистенциальной парадигме / Ю. В. Ольхова, М. В. Сафонова // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. – 2022. – №1(59). – С. 55-67.
58. Петренко Т. В. Особенности психологической сепарации от матери и от отца как фактор экзистенциальной исполненности студентов / Т. В. Петренко, Л. В. Сыроева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2018. – Т. 7. – № 4 (25). – С. 333-336.
59. Пичугина Т. А. Поведенческие сценарии студентов в формировании имиджа вуза: опыт нарративного анализа / Т. А. Пичугина, С. А. Даньшина, Г. В. Мерзлякова, Е. И. Михалёва // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2021. – Т. 31. – № 3. – С. 302-309.
60. Покасов В. Ф. Формирование личности в студенческом возрасте в контексте психологических особенностей развития: педагогически аспект исследования / В. Ф. Покасов, Н. В. Конова // Экономические и гуманитарные исследования регионов. – 2021. – № 4. – С. 44-47.
61. Поляков А. М. Цель. Энциклопедический психологический словарь-справочник. 1000 понятий определений терминов / А. М. Поляков; ред. А. Д. Король, С.Л. Кандыбович, Т.В. Разина. – Минск: Харвест, 2021. – 754 с.

62. Психология смысла жизни. Школа В. Э. Чудновского / ред. Н. Л. Карпова, Г. А. Вайзер, К. В. Карпинский. – Москва: Северный Паломник, 2021. – 688 с.
63. Рамендик Д. М. Тренинг личностного роста / Д. М. Рамендик. – Москва: Юрайт, 2023. – 136 с.
64. Роджерс К. Свобода учиться / К. Роджерс, Дж. Фрейберг. – Москва: Смысл, 2019. – 527 с.
65. Рубинштейн С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – Москва: Питер, 2012. – 224 с.
66. Салчак А. М. Особенности смысложизненных ориентаций и копинг-стратегий студентов ТувГУ / А. М. Салчак, М. О. Сарыглар // Вестник Тувинского государственного университета. – 2022. – № 3 (99). – С. 62-71.
67. Сартр Ж.-П. Экзистенциализм – это гуманизм / Ж.-П. Сартр // Сумерки Богов. – Москва, 1990. – С. 319-344.
68. Свенцицкий А. Л. Краткий психологический словарь / А. Л. Свенцицкий. – Москва: Проспект, 2023. – 512 с.
69. Слободчиков В. И. Интегральная периодизация общего психического развития / В. И. Слободчиков, Г. А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1996. – №5. – С.38-50.
70. Смагина Е. Н. Теоретический обзор концепций ценностей в психологии / Е. Н. Смагина // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2020. – № 2. – С. 275-295.
71. Стебляк Е. А. Проблемы смысла в психологии: учебное пособие / Е. А. Стебляк. – Омск: Омский гуманитарный институт, 2018. – 168 с.
72. Тихомиров А. В. Опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина (ОТеЦ) / А. В. Тихомиров // Метод дифференциации профессиональных выборов в практике профконсультирования. – 2001. – Вып. 2. Ч.1. – С. 41-46.

73. Толстой Л. Н. Исповедь. О жизни / Л. Н. Толстой. – Горно-Алтайск: Эксмо-Пресс, 2022. – 320 с.
74. Тукальская Н. И. Смыслоразностные ориентации: понятие, сущность, психологическая характеристика / Н. И. Тукальская, Т. В. Казак // Современная наука в условиях модернизационных процессов: проблемы, реалии, перспективы: сборник научных статей по материалам VII Международной научно-практической конференции. – Уфа: Вестник науки, 2022 – С. 93-100.
75. Турик Л. А. Педагогические технологии: дебаты: учебное пособие для вузов / Л. А. Турик, Д. П. Ефимченко. – Москва: Юрайт, 2023. – 184 с.
76. Ульянова И. В. Современная педагогика: воспитательная система формирования гуманистических смыслоразностных ориентаций школьников: монография / И. В. Ульянова. – М.: Росноу, 2015. – 416 с.
77. Устьянцева И. Ю. Формирование ценностно-смыслового отношения студентов педагогического колледжа к личностно-профессиональному саморазвитию : дис. ... канд. психол. наук / И. Ю. Устьянцева. – Екатеринбург, 2009. – 228 с.
78. Федосеева Т. Е. Смыслоразностные ориентации как детерминанта процесса самоопределения в старшем подростковом возрасте / Т. Е. Федосеева, И. А. Иванова, А. М. Емельянова, И. Д. Сулимова, В. В. Сульдина // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2019. – № 1. – С. 150-154.
79. Франкл В. Э. Человек в поисках смысла / В. Э. Франкл. – Москва: Прогресс, 2022. – 366 с.
80. Цыбуленко О. П. Особенности профессионального самоопределения в юношеском возрасте / О. П. Цыбуленко, А. В. Рыжкова // Образование личности. – 2017. – № 4. – С. 105-113.
81. Чистякова Е. Ю. Проблема смысла жизни в мировой философии: учебно-методическое пособие / Е. Ю. Чистякова. – Белгород:

Изд-во Белгородского государственного национального исследовательского университета, 2019. – 212 с.

82. Эриксон Э. Трагедия личности / Э. Эриксон. – Москва: Алгоритм, 2019. – 256 с.

83. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. – Москва: Класс, 2019. – 576 с.

84. Яницкий М. С. Ценностно-смысловая направленность и социокультурные детерминанты образа собственного будущего студенческой молодежи / М. С. Яницкий, А. В. Серый, О. А. Браун, Р. О. Балабашук // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. – 2019. – Т. 30. – С. 92-103.

85. Ясвин В.А. Психологическое моделирование образовательной среды / В. А. Ясвин // Психологический журнал. – 2000. – Т.21. – №4. – С.81-88.

86. Alymova E. V. Socratic Dialogue as Kairotic Logos / E. V. Alymova // Journal of Siberian Federal University. Humanities and Social Sciences. – 2020. – Vol. 13. – № 8. – Pp. 1238-1249.

87. Beloborodova P. M. Russian students secular conceptions of life calling: a qualitative analysis / P. M. Beloborodova, D. A. Leontiev // Psychology in Russia: State of the Art. – 2019. – Vol. 12. – № 2. – Pp. 2-17.

88. Bogdanova V. Philosophical diary and online marathon as contemporary formats of philosophical practice: Care of the self in the modern world | Diario Filosófico Y Maratón En Línea Como Formatos Contemporáneos De Práctica Filosófica: El Cuidado Del Yo En El Mundo Moderno / V. Bogdanova, E. Milyaeva, R. Penner // Hacer. – 2021. – № 12. – P. 47-74.

89. Bogdanova V. Philosophical Practice as a Way to Address the Students' Existential Problems during the Pandemic / V. Bogdanova, K. Rezvushkin // Revista Portuguesa de Filosofia. All Rights Reserved. – 2021. – № 2-3. – Pp. 979-994.

90. Borisov S. The birth of Deep Philosophy from the spirit of onto-designing / S. Borisov // *Synthesis Philosophica*. – 2020. – № 35(2). – Pp. 305–319.
91. Bumel W. T. Implementing Logotherapy in Its Second Half-Century: Incorporating Existential Considerations Into Personalized Treatment of Adolescent Depression. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry* / W.T. Bumel, J.N. Constantino. – 2020. – № 59 (9). – P. 1012-1015.
92. Chen Q. The relationship between search for meaning in life and symptoms of depression and anxiety: Key roles of the presence of meaning in life and life events among Chinese adolescents / Q. Chen, X.-Q. Wang, X-X. He, L.-J Ji, M.-F Liu, B-J. Ye. // *Journal of Affective Disorders*. – 2021. – № 282. – Pp. 545-553.
93. Glass O. M. Finding Meaning during Times of Anguish in Later Life. *The American Journal of Geriatric Psychiatry* / O. M. Glass. – 2018. – № 26(5). – P. 614-615.
94. Kelso K. C. Meaning in life buffers the impact of experiential avoidance on anxiety / K. C. Kelso, T. B. Kashdan, A. Imamoğlu, A. Ashraf // *Journal of Contextual Behavioral Science*. – 2020. – № 16. – Pp. 192-198.
95. Kokkoris M. D. Freeing or freezing decisions? Belief in free will and indecisiveness / M. D. Kokkoris, R. F. Baumeister, U. Kühnen. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. – 2019. – № 154. – Pp. 49-61.
96. Lee F.K.S. Boredom proneness as a predictor of depression, anxiety and stress: The moderating effects of dispositional mindfulness. *Personality and Individual Differences* / F.K.S. Lee, D.C. Zelman. – 2019. – № 146. – P. 68-75.
97. Newman D. B. Private self-consciousness in daily life: Relationships between rumination and reflection and well-being, and meaning in daily life / D. B. Newman, J. B. Nezlek // *Personality and Individual Differences*. – 2019. – № 136. – Pp. 184-189.
98. Ningsi N. W. Logotherapy towards self-esteem of leprosy patients at Tadjuddin Chalid Hospital in Makassar City / N. W. Ningsi, A. Zulkifli,

A. Mallongi, A. Syam, L.M. Saleh // Enfermería Clínica. – 2020. – № 30. – Pp. 407-410.

99. Sheldon K. M. Freedom and responsibility go together: personality? Experimental, and cultural demonstrations / K. M. Sheldon, T. Gordeeva, D. Leontiev, M. Lynch, E. Osin, E. Rasskazova, L. Dementiy // Journal of Research in Personality. – 2018. – Vol. 73. – Pp. 63-74.

100. Tam K.Y.Y. The effects of lack of meaning on trait and state loneliness: Correlational and experience-sampling evidence / K.Y.Y. Tam, C.S. Chan // Personality and Individual Differences. – 2019.- № 141. – Pp. 76-80.

101. Tan S.Z.K. An existentialist approach to authentic science / S.Z.K. Tan, L.W. Lim // IBRO Neuroscience Reports. – 2021. – № 11. – Pp. 52-55.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Психодиагностический инструментарий исследования смысложизненных ориентаций студентов педагогического вуза

Тест «Смысложизненные ориентации» Д. А. Леонтьева позволяет оценить «источник» смысла жизни, который может быть найден человеком либо в будущем (цели), либо в настоящем (процесс) или прошлом (результат), либо во всех трех составляющих жизни. Тест СЖО содержит 20 пар противоположных утверждений, отражающих представление о факторах осмысленности жизни личности.

Инструкция к тесту СЖО: Вам предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача выбрать одно из утверждений, которое по Вашему мнению больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1, 2, 3 в зависимости от того, насколько Вы уверены в выборе (или 0, если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны). В виде таблицы 1 представлен тестовый материал к методике.

Таблица 1.1 – Тестовый материал к методике Леонтьева

| Первое утверждение | Шкала | | | | | | | Второе утверждение |
|--|-------|---|---|---|---|---|---|--|
| | 2 | | | | | | | |
| 1 | 2 | | | | | | | 3 |
| 1.Обычно мне очень скучно | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Обычно я полон энергии |
| 2.Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной |
| 3.В жизни я не имею определенных целей и намерений | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | В жизни я имею очень ясные цели и намерения. |
| 4.Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной |

Продолжение таблицы 1.1

| 1 | 2 | | | | | | | 3 |
|--|---|---|---|---|---|---|---|--|
| 5.Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Каждый день мне кажется совершенно похожим на все другие |
| 6.Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заниматься | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами |
| 7.Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал |
| 8.Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни. |
| 9.Моя жизнь пуста и неинтересна | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Моя жизнь наполнена интересными делами |
| 10.Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Если бы мне пришлось сегодня подводить итог моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла. |
| 11.Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе. | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас. |
| 12.Когда я смотрю на окружающий мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство. | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности |
| 13.Я человек очень обязательный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я человек совсем не обязательный |
| 14.Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств |
| 15.Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я не могу назвать себя целеустремленным человеком |

Продолжение таблицы 1.1

| 1 | 2 | | | | | | | 3 |
|--|---|---|---|---|---|---|---|--|
| 16.В жизни я еще не нашел своего призвания и ясных целей | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | В жизни я нашел свое призвание |
| 17.Мои жизненные взгляды еще не определились | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Мои жизненные взгляды вполне определились |
| 18.Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни |
| 19.Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Моя жизнь не подвластна мне, и она управляется внешними событиями |
| 20.Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания |

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.

Опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина

Этот опросник основывается на двух предположениях: во-первых, что жизненные сферы, в той или иной мере представленные в жизни каждого человека, обладают для разных людей различной степенью значимости, а во-вторых, что в каждой из них реализуются различные для каждого человека желания и стремления, которые являются одним из компонентов направленности его личности. Перечень терминальных ценностей, диагностируемых в данном опроснике, включает в себя 8 наименований.

1. Собственный престиж, т.е. завоевание своего признания в обществе путем следования определенным социальным требованиям.

2. Высокое материальное положение, т.е. обращение к факторам материального благополучия как к главному смыслу существования.

3. Креативность, т.е. реализация своих творческих возможностей, стремление изменять окружающую действительность.

4. Активные социальные контакты, т.е. установление благоприятных отношений в различных сферах социального взаимодействия, расширение своих межличностных связей, реализация своей социальной роли.

5. Развитие себя, т.е. познание своих индивидуальных особенностей. постоянное развитие своих способностей и других личностных характеристик.

6. Достижения, т.е. постановка и решение определенных жизненных задач, как главных жизненных факторов.

7. Духовное удовлетворение, т.е. руководство морально-нравственными принципами, преобладание духовных потребностей над материальными.

8. Сохранение собственной индивидуальности, т.е. преобладание собственных мнений, взглядов, убеждений над общепринятыми, защита своей неповторимости и независимости.

Реальная жизнь человека очень неоднородна. Одному и тому же человеку приходится выполнять разнообразные функции, различные по своему содержанию виды деятельности, реализовать в них определенные социальные роли. Но своему сходству все эти особенности объединяются в определенные жизненные сферы. Наиболее типичными для большинства индивидов являются следующие сферы:

- а) профессиональной жизни;
- б) обучения и образования;
- в) семейной жизни;
- г) общественной жизни;
- д) увлечений.

Структура опросника такова, что для диагностики двух основных диагностических конструкторов теста (терминальные ценности, жизненные сферы) используются одни и те же утверждения. Такая структура позволяет производить анализ полученных данных не только относительно выраженности отдельно терминальных ценностей и отдельно значимости жизненных сфер, но и относительно выраженности каждой из терминальных ценностей в каждой жизненной сфере. Это становится более понятным, если рассмотреть «ключ» к тесту (таблица 2).

Таблица 1.2 – Ключ к опроснику

| Терминальные ценности | Жизненные сферы | | | | |
|-----------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------|---------------------|------------|
| | Профессионально й жизни | Обучения и образовани | Семейно й жизни | Общественно й жизни | Увлечени й |
| Собственный | 21 57 | 5 73 | 6 49 | 27 65 | 7 74 |
| Высокое материальное | 36 66 | 20 59 | 11 58 | 8 45 | 30 63 |

| | | | | | |
|-------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Креативность | 31 79 | 2 55 | 9 53 | 37 48 | 25 72 |
| Активные социальные | 15 47 | 28 64 | 34 42 | 22 60 | 16 54 |
| Развитие себя | 41 70 | 23 44 | 38 69 | 17 56 | 35 80 |
| Достижения | 1 52 | 10 50 | 24 46 | 32 68 | 13 76 |
| Духовное удовлетворение | 4 43 | 33 78 | 48 62 | 3 40 | 39 71 |
| Сохранение собственной | 26 51 | 14 75 | 29 67 | 12 51 | 19 77 |

Из таблицы 2 видно, что каждое утверждение опросника работает сразу на два диагностических конструкта. Восемь пар утверждений, относящихся к диагностике значимости одной жизненной сферы, одновременно относятся и к диагностике выраженности каждой терминальной ценности внутри этой жизненной сферы. Пять пар утверждений, относящихся к общей выраженности определенной терминальной ценности, одновременно относятся к диагностике ее выраженности для каждой жизненной сферы.

Анализируя результаты, необходимо:

1. Определить уровень выраженности различных терминальных ценностей в разных жизненных сферах. Максимально возможная выраженность каждой терминальной ценности в одной из жизненных сфер – 10 баллов, минимальная – 2 балла.

8-10 баллов характеризуют высокий уровень выраженности ценности, 5-7 баллов – средний уровень 2-4 балла – низкий уровень.

2. Выявить общую выраженность каждой терминальной ценности в жизни данного индивида. Для этого суммируются баллы, полученные испытуемым по данной ценности во всех жизненных сферах, и по таблице 3 определяют уровень ее выраженности.

Таблица 1.3 – Уровень выраженности терминальной ценности

| Уровень выраженности терминальной ценности | | | Балл |
|--|---------|--|-------|
| | Высокий | | 40-50 |
| | Средний | | 25-39 |
| | Низкий | | 10-24 |

3. Выявить уровень значимости каждой из жизненных сфер для реализации терминальных ценностей данного индивида. В данном случае суммируются баллы, полученные испытуемым по всем ценностям в каждой из жизненных сфер, и определяют уровень значимости жизненных сфер по таблице 4.

Таблица 1.4 – Уровень значимости жизненной сферы

| Уровень значимости жизненной сферы | Балл |
|------------------------------------|-------|
| Высокий | 64-80 |
| Средний | 40-63 |
| Низкий | 16-39 |

В протоколе отмечается количество баллов, выставленных испытуемым по каждой ценности в каждой сфере.

Инструкция. Уважаемый респондент, Вам предлагается опросник, в котором описаны различные желания и стремления человека. Просим Вас оценить каждое из утверждений опросника по 5-бальной шкале (баллы обводите «кружком» в бланке) следующим образом:

«1» – если лично для Вас то, что написано в утверждении, не имеет никакого значения;

«2» – для Вас это имеет небольшое значение; "3" для Вас это имеет определенное значение;

«4» – для Вас это важно; "5" - для Вас это очень важно.

Не забывайте о том, что здесь не может быть правильных или неправильных ответов, а самым верным будет только правдивый ответ, поэтому мы надеемся на Вашу искренность. Занесите ответы в таблицу 5.

Таблица 1.5 – Тестовый материал к методике И.Г. Сенина «Терминальные ценности».

| № | Содержание утверждений (начало) | Балл |
|---|---------------------------------|------|
| 1 | 2 | 3 |

Продолжение таблицы 1.5

| | | |
|-----|--|--|
| 1. | В работе быстро достигать намеченных целей. | |
| 2. | Создавать что-то новое в изучаемой Вами области знаний. | |
| 3. | Находить внутреннее удовлетворение в активной общественной жизни. | |
| 4. | Иметь интересную работу, полностью поглощающую Вас. | |
| 5. | Учиться, чтобы не отстать от людей Вашего круга в образовании. | |
| 6. | Вести такой образ семейной жизни, который цениться обществом. | |
| 7. | Чтобы люди Вашего круга в свободное время увлекались тем же, чем Вы. | |
| 8. | Получать материальное вознаграждение за общественную деятельность. | |
| 9. | Чтобы облик Вашего жилища постоянно изменялся. | |
| 10. | Получить высшее образование или поступить в аспирантуру; или получить ученую степень. | |
| 11. | Чтобы Ваша семья обладала очень высоким уровнем материального благосостояния. | |
| 12. | Избегать конформизма в своих общественно-политических взглядах. | |
| 13. | В своем увлечении быстро достигать намеченных целей. | |
| 14. | Учиться, чтобы "не затеряться в толпе". | |
| 15. | Иметь приятельские отношения с коллегами по работе. | |
| 16. | Состоять членом какого-либо клуба по интересам. | |
| 17. | Развивать свои организаторские способности, занимаясь общественной деятельностью. | |
| 18. | Вместе с семьей посещать театры, художественные выставки, концерты. | |
| 19. | Чтобы Ваше увлечение подчеркивало Вашу индивидуальность. | |
| 20. | Чтобы уровень образования помог бы Вам укрепить свое материальное положение. | |
| 21. | Как оценивают Вашу работу другие люди. | |
| 22. | Общаться с разными людьми, активно участвуя в общественной деятельности. | |
| 23. | Учиться, чтобы "не зарывать свой талант в землю". | |
| 24. | Чтобы Ваши дети опережали в своем развитии сверстников. | |
| 25. | В свободное время создавать нечто новое, ранее не существовавшее. | |
| 26. | Чтобы Ваша профессия подчеркивала Вашу индивидуальность. | |
| 27. | Чтобы не отстать от времени, интересоваться общественно-политической жизнью. | |
| 28. | Чтобы уровень Вашей образованности позволял Вам чувствовать себя уверенно в общении с самыми разными людьми. | |
| 29. | Сохранять полную свободу и независимость от членов Вашей семьи. | |

Продолжение таблицы 1.5

| | | |
|-----|--|--|
| 30. | Чтобы Ваше увлечение помогало Вам укрепить свое материальное положение. | |
| 31. | Быть рационализатором, новатором. | |
| 32. | Добиваться конкретных целей, занимаясь общественной деятельностью. | |
| 33. | Учиться, чтобы узнавать что-то новое в изучаемой области знаний. | |
| 34. | Быть лидером в Вашей семье. | |
| 35. | Знать свои способности в сфере Вашего хобби. | |
| 36. | Чтобы на работе можно было бы приобретать различные дефицитные товары. | |
| 37. | Применять свои собственные методы в общественной деятельности. | |
| 38. | Чтобы семейная жизнь исправила некоторые недостатки Вашей натуры. | |
| 39. | Полностью сосредоточиться на своем занятии, проводя свободное время за хобби. | |
| 40. | Быть полезным для общества. | |
| 41. | Постоянно повышать свою профессиональную квалификацию. | |
| 42. | Чтобы лидером в Вашей семье был какой-либо другой ее член, кроме Вас. | |
| 43. | Получать удовольствие не от результатов Вашей работы, а от ее процесса. | |
| 44. | Знать, какого уровня образования можно достичь с Вашими способностями. | |
| 45. | Занимать такое место в обществе, которое укрепило бы Ваше материальное положение. | |
| 46. | Тщательно планировать свою семейную жизнь. | |
| 47. | Чтобы во время работы сослуживцы постоянно были рядом. | |
| 48. | Чтобы жизнь нашего общества постоянно менялась. | |
| 49. | Иметь супругу (супруга) из семьи высокого социального положения. | |
| 50. | Чтобы уровень Вашего образования помог бы Вам занять желаемую должность. | |
| 51. | Иметь собственные политические убеждения. | |
| 52. | Перед началом работы четко ее планировать. | |
| 53. | Постоянно интересоваться новыми методами обучения и воспитания детей в семье. | |
| 54. | Увлекаясь чем-то в свободное время, общаться с людьми, увлекающимися тем же. | |
| 55. | Повышать уровень своего образования, чтобы внести вклад в изучаемую дисциплину. | |
| 56. | Занимаясь общественной деятельностью, учиться убеждать людей в своей точке зрения. | |
| 57. | Чтобы Ваша работа была не хуже, чем у других. | |
| 58. | Чтобы Ваш супруг (супруга) получал(а) высокую зарплату. | |

Продолжение таблицы 1.5

| | | |
|-----|--|--|
| 59. | Чтобы Ваше образование давало возможность для получения дополнительных материальных благ (гонорары, приобретение на льготных условиях дефицитных товаров, путевок и т.п.). | |
| 60. | Участвуя в общественной жизни, взаимодействовать с опытными людьми. | |
| 61. | Чтобы Ваша работа не противоречила Вашим жизненным принципам. | |
| 62. | В супружестве быть всегда абсолютно верным. | |
| 63. | В своем увлечении создавать необходимые в жизни вещи (одежду, мебель и т.п.). | |
| 64. | Повышать уровень своего образования, чтобы быть в кругу умных и интересных людей. | |
| 65. | Чтобы Ваши общественно-политические взгляды совпадали с мнением Ваших авторитетов. | |
| 66. | Иметь высокооплачиваемую работу. | |
| 67. | В семейной жизни опираться лишь на собственные взгляды, даже если они противоречат общественному мнению. | |
| 68. | Достигать поставленной цели в своей общественной деятельности. | |
| 69. | Приспособиться к характеру Вашего супруга (супруги), чтобы избежать семейных конфликтов. | |
| 70. | Тратить время на изучение новых веяний в Вашей профессиональной сфере. | |
| 71. | Чтобы увлечение занимало большую часть Вашего свободного времени. | |
| 72. | Вносить различные усовершенствования в сферу Вашего хобби. | |
| 73. | Чтобы уровень Вашего образования соответствовал уровню образования человека, мнение которого Вы цените. | |
| 74. | Завоевать уважение людей благодаря своему увлечению. | |
| 75. | Выбрать редкую, уникальную специальность для обучения, чтобы лучше проявить свою индивидуальность. | |
| 76. | Занимаясь на досуге любимым делом, детально продумывать свои действия. | |
| 77. | Чтобы Ваши взгляды на жизнь проявлялись в Вашем увлечении. | |
| 78. | Учиться, получая при этом удовольствие. | |
| 79. | Чтобы приемы Вашей работы изменялись. | |
| 80. | Чтобы круг Ваших увлечений постоянно расширялся. | |

Интерпретация полученных результатов

Собственный престиж. Испытуемые, получившие высокий балл по данному показателю, часто бывают сильно заинтересованы в мнениях

окружающих о себе, так как нуждаются в социальном одобрении своего поведения.

Высокое материальное положение. Высокий балл по данному показателю отражает стремление человека к возможно более высокому уровню своего материального благосостояния. Такие люди часто бывают убеждены в том, что материальный достаток является главным условием жизненного благополучия. Высокий уровень материального благосостояния для таких людей часто оказывается основанием для развития чувства собственной значимости и повышенной самооценки.

Креативность. Высокий балл по этому показателю отражает стремление человека к реализации своих творческих возможностей, внесению различных изменений во все сферы своей жизни. Испытуемые с высоким баллом по данному показателю во всем стремятся избегать стереотипов и разнообразить свою жизнь. Такие люди обычно быстро устают от размеренного хода своей жизни и всегда стараются внести в нее что-то новое.

Активные социальные контакты. Высокий балл по данному показателю говорит о стремлении человека к установлению благоприятных взаимоотношений с другими людьми. Для таких людей, как правило, очень значимы все аспекты человеческих взаимоотношений, они часто бывают убеждены в том, что самое ценное в жизни — это возможность общаться и взаимодействовать с другими людьми.

Развитие себя. Высокий балл по данному показателю отражает заинтересованность человека в объективной информации об особенностях своего характера, своих способностях, других характеристиках своей личности. Такие люди, как правило, стремятся к самосовершенствованию, считая при этом, что потенциальные возможности человека почти неограниченны и что в первую очередь в жизни необходимо добиваться наиболее полной их реализации.

Достижения. Высокий балл по этому показателю говорит о стремлении человека к достижению конкретных и ощутимых результатов в различные

периоды жизни. Такие люди, как правило, тщательно планируют свою жизнь, ставя конкретные цели на каждом ее этапе и считая, что главное — добиться этих целей. Кроме того, часто большое количество достижений служит для таких людей основанием для высокой самооценки.

Духовное удовлетворение. Высокий балл по данному показателю отражает стремление человека к получению морального удовлетворения во всех сферах своей жизни. Такие люди, как правило, считают, что главное — это делать только то, что интересно и что приносит внутреннее удовлетворение.

Сохранение собственной индивидуальности. Высокий балл по этому показателю говорит о стремлении человека к независимости от других людей. Такие люди, как правило, считают, что самое важное в жизни — это сохранить неповторимость и своеобразие своей личности, своих взглядов, своего стиля жизни, стремясь как можно меньше поддаваться влиянию массовых тенденций.

Сфера профессиональной жизни. Высокий балл по данному показателю говорит о высокой значимости для человека сферы его профессиональной деятельности. Такие люди отдают много времени своей работе, включаются в решение всех производственных проблем, при том, что профессиональная деятельность является главным содержанием жизни человека.

Сфера обучения и образования. Высокий балл по данному показателю отражает стремление человека к повышению уровня своей образованности, расширению кругозора. Такие люди считают, как правило, что самое главное в жизни — это учиться и получать новые знания.

Сфера семейной жизни. Высокий балл по данному показателю говорит о высокой значимости для человека всего того, что связано с жизнью его семьи. Такие люди отдают много сил и времени решению проблем своей семьи, считая, что главное в жизни — это благополучие в семье.

Сфера общественной жизни. Высокий балл по данному показателю отражает высокую значимость для человека проблем жизни общества. Такие люди, как правило, быстро вовлекаются в общественно-политическую жизнь, считая, что самое главное для человека - это его общественно-политические убеждения,

Сфера увлечений. Высокий балл по этому показателю говорит о том, что основное место в жизни человека занимает его увлечение, хобби. Такие люди, как правило, отдают своему увлечению свое свободное время и считают, что без увлечения жизнь человека во многом неполноценна.

Шкала экзистенции (тест ШЭ) А. Лэнгле и К. Орглер

Тест Шкала экзистенции (ШЭ) измеряет экзистенциальную исполненность, как она субъективно ощущается тестируемым. ШЭ представляет собой опросник, состоящий из 46 пунктов, ответы на которые испытуемый дает, оценивая себя и свою сегодняшнюю жизнь по различным аспектам.

Инструкция.

Насколько Вам подходит следующее высказывание, варианты ответов: "верно", "верно за редкими исключениями", "скорее верно", "скорее не верно", "не верно за редкими исключениями", "не верно".

Тестовый материал (вопросы).

1. Часто я бросаю даже важную деятельность, если усилия, которые требуются, становятся слишком неприятными.

2. Я чувствую, что те задачи, которые передо мной стоят, представляют для меня ценность.

3. Для меня что-то имеет значение лишь тогда, когда это соответствует моему желанию.

4. В моей жизни нет ничего ценного.

5. Больше всего мне нравится заниматься самим собой – моими заботами, желаниями, мечтами, страхами.

6. Обычно я бываю рассеян.
7. Даже если я многое сделал, я не удовлетворен, потому что чувствую, что не сделал того, что было важным.
8. Я всегда ориентируюсь на ожидания других и поступаю в соответствии с этим.
9. Мне свойственно откладывать неприятные решения в долгий ящик
10. Меня легко отвлечь, даже если я занят тем, что мне нравится.
11. В моей жизни нет ничего такого, чему бы я хотел себя посвятить.
12. Я часто не понимаю, почему именно я должен это делать.
13. Я думаю, что та жизнь, которую я веду, ни на что не годна.
14. Мне трудно понимать смысл вещей.
15. Я могу обходиться с самим собой как с хорошим другом.
16. Я слишком мало времени уделяю тому, что является настоящим важным.
17. У меня сразу никогда не бывает ясности по поводу того, что я могу сделать в какой-либо ситуации.
18. Я многое делаю только потому, что я должен это делать, а не потому, что я хочу это сделать.
19. Если возникают проблемы, я легко теряю голову.
20. Я часто делаю то, что можно с таким же успехом сделать и позже.
21. Мне каждый раз интересно, что принесет день.
22. В большинстве случаев, только начав действовать, я понимаю, какие последствия имеет принятое решение.
23. Если я должен принять решение, я не могу положиться на свои чувства.
24. Неуверенность в исходе дела удерживает меня от его выполнения, даже если я болею за него душой.
25. Я никогда точно не знаю, за что я отвечаю.
26. Я чувствую себя внутренне свободным(ой).

27. Из-за того, что жизнь не дала исполниться моим желаниям, я чувствую себя обделенным(ой) ею.
28. Когда я вижу, что у меня нет выбора, я чувствую облегчение.
29. Есть ситуации, в которых я себя чувствую совсем беспомощным(ой).
30. Я делаю много такого, в чем я по-настоящему не разбираюсь.
31. Обычно я не знаю, что в ситуации является важным.
32. Исполнение собственных желаний стоит для меня на первом месте.
33. Мне трудно проникнуться чувствами других.
34. Было бы лучше, если бы меня не было.
35. Много из того, с чем я связан, чуждо мне.
36. Мне нравится формировать собственное мнение.
37. Я чувствую, что разрываюсь, потому что одновременно делаю так много вещей.
38. Мне не хватает сил, чтобы довести до конца даже самые важные вещи.
39. Я делаю многое просто так, особенно не задумываясь.
40. Ситуация для меня лишь тогда представляет интерес, когда она соответствует моим желаниям.
41. Когда я болею, то не знаю, что делать с этим временем.
42. Я редко вижу, что у меня есть разные возможности для действия в ситуации.
43. Я нахожу окружающий мир однообразным.
44. Вопрос, хочу ли я что-то сделать, редко встает предо мной, потому что чаще всего есть то, что я должен(а) делать.
45. В моей жизни нет ничего действительно хорошего, потому что все имеет свои за и против.
46. Моя внутренняя несвобода и зависимость доставляют мне много хлопот.

Обработка опросника "Шкала экзистенции" Для подсчета баллов ответам на прямые пункты присваиваются баллы от 1 до 6 («верно» – 1 балл, «верно с ограничениями» – 2 балла, «скорее верно» – 3 балла, «скорее не верно» – 4 балла, «не верно с ограничениями» – 5 баллов, «не верно» – 6 баллов), ответам на обратные пункты присваиваются баллы от 6 до 1 («не верно» – 1 балл, «верно» – 6 баллов). Затем суммируется общий балл экзистенциальной исполненности (G) и показатели для каждой из 4 субшкал (самодистанцирование, самотрансценденция, свобода и ответственность), а также показатели параметров Person (сумма SD и ST) и экзистенция (сумма F и V).

Ключи к опроснику "Шкала экзистенции"

Самодистанцирование (SD) 8 вопросов: 3, 5, 19, 32, 40, 42, 43, 44

Самотрансценденция (ST) 14 вопросов: 2*, 4, 11, 12, 13, 14, 21*, 27, 33, 34, 35, 36*, 41, 45

Свобода (F) 11 вопросов: 9, 10, 15*, 17, 18, 23, 24, 26*, 28, 31, 46

Ответственность (V) 13 вопросов: 1, 6, 7, 8, 16, 20, 22, 25, 29, 30, 37, 38, 39

Интерпретация результатов.

(SD) = «Самодистанцирование» (Франкл)

Субшкала SD измеряет способность создания внутреннего свободного пространства. Измерение находится между двумя полюсами:

- отсутствие свободного внутреннего пространства;
- создание внутренней дистанции по отношению к себе, объективность.

Самодистанцирование измеряет способность человека отойти на дистанцию по отношению к себе самому. Человек, обладающий способностью к SD, может отодвинуть при необходимости свои желания, представления, чувства и намерения, чтобы взглянуть на себя и на ситуацию с некоторой дистанции. Низкий показатель SD (ниже 26) означает отсутствие дистанции по отношению к самому себе. При низком

показателе SD человек преимущественно занимается самим собой, например, навязчивыми желаниями или мыслями, автоматическим мышлением, фиксированными чувствами, упреками в свой адрес и т.д., но такие же показатели появляются и при чрезмерных ситуативных нагрузках, когда у человека появляются предубеждения и суженность восприятия. Одним из следствий затруднений в дистанцировании по отношению к себе самому и невозможности реалистично воспринимать и мыслить является потеря ориентации (человек больше не понимает, что с ним происходит). У другого типа испытуемых с низкими показателями SD часто наблюдается отсутствие способности выходить из потока активности для установления рефлексивной дистанции (например, они не могут делать паузы в работе), они обычно очень быстро реагируют на раздражители и поэтому зависят от случайных раздражителей. С увеличивающимся показателем SD (средний = 35,5) улучшается способность восприятия и ясность в отношении ситуации. Внимание постоянно переносится вовне. Дистанция по отношению к себе самому при этом увеличивается. Очень высокий показатель (от 43 до максимального балла 48) означает, что человек очень хорошо может отходить на дистанцию по отношению к себе самому. Но это также означает, что он может не замечать свои потребности и чувства (что может вести к самоотрицанию).

(ST) = «Самотрансценденция» (Франкл)

Субшкала ST измеряет способность ощущать ценности (ясность в чувствах). Измерение располагается между полюсами:

- эмоциональная необязательность;
- способность ощущать ценности, быть затронутым эмоционально.

Самотрансценденция (ST) измеряет свободную эмоциональность, которая проявляется в способности:

- чувствовать близость к чему-либо/кому-либо и сочувствовать;
- жить ради чего-то/кого-то (ориентироваться в действиях на

смысл, а не только на цель);

– чувствовать ценности, переживать захваченность ценностью, эмоционально откликаться;

– воспринимать глубокие внутренние отношения, экзистенциальную значимость происходящего.

Таким образом, ST описывает способность человека прикасаться к ценностным основаниям мира и воспринимать собственную внутреннюю затронутость в этом чувствовании. Благодаря этой способности устанавливается внутреннее отношение к пережитому, и личность может обнаруживать и проживать субъективные ценности, что проявляется, например, в способности получать удовольствие, способности к страданию – то есть во всем, что составляет «патическое измерение» человека. Низкий показатель ST (ниже 58) означает эмоциональную уплощенность и скудность в отношениях с миром и людьми. Жизнь бедна чувствами, преимущественно деловита и функциональна. Недостаток эмоциональности делает человека беспомощным, неуверенным, даже словно бы слепым в восприятии чувств и ценностей: человек сам не знает, что ему нравится и чего он хочет. Чувство важности и ценности содержаний переживания. С ростом показателя ST (средний = 73) обогащается эмоциональный внутренний мир и внутренняя способность чувствовать ценностные основания и на них ориентироваться. При очень высоких показателях (больше 81, максимальный показатель 84) тенденция развивается дальше и приходит к полному раскрытию. Человек располагает свободно доступной эмоциональностью. Доверяя своим чувствам, человек может легко интуитивно постигать ситуации и сопереживать другим людям (высокая способность к эмпатии). Это делает его открытым для инаковости, готовым к встрече с новым – к самотрансценденции как выходу за пределы себя.

(F) = «Свобода»

Субшкала F измеряет способность решаться. Измерение располагается между полюсами:

- способность решаться (взгляд на свободные пространства);
- неспособность уверенность в решении.

Свобода (F) охватывает способность находить реальные возможности действия, создавать из них иерархию в соответствии с их ценностью и таким образом приходиться к персонально обоснованному решению. Низкий F-показатель (ниже 37) означает неспособность принимать решения, нерешительность и неуверенность в собственных решениях. Препятствия для осуществления свободы как человеческой способности могут иметь разные причины. С ростом показателя F (средний = 49) растет ясность и прочность в формировании суждения и нахождении решения. Чем выше показатель, тем легче находятся возможности для действия и принимаются решения. При очень высоком показателе F, если превышение выглядит одиночным пиком (выше 58, максимальный показатель 66), имеется склонность к оценивающему, критичному и доминантному поведению, которое сопровождается непереносимостью любых ограничений и отвращением к постоянным отношениям. Как показывает наш опыт, эти люди предпочитают скорее избавляться от привязанностей, они остаются бездействующими в межличностном общении чаще всего из-за страха перед ранением или закреплением в отношениях.

(V) = «Ответственность»

Субшкала V измеряет обязательное «пойти на что-то». Измерение располагается между полюсами:

- необязательность обязательность;
- персональная включенность или чувство долга.

В связи с ответственностью (V) измеряется способность доводить до конца решения, принятые на основании личных ценностей. Низкий показатель V (ниже 41) означает, что человек не чувствует персональной включенности в жизнь. Жизнь идет сама собой, она в малой степени

поддается планированию и не пронизана собственной волей. С растущим показателем V (средний = 57,5) ответственность и включенность растут. Человек больше затронут соотношением с жизнью и придерживается обязательного, заботливого обхождения с ней. Очень высокий показатель V (более 70, максимальный показатель 78) возникает благодаря последовательной самоответственности, аутентичному поведению и большому чувству долга (при высоком F). Но при низком F речь также может идти о чувстве долга, которое в малой степени связано с собственным решением, но хорошо натренировано (воспитание, страхи).

(P) = «Персональность»

Показатель P (персональность) описывает степень раскрытия Бытия: насколько человек открыто воспринимает мир и себя самого. Измерение располагается между полюсами:

- раскрытие Бытия (доступность);
- закрытость.

Показатель P описывает важную характеристику человека, а именно его когнитивную и эмоциональную доступность для себя и для мира. Низкие показатели P могут быть расценены как признак того, что базовые персональные способности блокированы и не используются. Низкий показатель P (ниже 86) указывает на закрытость человека. Он либо занят собой вследствие продолжительных душевных нагрузок, проблем или личностного расстройства, либо он незрел или уже пережил относительно длительный процесс разрушения личности, нарушивший когнитивные и аффективные аспекты. По мере роста показателя P (средний = 109) увеличивается «открытость в отношении мира» и в отношении обхождения с самим собой. Person становится более доступной, если оба показателя (SD и ST) параллельно увеличивают значения.

Одиночный, очень высокий показатель (выше 123, максимальный показатель 132) выводит на передний план ранимость Person и говорит о высокой чувствительности, хотя внешне это часто не бывает заметно сразу.

Высокий показатель по шкале Е, напротив, представляет собой хорошую компенсацию и защиту.

(Е) = «Экзистенциальность»

Показатель Е (экзистенциальность) измеряет способность решительно и ответственно идти в мир, включаться в жизнь. Измерение располагается между полюсами:

- решительная включенность;
- нерешительное, затрудненное решительно пускаться в мир.

Показатель Е описывает такую существенную характеристику человеческой экзистенции, как способность ориентироваться в этом мире, приходить к решениям и ответственно воплощать их в жизнь, меняя ее таким образом в лучшую сторону. В то время как показатель Р отражает умение человека обходиться с самим собой («внутренний мир»), показатель Е свидетельствует о способности конструктивно обходиться с внешним миром, решительно и ответственно с ним справляться. Низкий показатель Е (ниже 81) указывает на образ жизни, в котором решения принимаются с трудом и есть бездействие. На него влияет: неуверенность в принятии решений, неуверенность в «экзистенциальном месте» («мое ли это место?»), необязательность, сдержанность, незнание того, что нужно делать, малая способность выдерживать нагрузки, чувствительность к помехам, склонность начинать действовать на основании внешних побуждающих причин без внутреннего соотнесения (последнее можно описать как чувство «быть призванным»). При увеличивающемся показателе Е (средний = 107) растет степень решимости и ответственности за жизнь. Человек стремится устроить свой мир и свою жизнь. При очень высоком показателе (выше 127, максимальный показатель 144) имеется четкое, связанное с собственным решением, деятельное отношение к миру. Благодаря хорошему ориентированию в конкретных контекстах и уверенности в собственном решении человек реально может что-то важное

воплотить в жизнь, опираясь на тщательность и последовательность исполнения решения, а также на понимание долга перед самим собой.

(G-WERT) = «Общий показатель»

Показатель G – это показатель того, насколько наполнена смыслом экзистенция данной личности. Измерение располагается между полюсами:

- жизнь, субъективно ощущаемая как неисполненная;
- экзистенция, ощущаемая как исполненная.

G-показатель образуется из суммы показателя Р и показателя Е. Общий показатель говорит о способности справляться с самим собой и с миром и мочь пойти на внутренние и внешние требования и предложения, соотнося их с собственными ценностями. Низкий G-показатель (ниже 169) указывает на неисполненную экзистенцию. Закрытость Person (заикленность на себе и эмоциональная неспособность к диалогу), нерешительность и стесненность (отсутствие ответственной включенности в жизнь) отражаются в низких значениях общей экзистенциальной исполненности по ШЭ. С ростом G-показателя (средний = 216) внутренняя открытость растет и дает человеку возможность идти к запросам и предложениям внешнего мира, если оба показателя (Р и Е) растут в равной степени. При очень высоком G-показателе (выше 249, максимальный показатель 275) человек переживает себя очень открытым, доступным, восприимчивым, решительным, ясным, готовым к действию и имеющим чувство долга.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты опытно-экспериментального исследования смысложизненных ориентаций у студентов педагогического вуза

Таблица 2.1 – Результаты исследования смысложизненных ориентаций студентов факультета подготовки учителей начальных классов

| № | Цели жизни | Процесс жизни | Результат | ЛК-Я | ЛК-Ж | ОЖ |
|----------|------------|---------------|-----------|----------|----------|----------|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | <i>7</i> |
| 1 | 34 | 27 | 30 | 22 | 38 | 108 |
| 2 | 38 | 40 | 29 | 26 | 37 | 123 |
| 3 | 26 | 26 | 28 | 23 | 30 | 115 |
| 4 | 27 | 25 | 27 | 13 | 25 | 88 |
| 5 | 26 | 26 | 28 | 23 | 30 | 117 |
| 6 | 34 | 39 | 30 | 25 | 35 | 121 |
| 7 | 25 | 23 | 22 | 17 | 31 | 86 |
| 8 | 34 | 26 | 25 | 20 | 33 | 103 |
| 9 | 36 | 32 | 28 | 22 | 35 | 116 |
| 10 | 27 | 30 | 23 | 18 | 30 | 99 |
| 11 | 35 | 36 | 28 | 22 | 35 | 113 |
| 12 | 27 | 30 | 28 | 23 | 22 | 114 |
| 13 | 28 | 28 | 23 | 21 | 28 | 93 |
| 14 | 20 | 9 | 12 | 14 | 15 | 68 |
| 15 | 30 | 32 | 26 | 22 | 32 | 112 |
| 16 | 20 | 20 | 19 | 16 | 22 | 70 |
| 17 | 35 | 31 | 26 | 23 | 30 | 106 |
| 18 | 27 | 21 | 23 | 19 | 28 | 88 |
| 19 | 25 | 20 | 26 | 22 | 32 | 104 |
| 20 | 21 | 7 | 9 | 14 | 15 | 65 |
| 21 | 27 | 25 | 24 | 19 | 33 | 88 |
| 22 | 32 | 30 | 27 | 18 | 30 | 94 |
| 23 | 38 | 37 | 29 | 26 | 35 | 120 |

Продолжение таблицы 2.1

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|----|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 24 | 35 | 33 | 22 | 22 | 30 | 112 |
| 25 | 37 | 39 | 34 | 26 | 38 | 129 |
| 26 | 37 | 34 | 24 | 22 | 32 | 116 |
| 27 | 36 | 32 | 28 | 22 | 38 | 118 |
| 28 | 25 | 27 | 22 | 21 | 29 | 89 |
| 29 | 41 | 41 | 32 | 28 | 41 | 136 |
| 30 | 18 | 21 | 18 | 15 | 28 | 80 |
| 31 | 16 | 30 | 24 | 19 | 27 | 91 |
| 32 | 24 | 24 | 22 | 20 | 26 | 84 |
| 33 | 36 | 34 | 26 | 19 | 38 | 112 |
| 34 | 33 | 38 | 30 | 22 | 30 | 114 |
| 35 | 36 | 42 | 34 | 24 | 35 | 132 |
| 36 | 30 | 35 | 28 | 23 | 33 | 108 |
| 37 | 40 | 24 | 28 | 26 | 35 | 116 |
| 38 | 32 | 27 | 25 | 20 | 21 | 83 |
| 39 | 36 | 29 | 29 | 23 | 34 | 110 |
| 40 | 36 | 31 | 23 | 26 | 35 | 111 |
| 41 | 38 | 29 | 31 | 23 | 37 | 117 |
| 42 | 32 | 25 | 26 | 22 | 28 | 92 |
| 43 | 25 | 27 | 22 | 18 | 24 | 86 |
| 44 | 25 | 24 | 20 | 14 | 26 | 76 |
| 45 | 22 | 32 | 27 | 23 | 28 | 101 |
| 46 | 30 | 29 | 24 | 24 | 33 | 97 |
| 47 | 21 | 21 | 20 | 8 | 29 | 68 |
| 48 | 33 | 38 | 28 | 23 | 33 | 113 |
| 49 | 28 | 24 | 22 | 19 | 28 | 90 |
| 50 | 31 | 26 | 25 | 19 | 30 | 91 |
| Σ | 30,1 | 28,72 | 25,28 | 20,78 | 30,54 | 101,7 |

Таблица 2.2 – Результаты исследования смысложизненных ориентаций студентов естественно-технологического университета

| № | Цели жизни | Процесс жизни | Результат | ЛК-Я | ЛК-Ж | ОЖ |
|----|------------|---------------|-----------|------|------|-----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1 | 29 | 21 | 26 | 18 | 28 | 87 |
| 2 | 15 | 15 | 20 | 14 | 27 | 72 |
| 3 | 22 | 24 | 20 | 15 | 22 | 73 |
| 4 | 15 | 7 | 11 | 8 | 13 | 45 |
| 5 | 29 | 25 | 28 | 18 | 29 | 97 |
| 6 | 22 | 8 | 10 | 15 | 16 | 66 |
| 7 | 32 | 29 | 29 | 23 | 31 | 109 |
| 8 | 33 | 29 | 28 | 21 | 33 | 102 |
| 9 | 21 | 19 | 19 | 15 | 32 | 81 |
| 10 | 30 | 31 | 24 | 24 | 34 | 109 |
| 11 | 19 | 12 | 13 | 13 | 19 | 60 |
| 12 | 26 | 34 | 21 | 20 | 27 | 94 |
| 13 | 28 | 30 | 24 | 22 | 30 | 98 |
| 14 | 20 | 21 | 17 | 14 | 24 | 71 |
| 15 | 17 | 9 | 9 | 16 | 13 | 55 |
| 16 | 29 | 32 | 22 | 22 | 30 | 102 |
| 17 | 29 | 25 | 17 | 16 | 20 | 76 |
| 18 | 16 | 25 | 16 | 16 | 20 | 80 |
| 19 | 28 | 33 | 28 | 22 | 38 | 110 |
| 20 | 24 | 19 | 20 | 14 | 24 | 75 |
| 21 | 27 | 30 | 28 | 23 | 22 | 114 |
| 22 | 19 | 32 | 23 | 15 | 29 | 85 |
| 23 | 26 | 24 | 20 | 14 | 23 | 81 |
| 24 | 28 | 26 | 22 | 21 | 25 | 91 |
| 25 | 33 | 28 | 25 | 12 | 23 | 93 |
| 26 | 25 | 30 | 22 | 19 | 24 | 87 |
| 27 | 28 | 29 | 26 | 18 | 32 | 87 |

Продолжение таблицы 2.2

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|----------|-------|-------|-------|-------|------|-------|
| 28 | 32 | 39 | 30 | 26 | 38 | 119 |
| 29 | 30 | 31 | 23 | 18 | 31 | 98 |
| 30 | 21 | 19 | 19 | 15 | 32 | 81 |
| 31 | 30 | 31 | 24 | 24 | 34 | 109 |
| 32 | 27 | 33 | 23 | 25 | 30 | 107 |
| 33 | 20 | 19 | 28 | 21 | 29 | 87 |
| 34 | 11 | 13 | 18 | 8 | 20 | 52 |
| 35 | 26 | 26 | 26 | 20 | 33 | 95 |
| 36 | 28 | 33 | 20 | 18 | 32 | 99 |
| 37 | 23 | 28 | 24 | 14 | 27 | 83 |
| 38 | 26 | 34 | 23 | 19 | 27 | 98 |
| 39 | 30 | 30 | 30 | 28 | 19 | 104 |
| 40 | 26 | 24 | 20 | 14 | 23 | 81 |
| 41 | 34 | 33 | 28 | 22 | 38 | 115 |
| 42 | 29 | 25 | 25 | 21 | 30 | 99 |
| 43 | 32 | 34 | 24 | 23 | 30 | 99 |
| 44 | 28 | 30 | 24 | 22 | 30 | 98 |
| 45 | 35 | 38 | 31 | 25 | 35 | 116 |
| 46 | 26 | 29 | 22 | 19 | 28 | 87 |
| 47 | 31 | 31 | 26 | 24 | 33 | 106 |
| 48 | 16 | 26 | 26 | 16 | 34 | 85 |
| 49 | 28 | 28 | 24 | 19 | 28 | 87 |
| 50 | 25 | 22 | 21 | 17 | 26 | 84 |
| Σ | 25,68 | 26,06 | 22,54 | 18,52 | 27,5 | 89,78 |

Таблица 2.3 – Расчет U-критерия Манна-Уитни

| № | Выборка 1 | Ранг 1 | Выборка 2 | Ранг 2 |
|---|-----------|--------|-----------|--------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 108 | 69.5 | 87 | 32.5 |
| 2 | 123 | 97 | 72 | 11 |
| 3 | 115 | 85.5 | 73 | 12 |

Продолжение таблицы 2.3

| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> |
|----------|----------|----------|----------|----------|
| 4 | 88 | 37 | 45 | 1 |
| 5 | 117 | 91.5 | 97 | 50.5 |
| 6 | 121 | 96 | 66 | 6 |
| 7 | 86 | 28.5 | 109 | 72 |
| 8 | 103 | 63 | 102 | 61.5 |
| 9 | 116 | 88.5 | 81 | 19.5 |
| 10 | 99 | 57.5 | 109 | 72 |
| 11 | 113 | 80.5 | 60 | 4 |
| 12 | 114 | 83 | 94 | 47.5 |
| 13 | 93 | 45.5 | 98 | 53.5 |
| 14 | 68 | 7.5 | 71 | 10 |
| 15 | 112 | 78 | 55 | 3 |
| 16 | 70 | 9 | 102 | 61.5 |
| 17 | 106 | 66.5 | 76 | 14.5 |
| 18 | 88 | 37 | 80 | 16.5 |
| 19 | 104 | 64.5 | 110 | 74.5 |
| 20 | 65 | 5 | 75 | 13 |
| 21 | 88 | 37 | 114 | 83 |
| 22 | 94 | 47.5 | 85 | 26.5 |
| 23 | 120 | 95 | 81 | 19.5 |
| 24 | 112 | 78 | 91 | 42 |
| 25 | 129 | 98 | 93 | 45.5 |
| 26 | 116 | 88.5 | 87 | 32.5 |
| 27 | 118 | 93 | 87 | 32.5 |
| 28 | 89 | 39 | 119 | 94 |
| 29 | 136 | 100 | 98 | 53.5 |
| 30 | 80 | 16.5 | 81 | 19.5 |

Продолжение таблицы 2.3

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------|-----|--------|-----|--------|
| 31 | 91 | 42 | 109 | 72 |
| 32 | 84 | 24.5 | 107 | 68 |
| 33 | 112 | 78 | 87 | 32.5 |
| 34 | 114 | 83 | 52 | 2 |
| 35 | 132 | 99 | 95 | 49 |
| 36 | 108 | 69.5 | 99 | 57.5 |
| 37 | 116 | 88.5 | 83 | 22.5 |
| 38 | 83 | 22.5 | 98 | 53.5 |
| 39 | 110 | 74.5 | 104 | 64.5 |
| 40 | 111 | 76 | 81 | 19.5 |
| 41 | 117 | 91.5 | 115 | 85.5 |
| 42 | 92 | 44 | 99 | 57.5 |
| 43 | 86 | 28.5 | 99 | 57.5 |
| 44 | 76 | 14.5 | 98 | 53.5 |
| 45 | 101 | 60 | 116 | 88.5 |
| 46 | 97 | 50.5 | 87 | 32.5 |
| 47 | 68 | 7.5 | 106 | 66.5 |
| 48 | 113 | 80.5 | 85 | 26.5 |
| 49 | 90 | 40 | 87 | 32.5 |
| 50 | 91 | 42 | 84 | 24.5 |
| Суммы: | | 2999.5 | | 2050.5 |

Таблица 2.4 – Результаты исследования терминальных ценностей студентов факультета подготовки учителей начальных классов

| № | П | МП | К | АСК | Р | Д | ДУ | СИ | ПФ | О | С | ОЖ | У |
|---|----|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 1 | 28 | 36 | 37 | 33 | 38 | 35 | 44 | 35 | 61 | 65 | 44 | 64 | 52 |

Продолжение таблицы 2.4

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 2 | 41 | 43 | 43 | 44 | 41 | 40 | 40 | 40 | 70 | 65 | 60 | 67 | 70 |
| 3 | 37 | 28 | 30 | 32 | 31 | 29 | 32 | 32 | 58 | 56 | 56 | 46 | 35 |
| 4 | 28 | 28 | 22 | 34 | 30 | 34 | 35 | 28 | 43 | 50 | 56 | 46 | 44 |
| 5 | 34 | 29 | 31 | 30 | 32 | 32 | 34 | 31 | 54 | 55 | 55 | 54 | 35 |
| 6 | 26 | 35 | 26 | 25 | 31 | 32 | 28 | 30 | 50 | 44 | 53 | 41 | 44 |
| 7 | 29 | 25 | 32 | 25 | 29 | 25 | 27 | 25 | 43 | 41 | 53 | 46 | 34 |
| 8 | 29 | 30 | 33 | 37 | 30 | 32 | 34 | 30 | 50 | 53 | 51 | 55 | 46 |
| 9 | 26 | 36 | 37 | 38 | 32 | 32 | 47 | 39 | 60 | 52 | 55 | 58 | 62 |
| 10 | 35 | 28 | 32 | 39 | 41 | 32 | 39 | 31 | 55 | 53 | 56 | 59 | 54 |
| 11 | 31 | 35 | 36 | 27 | 34 | 34 | 36 | 37 | 55 | 56 | 50 | 59 | 50 |
| 12 | 29 | 28 | 26 | 34 | 29 | 27 | 34 | 23 | 46 | 50 | 53 | 37 | 44 |
| 13 | 29 | 32 | 30 | 32 | 29 | 29 | 32 | 34 | 50 | 53 | 50 | 47 | 47 |
| 14 | 27 | 37 | 21 | 27 | 29 | 21 | 28 | 24 | 50 | 53 | 49 | 32 | 30 |
| 15 | 33 | 30 | 30 | 36 | 27 | 35 | 34 | 33 | 55 | 56 | 53 | 50 | 44 |
| 16 | 28 | 35 | 32 | 30 | 30 | 29 | 30 | 25 | 52 | 50 | 52 | 40 | 45 |
| 17 | 31 | 34 | 25 | 35 | 32 | 27 | 37 | 31 | 50 | 53 | 53 | 42 | 54 |
| 18 | 29 | 35 | 33 | 32 | 29 | 21 | 28 | 30 | 50 | 50 | 50 | 43 | 44 |
| 19 | 25 | 32 | 30 | 23 | 31 | 25 | 27 | 29 | 46 | 44 | 47 | 41 | 45 |
| 20 | 23 | 30 | 28 | 30 | 32 | 28 | 32 | 35 | 50 | 50 | 50 | 42 | 46 |
| 21 | 30 | 33 | 31 | 33 | 32 | 32 | 32 | 29 | 50 | 50 | 56 | 46 | 50 |
| 22 | 28 | 32 | 33 | 34 | 37 | 34 | 34 | 31 | 55 | 59 | 53 | 46 | 50 |
| 23 | 20 | 26 | 31 | 28 | 30 | 30 | 34 | 32 | 55 | 53 | 23 | 50 | 50 |
| 24 | 29 | 27 | 31 | 33 | 26 | 32 | 34 | 29 | 46 | 53 | 50 | 46 | 46 |
| 25 | 31 | 24 | 32 | 32 | 36 | 30 | 33 | 34 | 55 | 56 | 47 | 50 | 44 |
| 26 | 36 | 29 | 34 | 30 | 32 | 32 | 34 | 29 | 59 | 60 | 52 | 45 | 40 |
| 27 | 31 | 34 | 28 | 34 | 30 | 33 | 27 | 33 | 50 | 53 | 53 | 50 | 44 |
| 28 | 26 | 26 | 20 | 30 | 33 | 25 | 27 | 29 | 43 | 47 | 50 | 37 | 40 |
| 29 | 35 | 37 | 26 | 40 | 44 | 33 | 42 | 37 | 61 | 57 | 54 | 64 | 58 |
| 30 | 33 | 32 | 28 | 29 | 30 | 27 | 36 | 30 | 50 | 50 | 56 | 44 | 45 |
| 31 | 28 | 29 | 27 | 35 | 32 | 27 | 39 | 35 | 51 | 50 | 56 | 46 | 49 |
| 32 | 25 | 20 | 24 | 28 | 29 | 24 | 30 | 30 | 48 | 44 | 50 | 38 | 30 |
| 33 | 28 | 30 | 31 | 30 | 29 | 30 | 34 | 31 | 50 | 56 | 51 | 42 | 44 |
| 34 | 31 | 30 | 36 | 32 | 31 | 31 | 36 | 34 | 50 | 60 | 51 | 50 | 50 |
| 35 | 30 | 26 | 28 | 35 | 35 | 35 | 40 | 33 | 54 | 55 | 55 | 49 | 49 |
| 36 | 30 | 33 | 22 | 30 | 35 | 35 | 32 | 29 | 45 | 55 | 55 | 45 | 44 |

Продолжение таблицы 2.4

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|----------|-------|-------|-------|-------|------|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 37 | 29 | 25 | 28 | 32 | 34 | 27 | 27 | 26 | 52 | 53 | 50 | 43 | 30 |
| 38 | 30 | 29 | 27 | 28 | 26 | 20 | 27 | 29 | 43 | 41 | 44 | 42 | 45 |
| 39 | 26 | 35 | 34 | 32 | 29 | 25 | 32 | 29 | 51 | 52 | 49 | 45 | 45 |
| 40 | 28 | 26 | 31 | 35 | 26 | 32 | 34 | 30 | 54 | 48 | 52 | 48 | 40 |
| 41 | 30 | 27 | 28 | 30 | 35 | 30 | 32 | 33 | 57 | 52 | 46 | 45 | 45 |
| 42 | 29 | 35 | 28 | 34 | 31 | 27 | 28 | 28 | 43 | 41 | 55 | 55 | 46 |
| 43 | 35 | 30 | 24 | 32 | 29 | 30 | 32 | 32 | 47 | 50 | 50 | 59 | 38 |
| 44 | 30 | 22 | 32 | 37 | 29 | 28 | 28 | 29 | 46 | 45 | 45 | 55 | 44 |
| 45 | 30 | 33 | 38 | 28 | 32 | 27 | 12 | 12 | 51 | 52 | 43 | 45 | 38 |
| 46 | 26 | 29 | 27 | 25 | 26 | 27 | 32 | 30 | 50 | 46 | 49 | 40 | 37 |
| 47 | 26 | 36 | 27 | 22 | 20 | 32 | 34 | 31 | 50 | 52 | 49 | 33 | 44 |
| 48 | 28 | 32 | 32 | 35 | 27 | 32 | 34 | 32 | 51 | 55 | 52 | 48 | 46 |
| 49 | 28 | 26 | 25 | 30 | 29 | 25 | 20 | 28 | 46 | 46 | 44 | 37 | 38 |
| 50 | 25 | 30 | 29 | 28 | 29 | 25 | 28 | 29 | 48 | 44 | 46 | 40 | 45 |
| Σ | 29,38 | 30,58 | 29,72 | 31,68 | 31,2 | 29,52 | 32,44 | 30,5 | 51,18 | 51,68 | 50,64 | 47,04 | 44,78 |

Таблица 2.5 – Результаты исследования терминальных ценностей студентов естественно-технологического факультета

| № | П | МП | К | АСК | Р | Д | ДУ | СИ | ПФ | О | С | ОЖ | У |
|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 1 | 29 | 32 | 32 | 32 | 25 | 24 | 32 | 30 | 47 | 50 | 47 | 46 | 46 |
| 2 | 27 | 32 | 30 | 34 | 27 | 24 | 32 | 30 | 50 | 43 | 53 | 46 | 44 |
| 3 | 24 | 33 | 26 | 12 | 23 | 22 | 34 | 31 | 37 | 41 | 50 | 32 | 45 |
| 4 | 23 | 29 | 18 | 20 | 19 | 19 | 20 | 20 | 30 | 40 | 62 | 20 | 16 |
| 5 | 29 | 34 | 28 | 29 | 31 | 31 | 36 | 34 | 50 | 53 | 56 | 47 | 46 |
| 6 | 29 | 32 | 27 | 35 | 29 | 30 | 29 | 31 | 43 | 50 | 50 | 54 | 45 |
| 7 | 28 | 35 | 27 | 34 | 29 | 25 | 20 | 27 | 50 | 50 | 53 | 38 | 34 |
| 8 | 30 | 28 | 28 | 28 | 29 | 30 | 32 | 42 | 51 | 52 | 49 | 49 | 46 |
| 9 | 20 | 32 | 24 | 22 | 26 | 24 | 26 | 27 | 40 | 30 | 53 | 32 | 46 |
| 10 | 32 | 35 | 31 | 28 | 32 | 30 | 35 | 34 | 57 | 61 | 55 | 40 | 44 |
| 11 | 30 | 35 | 25 | 28 | 29 | 24 | 29 | 30 | 40 | 41 | 52 | 40 | 57 |
| 12 | 23 | 27 | 28 | 30 | 28 | 30 | 32 | 24 | 50 | 50 | 48 | 41 | 34 |

Продолжение таблицы 2.5

| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | <i>7</i> | <i>8</i> | <i>9</i> | <i>10</i> | <i>11</i> | <i>12</i> | <i>13</i> | <i>14</i> |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 13 | 37 | 28 | 29 | 37 | 34 | 31 | 38 | 36 | 55 | 59 | 47 | 55 | 54 |
| 14 | 24 | 22 | 19 | 28 | 20 | 15 | 28 | 20 | 42 | 42 | 26 | 32 | 34 |
| 15 | 23 | 38 | 30 | 22 | 23 | 27 | 28 | 24 | 51 | 40 | 32 | 36 | 45 |
| 16 | 35 | 32 | 30 | 35 | 30 | 27 | 37 | 35 | 52 | 53 | 47 | 55 | 54 |
| 17 | 35 | 30 | 30 | 26 | 29 | 30 | 34 | 32 | 52 | 50 | 48 | 50 | 46 |
| 18 | 23 | 28 | 29 | 25 | 29 | 27 | 39 | 35 | 55 | 50 | 44 | 41 | 46 |
| 19 | 35 | 39 | 32 | 37 | 34 | 34 | 36 | 36 | 55 | 56 | 56 | 59 | 57 |
| 20 | 30 | 22 | 20 | 30 | 26 | 28 | 28 | 30 | 52 | 50 | 47 | 40 | 35 |
| 21 | 30 | 29 | 28 | 30 | 29 | 27 | 34 | 27 | 51 | 50 | 43 | 45 | 44 |
| 22 | 30 | 27 | 24 | 34 | 23 | 30 | 34 | 25 | 45 | 47 | 55 | 45 | 35 |
| 23 | 30 | 26 | 33 | 28 | 29 | 29 | 30 | 26 | 50 | 40 | 50 | 46 | 45 |
| 24 | 31 | 30 | 33 | 35 | 30 | 29 | 28 | 30 | 52 | 47 | 47 | 55 | 45 |
| 25 | 29 | 35 | 33 | 28 | 30 | 22 | 30 | 22 | 40 | 44 | 50 | 49 | 46 |
| 26 | 24 | 26 | 27 | 33 | 29 | 30 | 34 | 29 | 50 | 50 | 55 | 40 | 37 |
| 27 | 26 | 32 | 32 | 28 | 34 | 29 | 36 | 34 | 51 | 52 | 48 | 46 | 54 |
| 28 | 33 | 29 | 28 | 34 | 32 | 37 | 37 | 38 | 57 | 58 | 61 | 46 | 46 |
| 29 | 22 | 25 | 28 | 33 | 32 | 27 | 34 | 27 | 50 | 50 | 42 | 42 | 44 |
| 30 | 34 | 31 | 20 | 30 | 32 | 34 | 36 | 29 | 46 | 50 | 42 | 52 | 56 |
| 31 | 32 | 36 | 31 | 28 | 32 | 27 | 37 | 37 | 56 | 56 | 52 | 50 | 46 |
| 32 | 29 | 39 | 33 | 34 | 34 | 34 | 33 | 38 | 55 | 50 | 58 | 55 | 56 |
| 33 | 20 | 29 | 26 | 28 | 26 | 30 | 32 | 28 | 51 | 41 | 44 | 41 | 42 |
| 34 | 16 | 24 | 12 | 18 | 17 | 19 | 21 | 19 | 30 | 28 | 33 | 26 | 29 |
| 35 | 30 | 33 | 28 | 33 | 32 | 34 | 39 | 38 | 56 | 58 | 50 | 50 | 54 |
| 36 | 26 | 27 | 30 | 32 | 34 | 32 | 38 | 34 | 48 | 50 | 52 | 54 | 49 |
| 37 | 26 | 36 | 29 | 35 | 34 | 30 | 40 | 30 | 54 | 55 | 52 | 54 | 45 |
| 38 | 28 | 42 | 27 | 34 | 35 | 35 | 42 | 31 | 52 | 60 | 54 | 54 | 54 |
| 39 | 30 | 29 | 32 | 33 | 32 | 32 | 37 | 35 | 57 | 54 | 49 | 54 | 46 |
| 40 | 12 | 29 | 25 | 23 | 26 | 20 | 34 | 39 | 49 | 50 | 19 | 32 | 58 |
| 41 | 27 | 26 | 28 | 32 | 37 | 34 | 34 | 34 | 50 | 56 | 48 | 47 | 50 |
| 42 | 21 | 29 | 20 | 23 | 24 | 27 | 26 | 26 | 42 | 41 | 37 | 35 | 41 |
| 43 | 29 | 38 | 28 | 28 | 29 | 33 | 36 | 33 | 50 | 57 | 48 | 53 | 46 |
| 44 | 29 | 28 | 27 | 36 | 25 | 31 | 31 | 32 | 45 | 50 | 50 | 54 | 40 |
| 45 | 34 | 38 | 35 | 38 | 37 | 44 | 37 | 39 | 60 | 70 | 52 | 69 | 51 |

Продолжение таблицы 2.5

| | | | | | | | | | | | | | |
|----|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|-------|------|-------|-------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 46 | 32 | 30 | 24 | 24 | 32 | 30 | 34 | 34 | 54 | 52 | 48 | 48 | 38 |
| 47 | 29 | 39 | 33 | 32 | 40 | 38 | 42 | 42 | 58 | 60 | 62 | 55 | 60 |
| 48 | 21 | 30 | 15 | 23 | 24 | 30 | 32 | 23 | 42 | 42 | 42 | 36 | 36 |
| 49 | 26 | 36 | 32 | 35 | 35 | 32 | 34 | 34 | 55 | 55 | 54 | 46 | 54 |
| 50 | 29 | 38 | 26 | 28 | 30 | 28 | 30 | 27 | 50 | 50 | 53 | 45 | 38 |
| Σ | 27,62 | 31,38 | 27,4 | 29,64 | 29,34 | 28,92 | 32,94 | 30,96 | 49,3 | 49,68 | 48,5 | 45,54 | 45,18 |

Обозначения: П – престиж; МП – материальное положение; К – креативность; АСК – активные социальные контакты; Р – развитие себя; Д – достижения; ДУ – духовное удовлетворение; СИ – сохранение индивидуальности; ПФ – профессиональная сфера; О – обучение; С – семья; ОЖ – общественная жизнь; У – увлечения.

Таблица 2.6 – Результаты исследования экзистенциальной исполненности студентов факультета подготовки учителей начальных классов

| № | SD | ST | F | V | P | E | G |
|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1 | 32 | 84 | 48 | 68 | 116 | 116 | 232 |
| 2 | 33 | 84 | 60 | 62 | 117 | 122 | 239 |
| 3 | 37 | 78 | 49 | 54 | 115 | 103 | 218 |
| 4 | 24 | 68 | 48 | 54 | 92 | 102 | 194 |
| 5 | 35 | 76 | 48 | 61 | 111 | 109 | 220 |
| 6 | 37 | 69 | 62 | 70 | 106 | 132 | 238 |
| 7 | 34 | 78 | 47 | 53 | 112 | 100 | 212 |
| 8 | 36 | 75 | 48 | 50 | 111 | 98 | 209 |
| 9 | 37 | 81 | 58 | 57 | 118 | 115 | 233 |
| 10 | 37 | 76 | 49 | 46 | 113 | 95 | 208 |
| 11 | 41 | 82 | 52 | 53 | 123 | 105 | 228 |
| 12 | 20 | 66 | 35 | 42 | 86 | 77 | 163 |
| 13 | 37 | 78 | 49 | 54 | 115 | 103 | 218 |
| 14 | 20 | 61 | 31 | 51 | 81 | 82 | 163 |

Продолжение таблицы 2.6

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|
| 15 | 29 | 73 | 50 | 49 | 102 | 99 | 201 |
| 16 | 18 | 61 | 35 | 33 | 79 | 68 | 147 |
| 17 | 40 | 78 | 53 | 48 | 118 | 101 | 219 |
| 18 | 35 | 76 | 48 | 61 | 111 | 109 | 220 |
| 19 | 32 | 54 | 44 | 50 | 86 | 94 | 180 |
| 20 | 27 | 43 | 32 | 36 | 70 | 68 | 138 |
| 21 | 34 | 68 | 51 | 53 | 102 | 104 | 206 |
| 22 | 35 | 75 | 47 | 45 | 110 | 92 | 202 |
| 23 | 43 | 82 | 45 | 46 | 125 | 91 | 216 |
| 24 | 35 | 78 | 53 | 68 | 113 | 121 | 234 |
| 25 | 38 | 86 | 61 | 73 | 124 | 134 | 258 |
| 26 | 46 | 88 | 53 | 66 | 134 | 119 | 253 |
| 27 | 26 | 78 | 58 | 55 | 104 | 113 | 217 |
| 28 | 39 | 76 | 50 | 59 | 115 | 109 | 224 |
| 29 | 48 | 84 | 58 | 60 | 132 | 118 | 250 |
| 30 | 22 | 57 | 42 | 51 | 79 | 93 | 172 |
| 31 | 28 | 73 | 37 | 33 | 101 | 70 | 171 |
| 32 | 32 | 78 | 39 | 58 | 110 | 97 | 207 |
| 33 | 45 | 71 | 43 | 56 | 116 | 99 | 215 |
| 34 | 30 | 76 | 51 | 52 | 106 | 103 | 209 |
| 35 | 37 | 81 | 58 | 57 | 118 | 115 | 233 |
| 36 | 35 | 64 | 45 | 48 | 99 | 93 | 192 |
| 37 | 35 | 77 | 50 | 59 | 112 | 109 | 221 |
| 38 | 35 | 64 | 45 | 48 | 99 | 93 | 192 |
| 39 | 32 | 71 | 53 | 59 | 103 | 112 | 215 |
| 40 | 32 | 77 | 52 | 62 | 109 | 114 | 223 |
| 41 | 36 | 82 | 58 | 56 | 118 | 114 | 232 |
| 42 | 34 | 75 | 48 | 57 | 109 | 105 | 214 |
| 43 | 35 | 73 | 51 | 60 | 108 | 111 | 219 |
| 44 | 27 | 63 | 27 | 41 | 90 | 68 | 158 |
| 45 | 22 | 57 | 42 | 51 | 79 | 93 | 172 |
| 46 | 40 | 70 | 53 | 53 | 110 | 106 | 216 |

Продолжение таблицы 2.6

| | | | | | | | |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | <i>7</i> | <i>8</i> |
| 47 | 20 | 57 | 34 | 41 | 77 | 75 | 152 |
| 48 | 40 | 71 | 47 | 65 | 111 | 112 | 223 |
| 49 | 36 | 78 | 52 | 55 | 114 | 107 | 221 |
| 50 | 36 | 78 | 52 | 55 | 114 | 107 | 221 |
| Σ | 33,48 | 72,98 | 48,02 | 53,88 | 106,46 | 101,9 | 208,36 |

Таблица 2.7 – Результаты исследования экзистенциальной исполненности студентов естественно-технологического университета

| № | SD | ST | F | V | P | E | G |
|----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | <i>7</i> | <i>8</i> |
| 1 | 34 | 69 | 54 | 46 | 103 | 100 | 203 |
| 2 | 22 | 60 | 30 | 36 | 82 | 66 | 148 |
| 3 | 23 | 59 | 30 | 36 | 82 | 66 | 148 |
| 4 | 25 | 67 | 36 | 37 | 92 | 73 | 165 |
| 5 | 39 | 75 | 47 | 48 | 114 | 95 | 209 |
| 6 | 29 | 52 | 25 | 35 | 81 | 60 | 141 |
| 7 | 38 | 75 | 38 | 49 | 113 | 87 | 200 |
| 8 | 37 | 76 | 39 | 47 | 113 | 86 | 199 |
| 9 | 30 | 54 | 52 | 53 | 84 | 105 | 189 |
| 10 | 29 | 76 | 42 | 51 | 105 | 93 | 198 |
| 11 | 18 | 51 | 35 | 40 | 69 | 75 | 144 |
| 12 | 30 | 70 | 45 | 54 | 100 | 99 | 199 |
| 13 | 36 | 75 | 48 | 50 | 111 | 98 | 209 |
| 14 | 22 | 69 | 32 | 39 | 91 | 71 | 162 |
| 15 | 22 | 50 | 37 | 38 | 72 | 75 | 147 |
| 16 | 42 | 69 | 48 | 55 | 111 | 103 | 214 |
| 17 | 27 | 55 | 43 | 43 | 82 | 86 | 168 |
| 18 | 27 | 57 | 39 | 33 | 84 | 72 | 156 |
| 19 | 29 | 75 | 44 | 54 | 104 | 98 | 202 |
| 20 | 28 | 58 | 43 | 39 | 86 | 82 | 168 |
| 21 | 32 | 63 | 41 | 47 | 95 | 88 | 183 |
| 22 | 29 | 67 | 44 | 39 | 96 | 83 | 179 |

Продолжение таблицы 2.7

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|----------|-------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| 23 | 32 | 69 | 49 | 57 | 101 | 106 | 207 |
| 24 | 28 | 69 | 52 | 54 | 97 | 106 | 203 |
| 25 | 22 | 70 | 46 | 38 | 92 | 84 | 176 |
| 26 | 30 | 64 | 40 | 45 | 94 | 85 | 179 |
| 27 | 39 | 70 | 33 | 48 | 109 | 81 | 190 |
| 28 | 27 | 63 | 35 | 51 | 90 | 86 | 176 |
| 29 | 30 | 76 | 40 | 48 | 106 | 88 | 194 |
| 30 | 26 | 49 | 37 | 48 | 75 | 85 | 160 |
| 31 | 38 | 75 | 41 | 56 | 113 | 97 | 210 |
| 32 | 28 | 60 | 40 | 49 | 88 | 89 | 177 |
| 33 | 24 | 77 | 38 | 39 | 101 | 77 | 178 |
| 34 | 37 | 81 | 61 | 72 | 118 | 133 | 251 |
| 35 | 37 | 75 | 54 | 56 | 112 | 110 | 222 |
| 36 | 26 | 71 | 47 | 55 | 97 | 102 | 199 |
| 37 | 26 | 64 | 42 | 49 | 90 | 91 | 181 |
| 38 | 27 | 65 | 47 | 56 | 92 | 103 | 195 |
| 39 | 24 | 74 | 49 | 57 | 98 | 106 | 204 |
| 40 | 26 | 75 | 37 | 57 | 101 | 94 | 195 |
| 41 | 40 | 77 | 52 | 50 | 117 | 102 | 219 |
| 42 | 33 | 55 | 42 | 50 | 88 | 92 | 180 |
| 43 | 34 | 69 | 44 | 51 | 103 | 95 | 198 |
| 44 | 32 | 61 | 50 | 50 | 93 | 100 | 193 |
| 45 | 31 | 84 | 60 | 67 | 115 | 127 | 242 |
| 46 | 27 | 72 | 49 | 54 | 99 | 103 | 202 |
| 47 | 31 | 80 | 62 | 60 | 111 | 122 | 233 |
| 48 | 32 | 80 | 55 | 62 | 112 | 117 | 229 |
| 49 | 25 | 73 | 43 | 47 | 98 | 90 | 188 |
| 50 | 26 | 68 | 45 | 50 | 94 | 95 | 189 |
| Σ | 29,72 | 67,76 | 43,64 | 48,9 | 97,48 | 92,54 | 190,02 |

Обозначение шкал: SD – самодистанцирование; ST – самотрансценденция; F – свобода; V – ответственность; P – персональность; E – экзистенциальность; G – экзистенциальная исполненность.

Таблица 2.8 – Расчет U-критерия Манна-Уитни

| № | Выборка 1 | Ранг 1 | Выборка 2 | Ранг 2 |
|----------|-----------|----------|-----------|----------|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> |
| 1 | 232 | 88.5 | 203 | 52.5 |
| 2 | 239 | 95 | 148 | 6.5 |
| 3 | 218 | 72.5 | 148 | 6.5 |
| 4 | 194 | 38.5 | 165 | 15 |
| 5 | 220 | 77.5 | 209 | 60.5 |
| 6 | 238 | 94 | 141 | 2 |
| 7 | 212 | 64 | 200 | 47 |
| 8 | 209 | 60.5 | 199 | 45 |
| 9 | 233 | 91 | 189 | 32.5 |
| 10 | 208 | 58 | 198 | 42.5 |
| 11 | 228 | 86 | 144 | 3 |
| 12 | 163 | 13.5 | 199 | 45 |
| 13 | 218 | 72.5 | 209 | 60.5 |
| 14 | 163 | 13.5 | 162 | 12 |
| 15 | 201 | 48 | 147 | 4.5 |
| 16 | 147 | 4.5 | 214 | 65.5 |
| 17 | 219 | 75 | 168 | 16.5 |
| 18 | 220 | 77.5 | 156 | 9 |
| 19 | 180 | 27.5 | 202 | 50 |
| 20 | 138 | 1 | 168 | 16.5 |
| 21 | 206 | 55 | 183 | 30 |
| 22 | 202 | 50 | 179 | 25.5 |
| 23 | 216 | 69.5 | 207 | 56.5 |
| 24 | 234 | 93 | 203 | 52.5 |
| 25 | 258 | 100 | 176 | 21.5 |
| 26 | 253 | 99 | 179 | 25.5 |

Продолжение таблицы 2.8

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------|-----|--------|-----|--------|
| 27 | 217 | 71 | 190 | 34 |
| 28 | 224 | 85 | 176 | 21.5 |
| 29 | 250 | 97 | 194 | 38.5 |
| 30 | 172 | 19.5 | 160 | 11 |
| 31 | 171 | 18 | 210 | 63 |
| 32 | 207 | 56.5 | 177 | 23 |
| 33 | 215 | 67.5 | 178 | 24 |
| 34 | 209 | 60.5 | 251 | 98 |
| 35 | 233 | 91 | 222 | 82 |
| 36 | 192 | 35.5 | 199 | 45 |
| 37 | 221 | 80 | 181 | 29 |
| 38 | 192 | 35.5 | 195 | 40.5 |
| 39 | 215 | 67.5 | 204 | 54 |
| 40 | 223 | 83.5 | 195 | 40.5 |
| 41 | 232 | 88.5 | 219 | 75 |
| 42 | 214 | 65.5 | 180 | 27.5 |
| 43 | 219 | 75 | 198 | 42.5 |
| 44 | 158 | 10 | 193 | 37 |
| 45 | 172 | 19.5 | 242 | 96 |
| 46 | 216 | 69.5 | 202 | 50 |
| 47 | 152 | 8 | 233 | 91 |
| 48 | 223 | 83.5 | 229 | 87 |
| 49 | 221 | 80 | 188 | 31 |
| 50 | 221 | 80 | 189 | 32.5 |
| Суммы: | | 3072.5 | | 1977.5 |

Результат: $U_{ЭМП} = 702.5$

Таблица 2.9 – Матрица значимых факторных нагрузок показателей СЖО студентов педагогического вуза (n=100)

| Показатели смыслжизненных Ориентаций | фактор 1 | фактор 2 | фактор 3 | фактор 4 | фактор 5 | фактор 6 | фактор 7 |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| <i>1</i> | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Профессиональная жизнь | 0,863 | | | | | | |
| Достижения | 0,846 | | | | | | |
| Обучение | 0,841 | | | | | | |
| Общественная жизнь | 0,819 | | | | | | |
| Увлечения | 0,790 | | | | | | |
| Развитие себя | 0,783 | | | | | | |
| Духовное удовлетворение | 0,773 | | | | | | |
| Престиж | 0,769 | | | | | | |
| Активные социальные контакты | 0,755 | | | | | | |
| Сохранение индивидуальности | 0,749 | | | | | | |
| Семья | 0,715 | | | | | | |
| Креативность | 0,709 | | | | | | |
| Материальное положение | 0,644 | | | | | | |
| Исполненность | | 0,961 | | | | | |
| Экзистенциальность | | 0,899 | | | | | |
| Персональность | | 0,877 | | | | | |
| Свобода | | 0,843 | | | | | |
| Ответственность | | 0,835 | | | | | |
| Самотрансценденция | | 0,834 | | | | | |
| Самодистанцирование | | 0,712 | | | | | |
| Результат | | 0,685 | | | | | |
| ЛК-Жизнь | | 0,667 | | | | | |
| ОЖ | 0,420 | 0,652 | | | | | |
| Цели | | 0,615 | | | | | |

Продолжение таблицы 2.9

| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | <i>7</i> | <i>8</i> |
|---------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Процесс | | 0,596 | | | | | |
| ЛК-Я | 0,416 | 0,527 | | | | | |
| Креативность | | 0,463 | 0,461 | | | | |
| Гибкость | | | 0,759 | | | | |
| Поддержка | | | 0,635 | | | | |
| Ориентация во времени | | | 0,628 | | | | |
| Самопринятие | | | 0,588 | 0,438 | | | |
| Ценностные ориентации | | | 0,577 | | | | |
| Синергия | | | 0,526 | | | | |
| Самоуважение | | 0,485 | 0,496 | | | | |
| Сензитивность | | | | 0,792 | | | |
| Принятие агрессии | | | | 0,787 | | | |
| Контактность | | | | 0,755 | | | |
| Спонтанность | | | 0,451 | 0,461 | | | |
| Познавательные потребности | | | | | | | |
| Коммуникативные смыслы | | | | | 0,818 | | |
| Семейные смыслы | | | | | 0,661 | | |
| Самореализация | | | | | -0,647 | | |
| Когнитивные смыслы | | | | | -0,578 | | |
| Представление о природе человек | | | | | | | |
| Экзистенциальные | | | | | | 0,726 | |
| Гедонистические | | | | | | 0,698 | |
| Статусные | | | | | | -0,689 | |
| Альтруистические | | | | | | | -0,760 |

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Психолого-педагогическая программа формирования смыслоразностных ориентаций у студентов педагогического вуза

Цель программы: сформировать смыслоразностные ориентации у студентов педагогического вуза.

Задачи программы:

1. Повысить уровень сформированности смыслоразностных ориентаций у студентов педагогического вуза с помощью развития когнитивного, эмоционального-волевого, мотивационного, поведенческого и ценностного компонентов.

2. Когнитивный компонент:

– сформировать систему знаний о смысле жизни, смыслоразностных ориентациях, ценностях у студентов педагогического вуза;

– развить навыки рефлексии.

3. Мотивационный компонент:

– развить навыки целеполагания;
– сформировать интерес к обучению и личностному самоопределению;

4. Поведенческий компонент:

– развить способность самостоятельно предпринимать решения;
– сформировать ответственное отношение за личностное становление и выбор профессионального пути.

5. Эмоционально-волевой компонент:

– сформировать позитивное отношение к себе и окружающим людям;

– развить навыки самоконтроля.

6. Ценностный компонент:

- развить умение определять значимые ценности и расставлять приоритеты;
- сформировать альтруистические ценности.

Занятие 1. Проблема смысла жизни в философии и религии

Цель: сформировать представление о смысле жизни на основе философского и религиозного подходов.

Оборудование: мультимедийное оборудование.

Форма организации занятия: лекция, групповая работа.

Метод: групповая дискуссия.

Продолжительность занятия: 2 часа.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие, постановка проблемы смысла жизни.

Немецкий философ Фридрих Ницше в одной из своих работ писал, что «Если знаешь ЗАЧЕМ, выдержишь любое КАК». Какой смысл заложил философ в эту фразу? Какую роль играет смысл в человеческой жизни? Можно ли обойтись без смысла жизни? (обсуждение вопросов в ходе дискуссии).

2. Основная часть: философское виденье проблемы смысла жизни в учениях античных и средневековых философов; проблема смысла жизни в иррационализме А. Шопенгауэра и Ф. Ницше; смысл жизни в концепциях философов экзистенциалистов (Ж.-П. Сартр, А. Камю, М. Хайдеггера); способы решения проблемы смысла жизни в философских концепциях; религиозные подходы в решении вопроса о смысле жизни (христианство, иудаизм, ислам, даосизм, буддизм, конфуцианство).

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итога занятия.

Студенты отвечают на вопросы:

- Что нового вы узнали?
- Что показалось трудным?

– Что было интересно узнать?

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа студента. Написание эссе в качестве предмета размышления предлагается высказывание философа: «Когда человек не знает, к какой пристани он держит путь, для него ни один ветер не будет попутным» (Сенека)

Занятие 2. Проблема смысла жизни в психологии. Психологическое консультирование в работе со смыслом жизни

Цель: сформировать представление о смысле жизни, опираясь на отечественные и зарубежные психологические исследования.

Оборудование: мультимедийное оборудование.

Формы организации: лекция, групповая работа.

Метод: групповая дискуссия.

Продолжительность занятия: 2 часа.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие, постановка проблемы для обсуждения в рамках дискуссии (Почему проблема смысла жизни – это область изучения не только философии, религии, но и психологии?)

2. Основная часть: проблема смысла жизни в психоанализе (З. Фрейд, К.Г. Юнг, А. Адлер); экзистенциальная психология в поисках смысла жизни (В. Франкл, А. Лэнгле, И. Ялом); смыслоутрата и экзистенциальный вакуум; способы преодоления смысложизненного кризиса; концепция смысла жизни В.Э. Чудновского; деятельностный подход в решении проблемы смысла (А. Н. Леонтьев, Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, Б.С. Братусь); психологическое консультирование в работе со смыслом жизни.

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итога занятия.

Студенты отвечают на вопросы:

– Что нового вы узнали?

- Что показалось трудным?
- Что было интересно узнать?

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа студента. Написание эссе в качестве предмета размышления предлагается высказывание психолога: «К чему бы мы ни стремились, каковы бы ни были частные задачи, которые мы сами себе ставим, мы в последнем счёте стремимся к одному: к полноте и завершённости... Мы стремимся стать сами вечной, завершённой, и всеобъемлющей жизнью» (В.Э. Франкл)

Занятие 3. Ценности и смысложизненные ориентации человека

Цель: сформировать представления о ценностях и смысложизненных ориентациях.

Оборудование: мультимедийное оборудование.

Форма организации занятия: лекция, групповая работа.

Метод: групповая дискуссия.

Продолжительность занятия: 2 часа.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие, постановка проблемы определения системы ценностей и СЖО.

Притча о мудреце:

Как-то один мудрец, стоя перед своими учениками, сделал следующее. Он взял большой стеклянный сосуд и наполнил его до краев большими камнями. Прюделав это, он спросил учеников, полон ли сосуд. Все подтвердили, что полон. Тогда мудрец взял коробку с мелкими камушками, высыпал их в сосуд и несколько раз легонько встряхнул его. Камушки раскатились в промежутки между большими камнями и заполнили их. После этого он снова спросил учеников, полон ли сосуд теперь. Они снова подтвердили - факт, полон.

И, наконец, мудрец взял со стола коробку с песком и высыпал его в сосуд. Песок, конечно же, заполнил последние промежутки в сосуде. «Теперь, – обратился мудрец к ученикам, – я хотел бы, чтобы вы смогли распознать в этом сосуде свою жизнь! Крупные камни олицетворяют важные вещи в жизни: ваша семья, ваш любимый человек, ваше здоровье, ваши дети - те вещи, которые, даже не будь всего остального, все еще смогут наполнить вашу жизнь. Мелкие камушки представляют менее важные вещи, такие, как, например, ваша работа, ваша квартира, ваш дом или ваша машина. Песок символизирует жизненные мелочи, повседневную суету. Если же вы наполните ваш сосуд вначале песком, то уже не останется места для более крупных камней. Также и в жизни: если вы всю вашу энергию израсходуете на мелкие вещи, то для больших вещей уже ничего не останется. Поэтому обращайтесь внимание прежде всего на важные вещи, находите время для ваших детей и любимых, следите за своим здоровьем. У вас остается еще достаточно времени для работы, для дома, для празднований и всего остального. Следите за вашими большими камнями – только они имеют цену, все остальное - лишь песок".

О чем повествует данная притча? Почему так важно разбираться в своих ценностных приоритетах?

2. Основная часть: понятие «ценность»; общечеловеческие ценности; альтруизм; значение альтруизма; терминальные и инструментальные ценности; понятие «смыслоразностные ориентации»; основные компоненты смыслоразностных ориентаций (цель жизни, результат жизни, удовлетворенность самореализацией, локус-контроля – Я, локус-контроля – жизнь).

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итога занятия.

Студенты отвечают на вопросы:

- Что нового сегодня вы узнали?
- Что показалось трудным?
- Что было интересно узнать?

4. Прощание.
5. Самостоятельная работа. Определите значимые терминальные и инструментальные ценности для будущего педагога. Оцените, насколько важны для вас выделенные терминальные и инструментальные ценности.

Занятие 4-5. Поиск смысла жизни в «Исповеди» Л.Н. Толстого»

Цель: раскрыть способы поиска смысла жизни на примере автобиографического произведения Л.Н. Толстого «Исповедь».

Оборудование: мультимедийное оборудование, фрагменты текста произведения Л.Н. Толстого «Исповедь».

Формы организации: семинар, индивидуальная и групповая работа.

Методы: герменевтический метод, метод глубины философии, тренинговые упражнения.

Продолжительность занятия: 4 часа.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие; постановка цели (изучение проблемы смысла жизни и способов ее решения); рассказ о жизни и творчестве Л.Н. Толстого.

Лев Толстой – великий русский писатель и мыслитель, почетный член Императорской АН и академик изящной словесности. Толстой почитаем и широко известен во всем мире как величайший просветитель, публицист и религиозный мыслитель. Его идеи способствовали появлению нового религиозного течения, под названием «толстовство». Его перу принадлежат такие произведения мировой классики, как «Война и мир», «Анна Каренина», «Хаджи-Мурат». Некоторые из его работ неоднократно экранизировались как в России, так и за её пределами.

Лев Николаевич родился 9 сентября 1828 года в Ясной Поляне Тульской губернии, в богатой дворянской семье. Обучался в Казанском университете, который позже оставил. В возрасте 23 лет отправился на войну на Кавказ, где принялся за написание трилогии: «Детство»,

«Отрочество», «Юность». Далее участвовал в Крымской войне, после окончания которой вернулся в Петербург. Здесь он опубликовал в журнале «Современник» свои «Севастопольские рассказы». В период с 1853 по 1863 год Толстой писал повесть «Казачья жизнь», но вынужден был прервать работу, чтобы вернуться в Ясную Поляну и открыть там школу для сельских детей. Он сумел создать свою собственную методику преподавания.

Свое самое значимое произведение, «Война и мир», Толстой писал с 1863 по 1869 год. Следующее, не менее гениальное произведение «Анна Каренина», автор писал с 1873 по 1877 год. В это же время происходило формирование его философских взглядов на жизнь, которые позже были названы «толстовством». Суть этих взглядов просматривается в «Исповеди», в «Крейцеровой сонате» и некоторых других произведениях. Благодаря Толстому Ясная Поляна стала своего рода местом поклонения. Люди со всей России приезжали послушать его, как духовного наставника. В 1901 году всемирно известный писатель был официально отлучен от церкви.

В октябре 1910 года Толстой тайком покинул дом и уехал на поезде. По дороге он резко заболел и был вынужден сойти в Астапово, где в доме начальника станции И. И. Озолина провел семь последних дней своей жизни. Умер великий писатель 20 ноября в возрасте 82 лет и был похоронен в лесу в Ясной Поляне на краю оврага, где в детстве играл с братом.

2. Основная часть.

2.1. Объяснение правил работы с текстом.

2.2. Работа с текстом произведения Л.Н. Толстого «Исповедь», подготовка ответов на поставленные вопросы:

- 1) Что явилось предпосылкой духовного кризиса автора?
- 2) Почему жизнь теряет смысл?
- 3) Почему наука не может дать ответ на вопрос о смысле жизни?
- 4) Как жизнь и отношение к ней трактует философия (Сократ, Шопенгауэр, Екклесиаст, Будда)?

- 5) Какие выходы из бессмысленности жизни находят люди?
- 6) В чем суть главного противоречия в рассуждениях о бессмысленности жизни? Как это противоречие может быть преодолено?
- 7) Какой главный смысл открылся автору? Какие новые противоречия возникли?

2.3. Групповая работа с фрагментом текста из произведения «Исповедь»: сон Л.Н. Толстого. В ходе групповой работы используется герменевтический метод (техника понимания):

- 1) курсорное чтение;
- 2) наблюдение за чувствами;
- 3) пред-понимание текста;
- 4) обнаружение темных мест;
- 5) формулировка вопросов относительно «темных мест»;
- 6) поиск ответов на поставленные вопросы;
- 7) установление смысловых связей между основными идеями;
- 8) осознание ценности приобретенного опыта понимания.

3. Заключительная часть представлена рефлексией, подведением итогов занятия.

Студенты отвечают на вопросы:

- Что нового сегодня вы узнали?
- Что показалось трудным?
- Что было интересно узнать?

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа:

Задание 1. Подготовка к практическому занятию. Чтение произведения Л.Н. Толстого «Исповедь».

Задание 2. Попробуйте описать свое сновидение с использованием герменевтической техники понимания (по желанию, выполнение задания не проверяется).

Занятие 6-7. Логотерапия В.Э. Франкла» (4 часа)

Цель: сформировать представления о содержании логотерапии В.Э. Франкла и основных способах обретения смысла жизни.

Оборудование: мультимедийное оборудование, фрагменты текста произведения В.Э. Франкла «Человек в поисках смысла».

Формы организации: семинар, индивидуальная и групповая работа.

Методы: герменевтический метод, метод глубиной философии, тренинговые упражнения.

Продолжительность занятия: 4 часа.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие; постановка цели (изучение проблемы смысла жизни и способов ее решения); рассказ о жизни и творчестве В.Э. Франкла.

В.Э. Франкл – австрийский невролог и психолог, который разработал уникальный метод логотерапии, суть которого заключается в оказании помощи людям в поисках смысла жизни. Он родился в 26 марта 1905 году в еврейской семье, в Вене. Детские и юношеские годы Виктора проходили в сложной обстановке Первой мировой войны, экономических и политических кризисов. Он рано заинтересовался психологическими аспектами жизни. Его дипломная работа в гимназии была посвящена психологии философского мышления. Поступив на медицинский факультет Венского университета, решил заниматься психиатрией и неврологией.

В 1930 Виктор стал доктором медицины, продолжая трудиться в сфере клинической психиатрии. Молодой специалист старался сделать так, чтобы люди, которые обратились за помощью, смогли осознать свои возможности изменить к лучшему себя и мир.

С 1933 по 1937 г. Франкл возглавлял отделение по предотвращению самоубийств одной из венских клиник. Пациентами Франкла стали свыше тридцати тысяч женщин, подверженных риску самоубийства. Тем не менее с приходом к власти нацистов в 1938 году Франклу запретили лечить

пациентов по причине его еврейского происхождения. Психолог занялся частной практикой, а в 1940 году возглавил неврологическое отделение Ротшильдской больницы, где также работал нейрохирургом. В 1941 году Франкл женился на Тилли Гроссер.

25 сентября 1942 года Франкл, его жена и родители были депортированы в концентрационный лагерь Терезиенштадт. В лагере Франкл встретил доктора Карла Флейшмана, который на тот момент вынашивал план по созданию организации психологической помощи вновь прибывающим заключённым. Организовать выполнение этой задачи он поручил Франклу как бывшему психиатру.

Всё своё время пребывания в концлагере Франкл посвятил врачебной деятельности, которую он, естественно, держал втайне от отряда охраны. Вместе с другими психиатрами и социальными работниками со всей Центральной Европы он оказывал заключённым специализированную помощь. Задача службы состояла в преодолении первоначального шока и оказании поддержки на начальном этапе пребывания.

19 октября 1944 года Франкл был переведён в концентрационный лагерь Аушвиц, где провёл несколько дней и был далее направлен в Тюркхайм, один из лагерей системы Дахау, куда прибыл 25 октября 1944 года. Здесь он провёл следующие шесть месяцев в качестве чернорабочего. Его жена была переведена в концентрационный лагерь Берген-Бельзен и там погибла. Отец Франкла скончался в Терезинштадте от отёка легких, мать была убита в Аушвице. 27 апреля 1945 года Франкл был освобождён. Из членов семьи Франкла выжила только сестра, эмигрировавшая в Австралию. В 1946 г. он возглавил Венскую неврологическую клинику и находился на этом посту до 1971 г. В послевоенные годы Франкл опубликовал более 32 книг, многие из которых были переведены на 10-20 языков. Франкл умер 2 сентября 1997 г. от сердечной недостаточности. В своем основополагающем труде «Человек в поисках смысла» (опубликован в 1959 г. под названием «Из лагеря смерти к экзистенциализму») Франкл

описывает личный опыт выживания в концентрационном лагере и излагает свой психотерапевтический метод нахождения смысла во всех проявлениях жизни.

2. Основная часть.

2.1. Работа с текстом произведения В.Э. Франкла «Человек в поисках смысла» (Ч. 2.), подготовка ответов на поставленные вопросы:

1) Что такое логотерапия?
2) Что такое «ноогенные неврозы» и какую роль в преодолении их играет «ноодинамика»?

3) Что такое «экзистенциальный вакуум»? В чем заключаются историко-культурные причины его возникновения, и каковы его проявления?

4) Какое специфическое отношение к вопросу о смысле жизни формирует логотерапия?

5) В каких направлениях, согласно логотерапии, обнаруживается ответ на вопрос о смысле жизни?

6) Прокомментируйте пример В. Франкла, иллюстрирующий ответ на вопрос о смысле страдания.

7) Как с точки зрения логотерапии решается проблема смерти, осознания конечности человеческого существования?

8) В чем суть метода «парадоксальное стремление»?

9) Почему В.Э. Франкл считает, что лучшим средством против агрессии, самоубийств, насилия и наркомании является оказание помощи в поиске смысла жизни? В чем заключается безусловная ценность каждого человека?

2.2. Групповая работа с фрагментом текста из произведения В.Э. Франкла «Человек в поисках смысла». Часть 1 (воспоминания Франкла о жене) с применением метода глубины философии Р. Лахава.

В ходе групповой работы используется метод глубины философии Р. Лахава. Обучающиеся в микрогруппах читают текст по предложению,

пропуская через себя мысли автора текста в их звучании и в их значении. Каждое прочитанное предложение поясняется читателем или служит основой для раскрытия собственных чувств и мыслей.

2.3. Тренинговые упражнения: «Смысл жизни».

Основоположник экзистенциальной психотерапии В.Э. Франкл отмечал, что человек может обнаружить смысл существования тремя способами. Во-первых, занимаясь творчеством или работой, или совершая подвиг. Во-вторых, переживая нечто или встретив кого-то. В-третьих, занимая достойную позицию по отношению к неизбежному страданию.

1) Приведите примеры реальных людей или героев художественных произведений, который обрели смысл жизни представленными способами.

2) Какие качества характера выбранного человека или героя произведения на ваш взгляд способствовали обретению смысла?

3) Представьте, что перед вами чемодан. В него вы можете положить все качества, которые пригодятся вам на жизненном пути. Какие качества вы бы в него положили?

4) Продолжите фразы: «Жизнь – это ...», «Я живу для того, чтобы ...»

5) Нарисуйте 3 больших круга на листе бумаги. Подпишите каждый круг: 1 – прошлое, 2 -настоящее, 3- будущее. Вспомните и напишите в каждом круге 5 событий, которые имели, имеют или могут иметь для вас большое значение. Поразмышляйте над тем, какие перемены принесли или принесут в вашу жизнь эти события.

3. Заключительная часть представлена рефлексией, подведением итогов занятия.

Студенты отвечают на вопросы:

- Достигли ли мы поставленной цели занятия?
- Что нового узнали?
- Чему научились?

– Что было интересно?

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа: подготовка к практическому занятию, чтение произведения Франкла В.Э. «Человек в поисках смысла».

Занятие 8. Мои ценности и смыслы

Цель: формирование ценностей, смысложизненных ориентаций, формирование положительного отношения к себе и окружающим людям, активизация процесса самопознания, развитие навыка понимания других людей.

Оборудование: мультимедийное оборудование, ватман с изображением дерева, бумажные шаблоны листьев дерева, схема колеса жизни.

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная и групповая работа.

Методы: тренинговые упражнения.

Продолжительность занятия: 2 часа.

План занятия:

1. Вводная часть: тренинговое упражнение на приветствие, оглашение цели предстоящей работы, объяснение правил работы в группе.

Упражнение «Приветствие».

Цель: формирования доверительного межличностного общения, создание положительного настроения на работу.

Инструкция: Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера, например: «Я рад тебя видеть, и хочу сказать, что ты выглядишь великолепно» или «Привет, ты, как всегда, энергичен и весел». Можно вспомнить ту индивидуальную черту человека, которую он сам выделил при первом знакомстве. Можно обращаться не только к конкретному человеку, но и ко всем сразу. Во время этой психологической разминки группа должна

настроиться на доверительный стиль общения, продемонстрировать свое доброе отношение друг к другу. Ведущему следует обратить внимание на способы установления контактов и в завершение упражнения разобрать типичные ошибки, допущенные участниками, а также продемонстрировать наиболее продуктивные способы приветствий.

Постановка цели предстоящей работы:

Педагог (психолог) показывает ряд фотографий и просит студентов отгадать тему занятия. На слайдах показывается ряд фотографий, где изображены человеческие ценности.

Педагог (психолог) ставит цель занятия: формирование представлений о ценностях и смысложизненных ориентиров, определение собственных ценностных приоритетов и ведущих смыслов.

Объяснение правил работы в группе:

- 1) приходить вовремя;
- 2) отключить мобильный телефон;
- 3) правило активности (все участники принимают активное участие в обсуждениях, выполнении заданий);
- 4) здесь и сейчас (во время работы участники обсуждают только те вопросы, которые значимы именно в данный промежуток времени);
- 5) правило круга (участники обещают друг другу, что информация, озвученная во время занятия, не будет вынесена за его пределы);
- 6) 1 микрофон (перебивать друг друга, даже при обсуждении очень интересной темы, недопустимо);
- 7) Я-высказывания (свое личное мнение необходимо высказывать от первого лица);
- 8) принцип доброжелательности (относимся к другим участникам доброжелательно и уважительно, стараемся их поддержать и помочь).

2. Основная часть: тренинговые упражнения «Дерево ценностей», «Ценности и приоритеты», «Колесо жизни».

Упражнение «Дерево ценностей».

Цель: выявление значимых для группы ценностей.

Инструкция: перед вами дерево, на нем не хватает листьев. Предлагаю вам на листочках написать ваши ценности и приклеить к дереву. На одном листике можно написать только одну ценность.

После выполнения упражнения педагог (психолог) зачитывает написанные обучающимися ценности.

Вопросы для обсуждения:

– Какие ценности встречаются несколько раз? Как вы думаете, почему?

– Какова была бы жизнь человека без этих ценностей?

– Какие ценности вообще не написали? Почему?

Упражнение «Ценности и приоритеты».

Цель: определение основных ценностей и приоритетов, развитие навыка планирования для достижения жизненных целей.

Инструкция. Ведущий раздает участникам заранее подготовленные 10 листочков для записей и просит участников написать 10 своих жизненных ценностей, то, на чем основа вся их жизнь. После этого участники получают задачу расставить приоритеты полученных ценностей по степени важности в их жизни.

После того, как эти два процесса выполнены, педагог (психолог) просит разделить на пары. В паре работа происходит следующим образом. Первый участник раскладывает свои жизненные принципы согласно расставленным приоритетам. Второй участник задает ему вопрос, указывая на ценность под номером один: Готов ли ты это иметь, но не иметь ценность под номером два? Например, готов ли ты иметь здоровье (1-я ценность), но не иметь достаток (2-я ценность)? Если ответ – да, то все остается как есть, если ответ – нет, то ценности меняются местами. И вопрос задается снова и т.д. В итоге на все вопросы должен быть положительный ответ. Затем участники меняются местами и процесс повторяется.

Рефлексия:

- Что было трудным в выполнении этого задания?
- От каких ценностей вам было трудно отказаться? Почему?

Упражнение «Колесо жизни».

Цели: формирование ценностей и смысложизненных ориентаций, гармонизация сфер жизни, повышение мотивации участников группы на достижение своих целей.

Инструкция: перед вами рисунок колеса жизни с размеченными сферами жизни. Колесо жизни – это отражение различных сфер вашей жизни.

1) Сектор «Семья, друзья». Семья и друзья – это ваше человеческое окружение, люди вам близкие, важные и дорогие.

2) Сектор «Здоровье и спорт». В этот сектор входит забота о своем здоровье.

3) Сектор «Деньги». Этот сектор отражает вашу удовлетворенность вашим финансовым состоянием.

4) Сектор «Учеба, работа, карьера». Если вы учитесь, работаете, то отметьте, насколько вам нравится обучение, работа, с каким чувством вы ходите на учебу, работу. Если вам все нравится, то ставите высокую оценку. Если что-то не нравится, то оцениваете и ставите низкую оценку.

5) Сектор «Яркость жизни». К этому сектору относится то, насколько вы активно проводите свой отдых и ощущаете яркость жизни.

6) Сектор «Любовь». Сектор отражает вашу наполненность любовью.

7) Сектор «Духовность и творчество». Сектор отражает внутреннее ощущение, насколько ваша жизнь наполнена творчеством, от которого вы получается духовное удовлетворение. К творчеству относятся рисование, пение, игра на музыкальных инструментах, танцы, т.е. то, что является для вас открытием внутреннего я.

8) Сектор «Дом и пространство». Сектор описывает, насколько вы удовлетворены тем, что вас окружает.

Оцените значимость каждой сферы для себя, исходя из своих внутренних ощущений, отмечая значения на шкале. Каждая сфера оценивается по 10-бальной системе: 1 – полностью не удовлетворен ситуацией в данном секторе вашей жизни, 10 – полностью удовлетворен этой сферой.

Интерпретация полученного результата: теперь, когда вы отметили и проставили оценки всем сферам своей жизни, вы соединяете эти отметки и полученные сектора заштрихуйте. У вас получилось колесо жизни. Посмотрите на него и сами для себя ответьте, можно ли далеко уехать на таком колесе, которое у вас получилось?

Колесо – это отправная точка для того, чтобы сделать определенные выводы. Можно по любой сфере сказать, что если вы в какой-то сфере очень сильно участвуете, то от этого страдаю другие сферы, на которых практически не остается ни сил, ни времени. Т.е. вы чувствуете себя не совсем счастливым в этой жизни и задаете себе вопросы: что делать? Сколько можно? Почему я что-то делаю, а у меня все равно в жизни что-то происходит не так?

Поэтому вы сейчас видите рисунок вашей жизни и можете исходя из этого рисунка понять, куда вам двигаться для того, чтобы это колесо превратить в максимально круглое. Чтобы ощущать себя счастливым, полноценным, богатым во всех планах человеком.

Дальнейшая работа с «Колесом жизни». Что же дальше делать с получившимся колесом? А работать нужно с ним таким образом. По каждому сектору, по каждой сфере своей жизни нужно прописать 3-5 задач, целей, которые позволят вам выправить этот сектор.

К примеру, у вас стоит низкая оценка в секторе «Здоровье». Вы ставите себе задачу: С завтрашнего утра начать выполнять утреннюю зарядку, начать закаливаться, записаться на этой неделе на фитнес, сходить к врачам и сделать полную проверку своего здоровья и т.д. Т.е. предпринять определенные шаги, чтобы этот сектор начал выравниваться. Нужно

пройтись по всем секторам и поставить себе задачи, чтобы выровнять ваше колесо. Постарайтесь поставить себе такие задачи, которые вы совершите уже в ближайшее время. Ограничивайте себя двумя месяцами, пишите те задачи, которые вам по силам выполнить за 2 месяца.

3. Заключительная часть: тренинговое упражнение «Пожелание друг другу», рефлексия, подведение итогов занятия.

Упражнение «Пожелание друг другу»

Цель: формирование благоприятной эмоциональной атмосферы принятия и доверительности в общении.

Инструкция: участники по кругу говорят друг другу пожелания.

Рефлексия, подведение итогов занятия: студенты по кругу выбирают одну фразу из рефлексивного экрана на доске, которую нужно закончить, исходя из собственного восприятия проведенного занятия:

- сегодня я узнал...
- было интересно...
- было трудно...

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа. Подумайте, какое качество вы больше всего цените в людях. Придумайте рассказ, историю, притчу, сказку об этом качестве.

Занятие 9. Абсурд или осмысленное бытие

Цель: формирование рефлексивных навыков, развитие умения аргументировать свою позицию относительно проблемы смысла жизни.

Оборудование: бланки для жюри.

Продолжительность: 2 часа.

Формы организации: практическое занятие, групповая работа.

Методы: дебаты.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие, оглашение цели предстоящей работы, объяснение правил.

А. Камю в своем произведении «Миф о Сизифе» рисует образ древнегреческого героя, который обречен на вечные страдания. Каждый день своей жизни он вынужден вкатывать на гору камень, зная, что у самой вершины горы, он скатиться вниз, и его нужно будет катить наверх заново. Для Камю Сизиф – это человек абсурда. Почему? Камю сравнивает каждого из нас с образом древнегреческого героя. Как вы думаете почему?

Сегодня на занятии мы попробуем понять, чего в жизни больше абсурда, бессмысленности или осмысленности, нужно ли принимать абсурд, как с ним справиться.

2. Основная часть: проведение дебатов.

Академические группы делятся на две команды. Первая команда должна подобрать аргументы для доказательства суждения «жизнь абсурдна, бессмысленна», вторая, что «жизнь, наполнена смыслом». Назначается жюри – 3 человека, которые оценивают по пятибалльной шкале выступление каждого спикера и его ответы на вопросы по следующим параметрам:

- логичность и последовательность изложения мыслей;
- красноречие;
- использование примеров из истории, научной и художественной литературе;
- соблюдение правил дисциплины.

Дебаты проходят по следующую плану:

- 1) Выступление первого спикера 1 команды с тезисами, доказывающими абсурдность жизни человека.
- 2) Вопросы первому спикеру от представителей 2 команды.
- 3) Выступление первого спикера 2 команды с тезисами, доказывающими, что жизнь наполнена смыслом.
- 4) Вопросы первому спикеру от представителей 1 команды.

В такой же последовательности выступают второй и третий спикеры от каждой команды.

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итогов занятия.

Ответы студентов на вопросы:

- Было ли вам комфортно участвовать в дебатах?
- Что на ваш взгляд получилось, что не получилось?
- Что нового и полезного для себя вы узнали?

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа. Прочитайте миф о Сизифе в интерпретации А. Камю. Почему автор заканчивает миф о Сизифе словами: «Нужно представить, что Сизиф счастлив».

Занятие 10. Проблема свободы и ответственности.

Цель: осознание границ собственной свободы и ответственности, развитие способности принимать самостоятельные и ответственные решения.

Оборудование: мяч, фрагменты текста из произведения Ж.П. Сартра «Экзистенциализм – это гуманизм», доска, листы А4.

Продолжительность: 2 часа.

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная и групповая работа.

Методы: герменевтический метод, сократический диалог, тренинговые упражнения, интеллектуальные карты.

План занятия:

1. Вводная часть: тренинговое упражнение «Я так рад тебя видеть».

Цель: формирования доверительного межличностного общения, развитие эмпатии, создание положительного настроения на работу.

Инструкция: участники поворачиваются друг другу и передавая мячик говорят: «Я так рад тебя видеть, потому что ...» (продолжая фразу комплементом участнику).

Постановка проблемы:

Свобода — категория, рассуждения о которой звучат на всем протяжении истории человечества. В обобщенном виде ее можно представить, как возможность выбора личностью всех составляющих своего существования, возможность целеполагания, совершения действий и поступков. Современное общество открывает перед человеком много вариантов выбора. Жизнь общества строится на основе существующей морали, традиций, норм, права. Тем не менее человек сам выбирает свой путь. Но свободный в выборе человек должен осознавать и ответственность за свой выбор. Многие люди стремятся к полной свободе, к той свободе, когда делаю все, что хочу, даже еще не понимая до конца, что это такое свобода, принимая за свободу вседозволенность. Свобода без ответственности равна свободе безответственности. Данное мероприятие нацелено на осознание ответственности за свой выбор, который человек делает в своей жизни.

Объяснение правил работы.

2. Основная часть:

2.1. Дискуссия о свободе и ответственности, студенты дают определения данным понятиям и определяют значение свободы и ответственности для человеческого существование.

2.2. Групповая работа составление карты идей. Карта идей составляется по тексту произведения Ж.-П. Сартра «Экзистенциализм – это гуманизм». Каждый обучающийся, опираясь на свой фрагмент текста, формулирует самую значимую идею, которую он для себя открыл. Идеи всех обучающихся записываются, затем составляется общая карта-схема, где отражаются все высказанные ценные мысли и показывается взаимосвязь между ними.

2.3. Групповая работа по сочинению сократического диалога о свободе и ответственности.

План составления сократического диалога:

- вопрос о природе или сущности какого-либо явления;
- ответ собеседника на поставленный вопрос;
- проверка состоятельности ответа собеседника путем задавания уточняющих вопросов;
- обнаружение собеседником противоречия в своих рассуждениях;
- новая постановка вопроса;
- поиск ответов на поставленный вопрос;
- обнаружение истины или осознание невозможности ее познать.

2.4. Тренинговое упражнение «Свобода и ответственность».

Цель: осознание свободы и меры своей ответственности.

Инструкция: каждый участник по кругу должен закончить представленные фразы:

- 1) «Я свободен (свободна) в ...»
- 2) «Я ответственен (ответственна) за ...»
- 3) «Я не обязан нести ответственность за...»

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итогов занятия.

Студенты отвечают на вопросы:

- Что нового узнали?
- Чему научились?
- Что было интересно?

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа:

Задание 1. Познакомьтесь с рассуждениями Ж.-П. Сартра о свободе и ответственности, ответьте на поставленные вопросы.

«Когда мы говорим, что человек ответствен, то это не означает, что он ответствен только за свою индивидуальность. Он отвечает за всех людей. Слово «субъективизм» имеет два смысла, и наши оппоненты пользуются этой двусмысленностью. Субъективизм означает, с одной стороны, что индивидуальный субъект сам себя выбирает, а с другой стороны – что

человек не может выйти за пределы человеческой субъективности. Именно второй смысл и есть глубокий смысл экзистенциализма. Когда мы говорим, что человек сам себя выбирает, мы имеем в виду, что каждый из нас выбирает себя, но тем самым мы также хотим сказать, что, выбирая себя, мы выбираем всех людей. Действительно, нет ни одного нашего действия, которое, создавая из нас человека, каким мы хотели бы быть, не создавало бы в то же время образ человека, каким он, по нашим представлениям, должен быть. Выбрать себя так или иначе означает одновременно утверждать ценность того, что мы выбираем, так как мы ни в коем случае не можем выбирать зло. То, что мы выбираем, – всегда благо. Но ничто не может быть благом для нас, не являясь благом для всех. Если, с другой стороны, существование предшествует сущности, и мы хотим существовать, творя одновременно наш образ, то этот образ значим для всей нашей эпохи в целом» (Сартр Ж.-П. Экзистенциализм – это гуманизм / Сумерки богов. Сост. и общ. ред. А.А. Яковлева: перевод. – М.: Политиздат, 1990. С. 356).

1) Почему каждый человек в современном обществе ответственен как за свою индивидуальность, так и за всех людей?

2) Приведите примеры, доказывающие мысль Ж.-П. Сартра о том, что ответственность человека распространяется на все человечество?

3) Почему Ж.-П. Сартр считает, что «человек осужден быть свободным»? Действительно ли это так? [Богданова, В.О. Философия: онтологические и гносеологические проблемы: учебно-практическое пособие/ В.О. Богданова. – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2019. – 118 с.]

Занятие 11. Линия жизни

Цель: установление связи между прошлым, настоящим и будущим, определение жизненных целей и способов их осуществления, формирование навыков прогнозирования и проектирования своего будущего через принятие ответственности за свой выбор.

Оборудование: лист бумаги А4, фломастеры или карандаши, картина А. Белого «Линия жизни».

Продолжительность: 4 часа.

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная работа.

Метод: нарративный метод.

1. Вводная часть: приветствие, оглашение цели предстоящей работы, объяснение правил работы.

Французский философ Ж.-П. Сартр считал, что «существование предшествует сущности». Этим тезисом он хотел сказать, что человек определяется в процессе своего существования. Для того, чтобы лучше понять себя необходимо проследить свою жизненную историю, которая является нашим отражением.

Сегодня мы попробуем нарисовать свою жизненную историю, установим связи между прошлым, настоящим и будущим, чтобы лучше понять свой проект бытия.

2. Основная часть.

2.1. Педагог (психолог) рассказывает о картине «Линия жизни» русского писателя и поэта А. Белого, демонстрирует картину, объясняет принцип написания картины.

2.2. Участники создают собственную «Линию жизни» или «жизненную историю» в виде графика. Отсчет начинается от события, с которого человек себя помнит до настоящего момента. На шкалу графика наносятся только значимые события. Проводится анализ событий графика по значимости для жизни человека, определяются события прошлого, которые повлияли в большей степени на настоящее. Участники формулируют жизненные цели, исходя из опыта прошлого и настоящего.

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итогов занятия.

Студенты отвечают на вопросы:

– Узнали вы, что-то новое о себе?

– Столкнулись ли вы с какими-нибудь трудностями при выполнении упражнений? С чем они были связаны?

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа: составьте список своих достижений, опираясь на составленный график «Линия жизни».

Занятие 12. Основы целеполагания: от мечты к цели

Цель: развитие навыков целеполагания, планирования и достижения поставленных целей, повышение мотивации к достижению поставленной цели, построение жизненной перспективы.

Оборудование: листы бумаги А4, фломастеры или карандаши.

Продолжительность: 2 часа

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная и групповая работа.

Методы: тренинговые упражнения.

1. Вводная часть: приветствие, оглашение цели предстоящей работы, объяснение правил работы.

Существует представление, что счастливые люди – это те, у кого есть цель. Именно она наполняет жизнь смыслом. Основой постановки целей является планирование. Цель – это конкретный результат, которого мы должны достигнуть по истечении определенного времени, используя имеющиеся ресурсы. Для достижения цели человеку необходимы ресурсы, не только материальные. Фантазия, желание, упорство, уверенность – все это неотъемлемые части процесса достижения цели. Желание достичь результата приведет вас к тому, что в ближайшее время ваша мечта или цель станет реальностью. Иногда кажется, что это неосуществимо и недостижимо. Но стоит лишь продумать путь к ее достижению, выстроить стратегию и тактику, а также понять, какие задачи перед вами стоят, и тогда все становится не таким уж нереальным. Необходимое условие осуществления деятельности человека, важнейшей характеристикой которой является

наличие цели как осознанного образа будущего, который организует действия человека.

Целью занятия является развитие умения определять цели, планировать свою жизнедеятельность в соответствии с ними. Сегодня мы будем осваивать навыки целеполагания.

2. Основная часть: понятие «целеполагание», принципы целеполагания, тренинговые упражнения «Достижение цели», «Кредо жизни», «Жизненные перспективы».

Целеполагание – это процесс выбора целей, их формулирования, планирования способов и определения критериев их достижения.

Принципы постановки целей:

- 1) конкретность цели;
- 2) цель должна быть измеримой;
- 3) цель должна быть достижимой;
- 4) необходимо определять временные рамки для цели;
- 5) цель не должна противоречить ценностям;
- 6) система целей должна предусматривать возможность их корректирования в связи с динамичностью внешней среды.

Упражнение «Достижение цели».

Цель: выработка умения грамотно формулировать свои цели.

Инструкция: для того, чтобы достичь цели, необходимо четко ее представлять, понимать к чему идешь. Правильно ставить цели – это то, что необходимо для успешной личности. Чтобы цели были действительно успешными, необходим ряд условий:

- цель должна быть конкретна, измерима и реальна;
- разбивайте цели – «слоны» (очень большие и перспективные) на более мелкие и близкие во времени;
- ставя цели, опирайтесь на имеющийся потенциал, как свой, так и тех, кто готов помочь нам в достижении целей.

Участникам предлагается представить какую-то свою цель и шаги, которые необходимо сделать, чтобы ее достичь. Каждый из участников заполняет форму, представленную в таблице 1.

Таблица 3.1 – Целеполагание

| Вопрос | Ответ |
|---|-------|
| Что делать? | |
| Когда? | |
| Что нужно? | |
| Кто может вам помочь в достижении цели? | |
| Какие возможны препятствия, и как их надо преодолевать? | |

Вопрос для обсуждения: столкнулись ли вы с какими-нибудь трудностями при выполнении упражнения? С чем они были связаны?

Упражнение «Кредо жизни».

Цель: развитие творческого мышления, выявление основных жизненных стратегий.

Инструкция: составьте список людей, живых ныне или умерших, которые восхищают вас тем, как прожили свою жизнь. Другими словами, к чьей команде вы хотели бы присоединиться? Это могут быть и знаменитые писатели, киногерои, ваши знакомые или родственники. Записывайте наилучшее и единственное слово или предложение, которое точно охарактеризует главное, что совершил этот человек. Фамилия – слово. Затем, когда список будет закончен, посмотрите, что объединяет всех этих людей? Какое ключевое слово или словосочетание? Это именно та цель, которую вы не осознавали или которой не придавали особого значения. Но она ваша. Вы сами ее выбрали. Придумайте для себя кредо, включающий это слово.

Процедура проведения: Участники составляют списки и придумывают кредо жизни. Затем называют его.

Вопросы для обсуждения после завершения: насколько ваше жизненное кредо имеет отношение к вашей жизни? Что нового вы поняли о себе в результате выполнения этого упражнения?

Упражнение «Жизненные перспективы».

Цель: отработка умений ставить цели и планировать их достижение, развитие способности принимать решения и быть ответственным за свой выбор.

Инструкция участникам: в нашей жизни зачастую, чтобы получить желаемое необходимо ставить цели, уметь их упорядочить, оценить степень их важности, спланировать нужные действия и понять, какие личностные ресурсы для этого понадобятся. Возьмите листок бумаги, разбейте его на 4 колонки и озаглавьте их «Мои цели», «Их важность для меня», «Мои действия», «Мои ресурсы». Последовательно заполните колонки, начните с первой и запишите, чего вы хотите именно сейчас, в течение недели, месяца, полугода, года. Наметьте и более далекие цели, например, чего бы вы хотели достичь через 5, 10 лет. Во второй колонке оцените список ваших целей по степени важности их для вас, используя шкалу от 10 (наиболее значимые) до 1 (наименее значимые). В третьей колонке обозначьте те действия, которые необходимо выполнить для реализации каждой цели. В четвертую колонку необходимо записать ваши личностные качества, способности, те ресурсы, которые вам необходимы для достижения намеченного.

3. Заключительная часть: рефлексия, подведение итогов занятия:

- Какие выводы вы для себя сделали?
- Что было неожиданным для вас?
- Что было труднее всего? Почему?

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа.

Человек в современной культуре часто создает «Я», опираясь на собственные представления, игнорируя тот факт, что он никогда не существует в социальном вакууме, он является частью общества, конструирующего смыслы посредством языка. Ценности, интересы, намерения, принципы существуют как «внутри» него, так и в культуре. Попробуйте восстановить контакт с внеличными источниками смысла

- с искусством, общественными движениями, философскими или духовными учениями и практиками, обратившись к описанию и анализу своих чувств и мыслей, которые возникли при прочтении книги, просмотре фильма, знакомстве с произведением изобразительного искусства и т.д. К какой внутренней мудрости вы пришли в процессе знакомства с тем или иным произведением искусства, что полезное вы вынесли для своего бытия?

Занятие 13. Личностное и профессиональное самоопределение

Цель: формирование ответственности, чувства самопринятия и принятие другого, повышение мотивации к обучению, интереса к будущей профессии, развитие навыков личностного и профессионального самоопределения.

Оборудование: листы А4, карандаши, карточки с названием сказочного персонажа.

Продолжительность занятия: 2 часа.

Формы организации: практическое занятие, индивидуальная и групповая работа.

Методы: тренинговые упражнения.

План занятия:

1. Вводная часть: приветствие, проведение тренинговое упражнения «Волшебная рука»; оглашение цели предстоящей работы.

Упражнение «Волшебная рука».

Цель: создание теплой доверительной атмосферы, повышение самооценки, снижение страх самовыражения.

Инструкция: Каждый участник группы на листе бумаги сверху пишет свое имя. После этого обводит свою руку карандашом. На каждом пальце ведущий предлагает написать какое-либо свое качество. Можно раскрасить пальцы в разные цвета. "Ладонки" пускаются по кругу - и другие участники между пальцев могут написать другие качества, которые присущи тому, кому ладошка принадлежит.

Вопрос для обсуждения после завершения: «Что нового вы узнали о себе?». Акцент при обсуждении ставится на том, что есть доля правды о нас и в том, как мы себя воспринимаем, и в том, как видят нас другие люди.

Постановка цели занятия: сегодня наше занятие будет посвящено развитию навыков личностного и профессионального самоопределения.

2. Основная часть: тренинговые упражнения «Самопрезентация», «Мой профессиональный выбор», «Зачем?», «Карта будущего».

2.1. Упражнение «Сказочная самопрезентация»

Цель: показать участникам, что, используя навыки самопрезентации и абстрагируясь от своих собственных моделей поведения, можно быть очень успешным в самопрезентации.

Инструкция: каждый участник, получивший карточку с персонажем, должен устроить самопрезентацию от имени этого персонажа, выбрав при этом должность, на которую персонаж претендует. Время подготовки – 5 минут. Остальные участники из хода самопрезентации должны были угадать, что же это за персонаж.

Вопросы для обсуждения после завершения:

- Легко ли было выбирать должности и службы для персонажей?
- Легко ли было их представлять?

2.2. Упражнение «Зачем?»

Цель: осознание личностного смысла выбранной профессии.

Инструкция: упражнение проводится в парах: один – экспериментатор, другой – испытуемый. Экспериментатор задает испытуемому вопрос: «Зачем ты выбрал эту профессию?» Ответ должен соответствовать вопросу, т.е. начинаться со слова «чтобы...», но не «потому что...». Как правило, бывает несколько ответов, например: «Чтобы решить свои собственные проблемы», «Чтобы овладеть престижной профессией» и т.п. Записав все ответы, экспериментатор задает следующий вопрос: «А зачем тебе нужно решать собственные проблемы?» – «Чтобы стать

гармоничной личностью». «А зачем тебе становиться гармоничной личностью?» и т.д.

Словесные формулировки смыслов, данные в ответ на вопрос «Зачем?», называются категориями. Примеры категорий: «решить свои собственные проблемы», «овладеть престижной профессией», «стать гармоничной личностью». За исключением исходной категории, задаваемой в первом вопросе, в каждом последующем фигурирует категория, данная испытуемым в ответ на предыдущий вопрос. Цепь кончается при выявлении предельного смысла, дальше которой испытуемый уже не в состоянии ответить на вопрос «Зачем?». Часто встречаются псевдопредельные смыслы – категории, вопросы о смысле которых ставит испытуемого в тупик, и он просто отказывается отвечать. Опыт показывает, однако, что настойчивость экспериментатора часто позволяет испытуемому преодолеть этот барьер и выйти на новый уровень осмысления. Можно использовать при этом стимулирующие высказывания типа: «Я и не жду, что у вас сразу есть готовый ответ, подумайте немного».

2.3. Упражнение «Дорожная карта».

Цель: осознание промежуточных этапов и возможных путей достижения своей профессиональной цели.

Инструкция: участникам раздаются готовые бланки «Дорожной карты». Дается задание выполнить следующие действия: посмотрите на свои бланки «Дорожной карты». Сформулируйте свою профессиональную цель. Например: окончание учебного заведения и получение специальности; устройство на конкретное место работы; конкретное профессиональное достижение, включая построение карьеры и получение наград, премий и прочего. Запишите сверху на листе свою профессиональную цель (конечную остановку вашего пути). Продумайте и запишите в свою «Дорожную карту» промежуточные остановки (не менее 4) с указанием, что нужно сделать, чтобы добраться до промежуточного пункта.

Разделитесь на пары и расскажите партнеру о своем пути к профессиональной цели. Попробуйте совместно разработать альтернативный (другой) путь к той же самой цели. Отрадите этот другой путь на своей карте.

3. Заключительная часть представлена рефлексией, подведением итогов занятия.

Завершение предложений:

- В результате тренинга произошли следующие изменения...
- Думаю, что мне удалось преодолеть...
- В процессе работы я осознал(а)...
- Мне, как будущему специалисту, нужно...

4. Прощание.

5. Самостоятельная работа. Представьте, что вы идете устраиваться на работу. Составьте резюме, указав: 1) свои профессионально значимые качества; 2) знания, умения, навыки, которыми вы обладаете; 3) достижения, которыми вы гордитесь.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования
формирования смысложизненных ориентаций у студентов
педагогического вуза на этапе формирующего эксперимента

Таблица 4.1 – Результаты исследования смысложизненных ориентаций студентов естественно-технологического университета после реализации психолого-педагогической программы

| № | Цели | Процесс | Результативность | ЛК-Я | ЛК-жизнь | ОЖ |
|----------|----------|----------|------------------|----------|----------|----------|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | <i>7</i> |
| 1 | 29 | 29 | 30 | 19 | 34 | 108 |
| 2 | 23 | 28 | 22 | 18 | 24 | 88 |
| 3 | 24 | 23 | 23 | 15 | 29 | 85 |
| 4 | 18 | 20 | 17 | 13 | 21 | 69 |
| 5 | 30 | 30 | 28 | 22 | 32 | 105 |
| 6 | 28 | 23 | 20 | 15 | 27 | 85 |
| 7 | 30 | 40 | 34 | 20 | 35 | 116 |
| 8 | 27 | 31 | 20 | 22 | 28 | 99 |
| 9 | 28 | 30 | 24 | 19 | 24 | 92 |
| 10 | 39 | 38 | 34 | 27 | 36 | 128 |
| 11 | 24 | 22 | 16 | 18 | 21 | 77 |
| 12 | 29 | 31 | 22 | 21 | 25 | 93 |
| 13 | 31 | 30 | 26 | 20 | 31 | 106 |
| 14 | 23 | 21 | 19 | 15 | 24 | 79 |
| 15 | 18 | 16 | 15 | 11 | 19 | 67 |
| 16 | 33 | 33 | 28 | 25 | 35 | 113 |
| 17 | 26 | 16 | 25 | 11 | 24 | 74 |
| 18 | 29 | 28 | 21 | 25 | 31 | 98 |
| 19 | 34 | 31 | 27 | 23 | 33 | 110 |
| 20 | 31 | 21 | 19 | 20 | 30 | 90 |
| 21 | 35 | 35 | 26 | 24 | 34 | 116 |

Продолжение таблицы 4.1

| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | <i>7</i> |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 22 | 31 | 29 | 24 | 21 | 28 | 101 |
| 23 | 24 | 32 | 22 | 17 | 30 | 97 |
| 24 | 30 | 27 | 25 | 20 | 31 | 100 |
| 25 | 33 | 31 | 27 | 20 | 34 | 106 |
| 26 | 26 | 33 | 25 | 20 | 31 | 100 |
| 27 | 28 | 31 | 26 | 22 | 31 | 104 |
| 28 | 39 | 34 | 31 | 25 | 39 | 120 |
| 29 | 34 | 29 | 26 | 22 | 35 | 102 |
| 30 | 27 | 26 | 23 | 19 | 29 | 96 |
| 31 | 38 | 33 | 24 | 25 | 32 | 112 |
| 32 | 35 | 29 | 23 | 23 | 32 | 108 |
| 33 | 28 | 26 | 22 | 19 | 27 | 91 |
| 34 | 23 | 22 | 19 | 15 | 26 | 79 |
| 35 | 31 | 29 | 24 | 21 | 28 | 101 |
| 36 | 33 | 26 | 26 | 20 | 32 | 105 |
| 37 | 25 | 20 | 24 | 17 | 26 | 106 |
| 38 | 27 | 26 | 29 | 14 | 25 | 110 |
| 39 | 36 | 34 | 25 | 24 | 31 | 112 |
| 40 | 22 | 27 | 24 | 17 | 31 | 91 |
| 41 | 40 | 31 | 28 | 28 | 39 | 118 |
| 42 | 30 | 30 | 24 | 21 | 28 | 102 |
| 43 | 35 | 32 | 26 | 24 | 31 | 108 |
| 44 | 29 | 28 | 23 | 22 | 33 | 101 |
| 45 | 39 | 37 | 29 | 26 | 38 | 125 |
| 46 | 32 | 29 | 22 | 24 | 25 | 101 |
| 47 | 36 | 26 | 27 | 21 | 30 | 105 |
| 48 | 24 | 28 | 22 | 12 | 34 | 100 |
| 49 | 30 | 28 | 23 | 20 | 32 | 101 |
| 50 | 29 | 28 | 23 | 19 | 30 | 96 |
| Σ | 29,66 | 28,34 | 24,24 | 20,02 | 29,9 | 99,92 |

Таблица 4.2 – Расчет Критерия Вилкоксона по тесту СЖО

| № | "До" | "После" | Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$) | Абсолютное значение сдвига | Ранговый номер сдвига |
|----------|----------|----------|--|----------------------------|-----------------------|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> |
| 1 | 87 | 108 | 21 | 21 | 46 |
| 2 | 72 | 88 | 16 | 16 | 39 |
| 3 | 73 | 85 | 12 | 12 | 28.5 |
| 4 | 45 | 69 | 24 | 24 | 48 |
| 5 | 97 | 105 | 8 | 8 | 18.5 |
| 6 | 66 | 85 | 19 | 19 | 44.5 |
| 7 | 109 | 116 | 7 | 7 | 16 |
| 8 | 102 | 99 | -3 | 3 | 9 |
| 9 | 81 | 92 | 11 | 11 | 25.5 |
| 10 | 109 | 128 | 19 | 19 | 44.5 |
| 11 | 60 | 77 | 17 | 17 | 41.5 |
| 12 | 94 | 93 | -1 | 1 | 2.5 |
| 13 | 98 | 106 | 8 | 8 | 18.5 |
| 14 | 71 | 79 | 8 | 8 | 18.5 |
| 15 | 55 | 67 | 12 | 12 | 28.5 |
| 16 | 102 | 113 | 11 | 11 | 25.5 |
| 17 | 76 | 74 | -2 | 2 | 5.5 |
| 18 | 80 | 98 | 18 | 18 | 43 |
| 19 | 110 | 110 | 0 | 0 | 0 |
| 20 | 75 | 90 | 15 | 15 | 36 |
| 21 | 114 | 116 | 2 | 2 | 5.5 |
| 22 | 85 | 101 | 16 | 16 | 39 |
| 23 | 81 | 97 | 16 | 16 | 39 |
| 24 | 91 | 100 | 9 | 9 | 22 |
| 25 | 93 | 106 | 13 | 13 | 31.5 |

Продолжение таблицы 4.2

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------------------------------|-----|-----|----|----|------|
| 26 | 87 | 100 | 13 | 13 | 31.5 |
| 27 | 87 | 104 | 17 | 17 | 41.5 |
| 28 | 119 | 120 | 1 | 1 | 2.5 |
| 29 | 98 | 102 | 4 | 4 | 12.5 |
| 30 | 81 | 96 | 15 | 15 | 36 |
| 31 | 109 | 112 | 3 | 3 | 9 |
| 32 | 107 | 108 | 1 | 1 | 2.5 |
| 33 | 87 | 91 | 4 | 4 | 12.5 |
| 34 | 52 | 79 | 27 | 27 | 49 |
| 35 | 95 | 101 | 6 | 6 | 14.5 |
| 36 | 99 | 105 | 6 | 6 | 14.5 |
| 37 | 83 | 106 | 23 | 23 | 47 |
| 38 | 98 | 110 | 12 | 12 | 28.5 |
| 39 | 104 | 112 | 8 | 8 | 18.5 |
| 40 | 81 | 91 | 10 | 10 | 24 |
| 41 | 115 | 118 | 3 | 3 | 9 |
| 42 | 99 | 102 | 3 | 3 | 9 |
| 43 | 99 | 108 | 9 | 9 | 22 |
| 44 | 98 | 101 | 3 | 3 | 9 |
| 45 | 116 | 125 | 9 | 9 | 22 |
| 46 | 87 | 101 | 14 | 14 | 33.5 |
| 47 | 106 | 105 | -1 | 1 | 2.5 |
| 48 | 85 | 100 | 15 | 15 | 36 |
| 49 | 87 | 101 | 14 | 14 | 33.5 |
| 50 | 84 | 96 | 12 | 12 | 28.5 |
| Сумма рангов | | | | | 1275 |
| Сумма рангов нетипичных сдвигов: | | | | | 19.5 |

Таблица 4.3 – Результаты исследования терминальных ценностей студентов естественно-технологического факультета

| № | П | МП | К | АСК | Р | Д | ДУ | СИ | ПФ | О | С | ОЖ | У |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | <i>7</i> | <i>8</i> | <i>9</i> | <i>10</i> | <i>11</i> | <i>12</i> | <i>13</i> | <i>14</i> |
| 1 | 28 | 33 | 35 | 33 | 26 | 25 | 31 | 29 | 50 | 50 | 48 | 46 | 46 |
| 2 | 28 | 32 | 32 | 37 | 27 | 26 | 32 | 31 | 52 | 48 | 52 | 47 | 46 |
| 3 | 25 | 34 | 28 | 16 | 26 | 25 | 34 | 30 | 40 | 45 | 50 | 38 | 46 |
| 4 | 25 | 30 | 25 | 28 | 21 | 20 | 23 | 22 | 38 | 47 | 60 | 25 | 24 |
| 5 | 30 | 34 | 29 | 30 | 30 | 32 | 36 | 34 | 52 | 56 | 56 | 47 | 45 |
| 6 | 28 | 32 | 26 | 38 | 30 | 32 | 32 | 30 | 46 | 54 | 52 | 50 | 46 |
| 7 | 30 | 35 | 28 | 35 | 30 | 28 | 23 | 30 | 52 | 53 | 55 | 42 | 37 |
| 8 | 30 | 30 | 29 | 29 | 30 | 31 | 32 | 45 | 52 | 52 | 52 | 52 | 48 |
| 9 | 24 | 32 | 25 | 23 | 26 | 23 | 28 | 27 | 42 | 36 | 50 | 36 | 44 |
| 10 | 30 | 35 | 32 | 30 | 32 | 35 | 35 | 34 | 58 | 62 | 55 | 45 | 43 |
| 11 | 30 | 35 | 26 | 30 | 30 | 26 | 33 | 33 | 46 | 47 | 52 | 42 | 56 |
| 12 | 27 | 28 | 30 | 33 | 30 | 30 | 32 | 27 | 50 | 53 | 48 | 46 | 40 |
| 13 | 36 | 30 | 30 | 38 | 35 | 33 | 38 | 36 | 56 | 60 | 50 | 55 | 55 |
| 14 | 27 | 25 | 24 | 28 | 22 | 18 | 32 | 20 | 45 | 47 | 32 | 36 | 36 |
| 15 | 25 | 36 | 31 | 28 | 26 | 26 | 28 | 27 | 54 | 48 | 36 | 43 | 44 |
| 16 | 35 | 32 | 32 | 38 | 30 | 30 | 35 | 34 | 54 | 56 | 50 | 53 | 53 |
| 17 | 35 | 30 | 30 | 29 | 30 | 34 | 35 | 30 | 52 | 52 | 51 | 52 | 46 |
| 18 | 25 | 28 | 30 | 26 | 30 | 30 | 42 | 33 | 55 | 52 | 47 | 45 | 45 |
| 19 | 36 | 36 | 35 | 38 | 35 | 34 | 36 | 36 | 55 | 60 | 56 | 59 | 56 |
| 20 | 30 | 22 | 20 | 30 | 26 | 28 | 28 | 30 | 52 | 50 | 47 | 40 | 35 |
| 21 | 30 | 30 | 30 | 30 | 32 | 28 | 35 | 28 | 52 | 52 | 48 | 46 | 45 |
| 22 | 31 | 28 | 24 | 35 | 27 | 30 | 33 | 27 | 49 | 50 | 55 | 44 | 37 |
| 23 | 36 | 28 | 30 | 28 | 30 | 29 | 32 | 28 | 52 | 45 | 52 | 46 | 46 |
| 24 | 30 | 30 | 37 | 38 | 30 | 30 | 32 | 30 | 52 | 52 | 50 | 55 | 48 |

Продолжение таблицы 4.3

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 25 | 30 | 36 | 37 | 30 | 30 | 25 | 30 | 27 | 46 | 51 | 52 | 50 | 46 |
| 26 | 24 | 26 | 28 | 38 | 30 | 30 | 35 | 29 | 52 | 52 | 59 | 41 | 36 |
| 27 | 28 | 30 | 35 | 28 | 38 | 29 | 36 | 33 | 53 | 54 | 49 | 47 | 54 |
| 28 | 33 | 30 | 29 | 35 | 32 | 38 | 35 | 36 | 56 | 59 | 61 | 46 | 46 |
| 29 | 23 | 25 | 30 | 33 | 32 | 28 | 35 | 27 | 50 | 52 | 44 | 43 | 44 |
| 30 | 36 | 30 | 22 | 30 | 33 | 33 | 36 | 30 | 49 | 50 | 45 | 52 | 54 |
| 31 | 33 | 36 | 32 | 30 | 32 | 28 | 38 | 37 | 56 | 56 | 53 | 53 | 48 |
| 32 | 30 | 38 | 34 | 35 | 34 | 34 | 34 | 38 | 55 | 53 | 59 | 55 | 55 |
| 33 | 22 | 30 | 26 | 28 | 27 | 32 | 33 | 28 | 52 | 43 | 45 | 42 | 44 |
| 34 | 18 | 25 | 15 | 20 | 19 | 20 | 22 | 20 | 34 | 35 | 34 | 26 | 30 |
| 35 | 30 | 36 | 28 | 34 | 33 | 34 | 42 | 38 | 56 | 59 | 52 | 53 | 54 |
| 36 | 28 | 30 | 30 | 33 | 35 | 33 | 38 | 34 | 50 | 53 | 54 | 55 | 48 |
| 37 | 27 | 36 | 30 | 35 | 35 | 32 | 42 | 30 | 55 | 56 | 53 | 55 | 48 |
| 38 | 28 | 39 | 27 | 35 | 35 | 36 | 41 | 30 | 53 | 60 | 55 | 50 | 53 |
| 39 | 30 | 32 | 32 | 34 | 33 | 32 | 38 | 33 | 58 | 55 | 50 | 55 | 46 |
| 40 | 16 | 30 | 26 | 24 | 26 | 23 | 35 | 39 | 50 | 52 | 24 | 37 | 56 |
| 41 | 28 | 26 | 29 | 33 | 38 | 34 | 34 | 35 | 52 | 56 | 49 | 48 | 52 |
| 42 | 24 | 30 | 25 | 24 | 25 | 27 | 26 | 27 | 45 | 45 | 38 | 36 | 44 |
| 43 | 30 | 38 | 29 | 28 | 32 | 32 | 36 | 32 | 52 | 58 | 49 | 53 | 45 |
| 44 | 29 | 29 | 26 | 35 | 25 | 30 | 32 | 31 | 46 | 52 | 50 | 50 | 41 |
| 45 | 36 | 38 | 36 | 38 | 38 | 45 | 37 | 39 | 61 | 70 | 53 | 69 | 54 |
| 46 | 30 | 30 | 25 | 28 | 32 | 30 | 35 | 35 | 56 | 54 | 50 | 47 | 38 |
| 47 | 30 | 39 | 36 | 32 | 42 | 38 | 42 | 42 | 61 | 62 | 62 | 56 | 60 |
| 48 | 22 | 30 | 18 | 25 | 25 | 30 | 32 | 24 | 43 | 47 | 42 | 36 | 38 |
| 49 | 28 | 36 | 34 | 35 | 35 | 33 | 34 | 34 | 55 | 55 | 55 | 48 | 56 |
| 50 | 30 | 38 | 27 | 29 | 30 | 29 | 31 | 27 | 50 | 52 | 53 | 48 | 38 |
| Σ | 28,68 | 31,76 | 28,88 | 31,14 | 30,34 | 29,96 | 33,72 | 31,32 | 51,04 | 52,36 | 49,88 | 46,82 | 45,9 |

Обозначения: П – престиж; МП – материальное положение; К – креативность; АСК – активные социальные контакты; Р – развитие себя; Д – достижения; ДУ – духовное удовлетворение; СИ – сохранение индивидуальности; ПФ – профессиональная сфера; О – обучение; С – семья; ОЖ – общественная жизнь; У – увлечения.

Таблица 4.4 – Результаты исследования экзистенциальной исполненности студентов естественно-технологического университета

| № | SD | ST | F | V | P | E | G |
|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1 | 36 | 73 | 60 | 52 | 109 | 112 | 221 |
| 2 | 26 | 64 | 36 | 43 | 90 | 79 | 170 |
| 3 | 29 | 65 | 36 | 40 | 94 | 76 | 170 |
| 4 | 30 | 70 | 40 | 42 | 100 | 82 | 182 |
| 5 | 40 | 79 | 50 | 52 | 119 | 102 | 221 |
| 6 | 38 | 58 | 32 | 40 | 96 | 72 | 168 |
| 7 | 40 | 78 | 43 | 54 | 118 | 97 | 215 |
| 8 | 42 | 81 | 44 | 52 | 123 | 96 | 219 |
| 9 | 32 | 58 | 53 | 55 | 90 | 108 | 198 |
| 10 | 34 | 80 | 45 | 53 | 114 | 98 | 212 |
| 11 | 24 | 56 | 40 | 44 | 80 | 84 | 164 |
| 12 | 34 | 76 | 47 | 56 | 110 | 103 | 213 |
| 13 | 36 | 74 | 50 | 51 | 110 | 101 | 211 |
| 14 | 26 | 73 | 36 | 45 | 99 | 81 | 180 |
| 15 | 26 | 58 | 44 | 44 | 84 | 88 | 172 |
| 16 | 42 | 68 | 49 | 54 | 110 | 103 | 213 |
| 17 | 26 | 59 | 46 | 47 | 85 | 93 | 178 |
| 18 | 34 | 62 | 44 | 41 | 86 | 85 | 169 |
| 19 | 30 | 75 | 45 | 55 | 105 | 100 | 205 |
| 20 | 32 | 63 | 47 | 44 | 95 | 91 | 186 |
| 21 | 34 | 65 | 46 | 53 | 99 | 99 | 198 |
| 22 | 35 | 74 | 50 | 45 | 109 | 95 | 204 |
| 23 | 32 | 68 | 50 | 56 | 100 | 106 | 212 |

Продолжение таблицы 4.4

| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | <i>7</i> | <i>8</i> |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 24 | 33 | 71 | 54 | 56 | 104 | 110 | 214 |
| 25 | 30 | 74 | 49 | 42 | 104 | 91 | 195 |
| 26 | 30 | 68 | 45 | 49 | 98 | 94 | 192 |
| 27 | 43 | 75 | 38 | 54 | 118 | 92 | 210 |
| 28 | 28 | 64 | 38 | 52 | 92 | 90 | 182 |
| 29 | 33 | 78 | 44 | 55 | 111 | 99 | 210 |
| 30 | 30 | 56 | 42 | 54 | 86 | 96 | 182 |
| 31 | 38 | 76 | 44 | 58 | 114 | 102 | 216 |
| 32 | 30 | 62 | 42 | 50 | 92 | 92 | 184 |
| 33 | 26 | 76 | 40 | 44 | 102 | 84 | 186 |
| 34 | 37 | 82 | 62 | 72 | 119 | 134 | 253 |
| 35 | 38 | 76 | 55 | 58 | 114 | 113 | 227 |
| 36 | 28 | 74 | 52 | 56 | 102 | 108 | 210 |
| 37 | 30 | 68 | 44 | 52 | 98 | 96 | 194 |
| 38 | 30 | 65 | 50 | 56 | 95 | 106 | 201 |
| 39 | 28 | 75 | 50 | 57 | 103 | 107 | 210 |
| 40 | 29 | 75 | 42 | 56 | 104 | 98 | 202 |
| 41 | 43 | 78 | 54 | 54 | 121 | 108 | 229 |
| 42 | 35 | 55 | 45 | 51 | 90 | 96 | 186 |
| 43 | 38 | 70 | 45 | 52 | 108 | 97 | 205 |
| 44 | 35 | 62 | 51 | 52 | 97 | 103 | 200 |
| 45 | 32 | 86 | 61 | 67 | 118 | 128 | 246 |
| 46 | 29 | 72 | 52 | 54 | 101 | 106 | 207 |
| 47 | 34 | 82 | 63 | 64 | 116 | 127 | 243 |
| 48 | 33 | 80 | 56 | 61 | 113 | 117 | 230 |
| 49 | 25 | 75 | 46 | 48 | 101 | 94 | 195 |
| 50 | 30 | 72 | 49 | 54 | 102 | 103 | 205 |
| Σ | 32,66 | 70,48 | 46,92 | 51,92 | 102,96 | 98,84 | 201,9 |

Обозначение шкал: SD – самодистанцирование; ST – самотрансценденция; F – свобода; V – ответственность; P – персональность; E – экзистенциальность; G – экзистенциальная исполненность.

Таблица 4.5 – Расчет Критерия Вилкоксона по тесту «Экзистенциальная исполненность»

| № | "До" | "После" | Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$) | Абсолютное значение сдвига | Ранговый номер сдвига |
|----------|----------|----------|--|----------------------------|-----------------------|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> | <i>5</i> | <i>6</i> |
| 1 | 203 | 221 | 18 | 18 | 39 |
| 2 | 148 | 170 | 22 | 22 | 46 |
| 3 | 148 | 170 | 22 | 22 | 46 |
| 4 | 165 | 182 | 17 | 17 | 37 |
| 5 | 209 | 221 | 12 | 12 | 27 |
| 6 | 141 | 168 | 27 | 27 | 50 |
| 7 | 200 | 215 | 15 | 15 | 33.5 |
| 8 | 199 | 219 | 20 | 20 | 43 |
| 9 | 189 | 198 | 9 | 9 | 21 |
| 10 | 198 | 212 | 14 | 14 | 31.5 |
| 11 | 144 | 164 | 20 | 20 | 43 |
| 12 | 199 | 213 | 14 | 14 | 31.5 |
| 13 | 209 | 211 | 2 | 2 | 3.5 |
| 14 | 162 | 180 | 18 | 18 | 39 |
| 15 | 147 | 172 | 25 | 25 | 48.5 |
| 16 | 214 | 213 | -1 | 1 | 1.5 |
| 17 | 168 | 178 | 10 | 10 | 23 |
| 18 | 156 | 169 | 13 | 13 | 29 |
| 19 | 202 | 205 | 3 | 3 | 5 |
| 20 | 168 | 186 | 18 | 18 | 39 |
| 21 | 183 | 198 | 15 | 15 | 33.5 |
| 22 | 179 | 204 | 25 | 25 | 48.5 |
| 23 | 207 | 212 | 5 | 5 | 8 |
| 24 | 203 | 214 | 11 | 11 | 25.5 |

Продолжение таблицы 4.5

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------------------------------|-----|-----|----|----|------|
| 25 | 176 | 195 | 19 | 19 | 41 |
| 26 | 179 | 192 | 13 | 13 | 29 |
| 27 | 190 | 210 | 20 | 20 | 43 |
| 28 | 176 | 182 | 6 | 6 | 12 |
| 29 | 194 | 210 | 16 | 16 | 35.5 |
| 30 | 160 | 182 | 22 | 22 | 46 |
| 31 | 210 | 216 | 6 | 6 | 12 |
| 32 | 177 | 184 | 7 | 7 | 17 |
| 33 | 178 | 186 | 8 | 8 | 20 |
| 34 | 251 | 253 | 2 | 2 | 3.5 |
| 35 | 222 | 227 | 5 | 5 | 8 |
| 36 | 199 | 210 | 11 | 11 | 25.5 |
| 37 | 181 | 194 | 13 | 13 | 29 |
| 38 | 195 | 201 | 6 | 6 | 12 |
| 39 | 204 | 210 | 6 | 6 | 12 |
| 40 | 195 | 202 | 7 | 7 | 17 |
| 41 | 219 | 229 | 10 | 10 | 23 |
| 42 | 180 | 186 | 6 | 6 | 12 |
| 43 | 198 | 205 | 7 | 7 | 17 |
| 44 | 193 | 200 | 7 | 7 | 17 |
| 45 | 242 | 246 | 4 | 4 | 6 |
| 46 | 202 | 207 | 5 | 5 | 8 |
| 47 | 233 | 243 | 10 | 10 | 23 |
| 48 | 229 | 230 | 1 | 1 | 1.5 |
| 49 | 188 | 195 | 7 | 7 | 17 |
| 50 | 189 | 205 | 16 | 16 | 35.5 |
| Сумма рангов | | | | | 1275 |
| Сумма рангов нетипичных сдвигов: | | | | | 1.5 |

Результат: $T_{ЭМП} = 1,5$

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Таблица 5.1 – 1-й этап «Целеполагание внедрения психолого-педагогической программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза»

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Кол-во | Время | Ответственные |
|--|---|--|---|--------|----------|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1.1. Изучить необходимые документы по проведению психолого-педагогической программы. | Изучение нормативной документации и Законов РФ, Постановлений Правительства РФ в области образования и безопасности среды и личности в РФ, документации вуза. | Обсуждение, анализ, изучение документации и нормативных источников по теме, наблюдение. | Педагогический совет, поиск и анализ литературы, работа психологической службы, самообразование | 1 | сентябрь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры. |
| 1.2. Определить цели проведения психолого-педагогической программы формирования СЖО студентов педагогического вуза | Обоснование целей и задач проведения психолого-педагогической программы – анализ необходимости проведения | Обсуждение, анализ материалов по цели внедрения программы | Работа психологической службы наблюдение, беседа | 1 | сентябрь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры |
| 1.3. Разработать этапы предмета исследования | Изучение и анализ содержания этапов внедрения Программы, ее задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности | Анализ ситуации сформированности СЖО у студентов вуза, анализ программы внедрения, анализ готовности вуза к инновационной деятельности и внедрению программы | Работа психологической службы вуза, совещание, анализ документации, работа по составлению программы внедрения | 1 | сентябрь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры |

Продолжение таблицы 5.1

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|--|--|--|--|---|----------|-------------|
| 1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы формирования СЖО | Анализ уровня подготовленности по теме внедрения, подготовка метод. базы внедрения программы | Составление программы внедрения, анализ материалов | Самостоятельная работа. Консультация с научным руководителем | 1 | сентябрь | Психолог ОУ |

Таблица 5.2 – 2-й этап «Формирование положительной психологической установки на проведение психолого-педагогической программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза»

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Кол-во | Время | Ответственные |
|---|---|---|--|---------|------------------|--|
| 2.1. Подготовить администрацию вуза и заинтересованных субъектов к освоению предмета внедрения. | Формирование готовности внедрить программу в вуз, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения. | Обоснование практической значимости внедрения тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности, внедрения), беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения программы | Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения, работа психологической службы вуза, участие в семинарах со смежной тематикой | 1 | Октябрь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры. |
| 2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза | Пропаганда передового опыта по внедрению значимости и актуальности внедрения программы | Беседы, консультации. | Индивидуальная и групповая работа с студентами. Групповые дискуссии. | Более 5 | Октябрь – ноябрь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |

Таблица 5.3 – 3-й этап «Изучение предмета психолого-педагогической программы»

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Кол-во | Время | Ответственные |
|--|--|-------------------------------------|--|--------|------------------|---------------|
| 3.1. Изучить необходимые материалы по предмету исследования | Анализ материалов предмета исследования | Фронтально | Семинары, работа с литературой и информационными источниками | 1 | Декабрь | Психолог |
| 3.2. Изучить сущность предмета внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза | Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов | Фронтально и в ходе самообразования | Семинары, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности) | 1 | Январь | Психолог |
| 3.3. Изучить методику внедрения темы программы | Освоение системного подхода в работе над темой | Фронтально и в ходе самообразования | Семинары, тренинги | 1 | Январь - февраль | Психолог |

Таблица 5.4 – 4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения»

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Кол-во | Время | Ответственные |
|---|---|--|--|---------|-------------|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4.1. Создать инициативную группу для опережающего освоения предмета внедрения | Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения | Наблюдение, анализ, собеседование, обсуждение | Работа психологической службы, тематические мероприятия, лекции и семинары | Более 6 | Март-апрель | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |
| 4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе | Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения | Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение | Беседы, консультации, работа психологической службы | 1 | Апрель | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы |

Продолжение таблицы 5.4

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|--|--|---|---|---------|-------------|--|
| 4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения программы | Анализ создания условий для опережающего внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза | Изучение состояния дел в по теме внедрения программы, обсуждения, экспертная оценка | Производственное собрание, анализ документации | 1 | Апрель-май | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы |
| 4.4. Проверить методику внедрения программы | Работа инициативной группы по новой методике | Изучение состояния дел в вузе, корректировка методики | Посещение лекций, семинаров, мероприятий, работа психологической службы | Более 5 | 1 полугодие | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |

Таблица 5.5 – 5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения»

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Кол-во | Время | Ответственные |
|--|--|--|--|--------|-------------|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5.1. Мобилизовать коллектив внедрение программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза | Анализ работы группы по внедрению программы | Сообщение о результатах работы по инновационной технологии, тренинги, работа психологической службы | Пед. совет, работа психологической службы | 1 | Январь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |
| 5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе | Обновление знаний о предмете внедрения программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения | Обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги (готовности к инновационной деятельности, саморегуляции), работа психологической службы | Консультации, работа психологической службы, семинар | 1 | Январь-март | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |

Продолжение таблицы 5.5

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|--|--|--|--|---|--------|--|
| 5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза | Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы | Изучение состояния дел в вузе по теме внедрения программы, обсуждения, работа психологической службы | Работа психологической службы, производственное собрание, анализ документов | 1 | Май | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы |
| 5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения | Фронтальное освоение программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза | Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы | Работа психологической службы, пед. совет, консультации, работа метод. объединений | 1 | Январь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |

Таблица 5.6 – 6-й этап «Совершенствование работы над предметом внедрения»

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Кол-во | Время | Ответственные |
|--|---|---|---|--------|--------|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе | Совершенствование знаний и умений по системному подходу | Наставничество, обмен опытом, корректировка методики | Конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы | 1 | Январь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |
| 6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза | Анализ зависимости конечного результата по 1-му полугодию от создания условий для внедрения программы | Анализ состояния дел в вузе по теме внедрения программы, обсуждение, доклад | Производственное собрание, анализ документации, работа психологической службы | 1 | Январь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |

Продолжение таблицы 5.6

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|--|---------|------------------|--|
| 6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы | Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы | Анализ состояния дел в по теме внедрения программы, методическая работа | Работа психологической службы, методическая работа | Более 3 | Сентябрь-декабрь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |

Таблица 5.7 – 7-й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения программы формирование СЖО у студентов педагогического вуза»

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Кол-во | Время | Ответственные |
|--|--|---|--|---------|------------------|--|
| 7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения программы формирования СЖО у студентов педагогического вуза | Изучение и обобщение опыта работы | Наблюдение, изучение документов | Работа психологической службы вуза, стенды, буклеты, мероприятия, семинары | Более 5 | Сентябрь-декабрь | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |
| 7.2. Осуществить наставничество над другими вузами, приступающим и к внедрению программы | Обучение психологов и педагогов в работе по внедрению программы | Наставничество, обмен опытом, консультации, семинары | Выступление на семинарах, работа психологической службы | | Март-май | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |
| 7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению программы | Пропаганда опыта внедрения в работе | Выступления на семинарах, конференциях, конгрессах, научная и творческая деятельность | Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению программы | 1-3 | Январь-февраль | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |
| 7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах | Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы | Наблюдение, анализ, работа психологической службы вуза, научная деятельность | Семинары, написание научной работы, статей, изучение опыта внедрения программы в различных вузах | Более 2 | Октябрь-февраль | Психолог ОУ, декан факультета, зав. кафедры, кураторы. |