

карссон // Профессиональное образование и формирование личности специалиста. Москва, 2002. С. 22–46.

*Болотов В. А.* Компетентностная модель: от идеи к образовательной программе / В. А. Болотов, В. В. Сериков // Перемены. 2004. № 2. С. 130–139.

*Водопьянова Н. Е.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. Санкт-Петербург: Питер, 2005. 154 с.

*Зимняя И. А.* Компетентностный подход. Каково его место в системе современных подходов к проблемам образования? / И. А. Зимняя // Высшее образование сегодня. 2006. № 8. С. 23–25.

*Лебедев О. Е.* Компетентностный подход в образовании / О. Е. Лебедев // Школьные технологии. 2004. № 5. С. 3–18.

*Митина Л. М.* Профессиональная деятельность и здоровье педагога / Л. М. Митина, Г. В. Митин. Москва: Академия, 2005. 368 с.

*Психология здоровья* / под ред. Г. С. Никифорова. Санкт-Петербург: Питер, 2003. 607 с.

*Хуторской А. В.* Общепредметное содержание образовательных стандартов / А. В. Хуторской // Проект «Стандарт общего образования». М., 2002. С. 30–46.

*Хухлаева О. В.* Давайте учиться не «гореть»: психологическая поддержка педагогов / О. В. Хухлаева // Школьный психолог. 2006. № 2. С. 20–29.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ КАК ИНФОРМАЦИОННАЯ ОСНОВА СОПРОВОЖДЕНИЯ**

**Я. Н. Кашук**

### **Особенности выбора актуального варианта жизни в юношеском возрасте**

#### ***Общая характеристика работы***

Выбор варианта жизни в юношеском возрасте является самым важным вопросом в ситуации профессионального и личностного самоопределения. Каждый вариант детерминирован в первую очередь социальными факторами, которые задают вектор в реализации потребностей

человека. Возможность выбирать развивает в молодых людях саморефлексию, способствует повышению активности, которая ориентирована на познание, а также становлению свободной личности.

Обращаясь к теоретическим подходам, вариант жизни мы можем рассмотреть с позиции детерминизма как совокупность событий, в том числе культурно-исторических (А. А. Кроник, В. И. Слободчиков), как свободу выбора (Р. Мэй, Дж. Роттер, К. Ясперс), как поиск самоидентичности (Э. Эриксон), как мотив поведения (А. Адлер, З. Фрейд, Э. Фромм, К. Юнг), как процесс самоактуализации (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс). Детерминация варианта не означает его предопределенность, главное – возможность самореализации в рамках выбранного варианта, продуктивность которого зависит от осознанного структурирования ситуации, включающей ведущие компоненты (условия, цели, задачи, смысл, требования) и соотнесение их с личными возможностями.

Психологическая характеристика варианта жизни определяется В. Н. Дружининым как тип отношения человека к жизни. Он отмечает, что субъективная реальность человека отражается в образе индивидуального жизненного пути. Выбор определенного варианта жизни, на наш взгляд, необходимо рассматривать как проявление возможности реализации своей экзистенциальной свободы. Свобода в переживаниях задает многовариантность жизненного пути, она выявляет личную позицию человека по отношению к жизни в целом. Отношение к жизни – это объективная связь между человеком и явлениями его жизни, в силу которой значимые события приобретают определенный жизненный смысл. Форма жизненного смысла проявляется в различных структурах внутреннего мира личности – ценностях, смыслах, идеалах, что в совокупности определяет содержание индивидуального жизненного пути. В работах С. Л. Рубинштейна нами выявлены основания продуктивной реализации себя в выбранном варианте жизни – самодетерминация через стремление к духовному росту, осознание жизненной ситуации, способность к самоопределению в творчестве.

Таким образом, вариант жизни личности представляет собой целостную психологическую характеристику индивидуального бытия, определяемую типом отношения человека к жизни. Вариант жизни формируется социальной системой как формой организации индивидуального жизненного пути. Личность включается в вариант жизни с целью удовлетворения потребностей в адаптации и самореализации (А. Г. Шишева, 2008).

Целью работы является изучение отношения человека к жизни через выбор актуального варианта жизни в юношеском возрасте. В качестве испытуемых выступили 50 студентов второго курса РГППУ.

Изучение выбора варианта жизни проводилось по методике «Актуальный вариант жизни», разработанной А. Г. Шишевой, Л. И. Ларионовой.

Теоретическим содержанием данной методики выступает концепция В. Н. Дружинина о восьми вариантах жизни (В. Н. Дружинин, 2000). Понятие «актуальный вариант жизни» авторы методики определяют как отношение к жизни, способам адаптации и самореализации в ней во временной перспективе и в ретроспективе. В актуальном варианте жизни выделяют «реальный», «идеальный» и «отвергаемый» варианты. «Реальный» вариант жизни отражает отношение личности к своей жизни в настоящем. «Идеальный» вариант определяет желаемое и предполагаемое отношение к жизни, задает перспективу развития. «Отвергаемый» вариант жизни определяет недопустимые способы адаптации и самореализации. Диагностика актуального варианта жизни проводится методом аутоидентификации.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Исследование актуального варианта жизни в юношеском возрасте позволило выявить определенные предпочтения в выборе «реального», «идеального», «отвергаемого» вариантов (рис. 1–3).

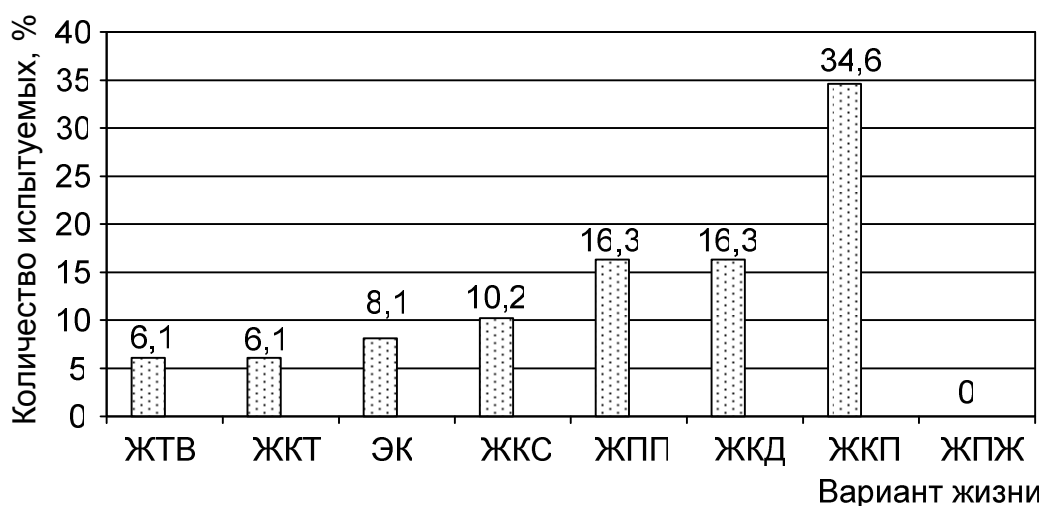


Рис. 1. Распределение испытуемых при выборе «реального» варианта жизни:

*ЖТВ* – жизнь как трата времени; *ЖКТ* – жизнь как творчество; *ЭК* – экзистенциальный конструкт; *ЖКС* – жизнь как сон; *ЖПП* – жизнь по правилам; *ЖКД* – жизнь как достижение; *ЖКП* – жизнь как предисловие; *ЖПЖ* – жизнь против жизни

Из рис. 1 следует, что испытуемые в качестве «реального» варианта жизни отдали предпочтение варианту «жизнь как предисловие» (34,6 %), или «жизнь начинается завтра».

*«Жизнь как предисловие» (пример).* «Можно сказать, что я живу будущим, мечтаю, планирую, учусь, развиваюсь, чтобы подготовить себя к жизни. Прежде чем приступить к работе, современный человек должен пройти качественное продолжительное обучение. Я думаю, что настоящая, серьезная жизнь мне еще только предстоит. Я часто думаю о том, что будет со мной в будущем. В своих мечтах я представляю себе намного умнее, сильнее, красивее или вообще другим человеком. Я много мечтаю, но мне всегда чего-то не хватает (времени, сил, средств), чтобы воплотить мечту в жизнь. Всякий раз, чем ближе я к своей мечте, тем меньше я чувствую, что я готов к ее воплощению. Я многим интересуюсь, работаю над собой, но как-то “рывками”. Многие мои планы на будущее остаются нереализованными. Я до сих пор до конца не определился в профессиональном выборе и не уверен, что выбранная профессия подходит мне. Я не уверен, что буду работать по специальности, так как наличие диплома еще не означает, что человек – специалист. Иногда я чувствую себя ребенком, не готовым ко взрослой жизни. Меня тяготят мои будни, потому что мыслями я уже в будущем. Когда я думаю о будущем, я хочу, чтобы время шло как можно быстрее».

Жизнь в рамках выбранного варианта переживается как подготовка к настоящей, подлинной жизни в будущем. Данная модель мира, по словам В. Н. Дружинина, основана на гипертрофии способности человека строить определенный прогноз и идеальные планы на будущее. Выбор этой модели адекватен юношескому возрасту. Но если «жизнь как предисловие» затягивается, человек испытывает тяжесть повседневного существования.

При выборе вариантов «жизнь по правилам» (16,3 %) и «жизнь как достижение» (16,3 %) отношение к жизни выстраивается по традиционным правилам и регламентам действия и общения, которые организуют внешнюю жизнь (получение социальной роли, статуса). Останавливаясь на данных вариантах, человек избавляет себя от тре-

вог за будущее, от чувства неопределенности. Он лишается автономии и оригинальности собственной внутренней, духовной жизни. Постановка целей в варианте «жизнь как достижение» имеет отношение к внешним, общественным ориентирам.

Таким образом, выбор данных вариантов жизни указывает на высокую степень принятия испытуемыми традиционных социальных ориентиров развития. В юности они отдают предпочтение получению образования, накоплению профессионального и жизненного опыта, подготовке к будущей взрослой жизни.

Выбор варианта «жизнь как сон» отмечен у 10,2 % испытуемых. Содержание данного варианта жизни связано с ощущением нереальности внешней жизни и одновременно с ощущением реальности желанной внутренней жизни, при этом человек изолирует себя от внешнего мира, у него отсутствует внутренняя активность.

Наименьшее количество испытуемых выбрали варианты «жизнь как трата времени» (6,1 %), «жизнь как творчество» (6,1 %), «экзистенциальный конструкт» (8,1 %), «жизнь против жизни» (0 %).

В качестве «идеальных» вариантов жизни (см. рис. 2) значительное число испытуемых выбрали «жизнь как достижение» (40,8 %) и «жизнь по правилам» (22,4 %). В перспективе своего личностного и смысложизненного развития они ориентируются на целедостижение, увлеченность делом, карьеру.

*«Жизнь как достижение» (пример).* «Жизнь дана человеку, чтобы действовать и добиваться успеха. Я – “человек действия”, и я уважаю деловых людей, добивающихся в жизни всего, чего они хотят. Достижение цели требует напряжения воли и усилий, и это естественно и нормально. Нет ничего хуже бездействия, покорности и пассивности – такая жизнь не для меня. Я стараюсь эффективно решать проблемы и преодолевать препятствия. Моя жизнь динамична, я не останавливаюсь на достигнутом и ставлю перед собой все новые и более привлекательные цели. Я искренне считаю, что есть люди полезные и бесполезные, соратники и враги, а дружба подразумевает взаимопомощь и взаимовыгоду. Я думаю, что власть – это большое преимущество. Я хочу обладать властью, чтобы более эффективно реализовывать свои пла-

ны. Я знаю, что мне нужно и что нужно делать для достижения поставленных целей. Я могу быть отличным руководителем и способен нести ответственность за действия группы или коллектива. Меня несколько угнетает быт и бытовое общение, потому что это потеря времени. Человек должен реализовать себя в конкретных делах и достижениях, чтобы с гордостью впоследствии вспоминать свою жизнь и чтобы потомки могли гордиться им и вспоминать его с благодарностью и уважением. Главное – успеть, ибо отпущенное время уходит, а многие цели еще не достигнуты».

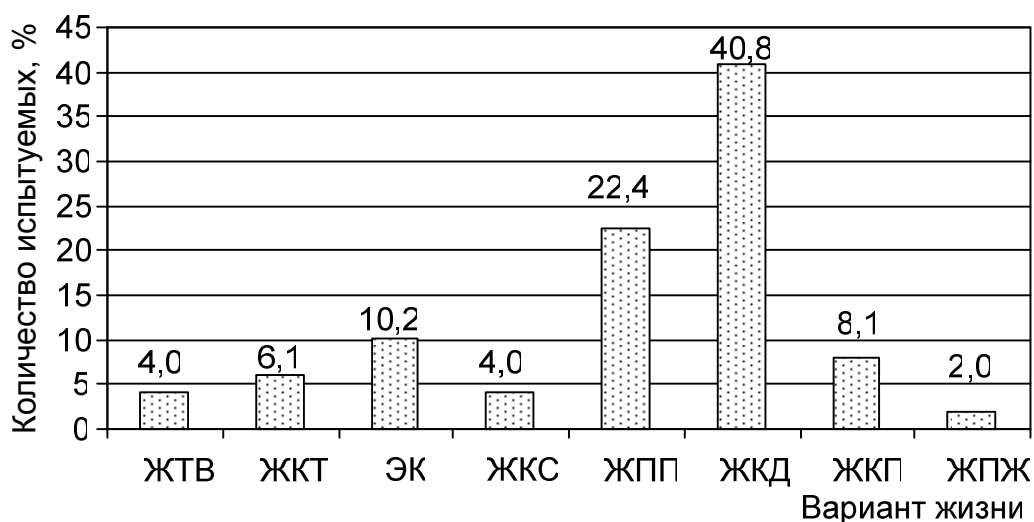


Рис. 2. Распределение испытуемых при выборе «идеального» варианта жизни:

*ЖТВ* – жизнь как трата времени; *ЖКТ* – жизнь как творчество; *ЭК* – экзистенциальный конструкт; *ЖКС* – жизнь как сон; *ЖПП* – жизнь по правилам; *ЖКД* – жизнь как достижение; *ЖКП* – жизнь как предисловие; *ЖПЖ* – жизнь против жизни

Менее предпочитаемыми среди «идеальных» оказались варианты «экзистенциальный конструкт» (10,2 %), «жизнь как предисловие» (8,1 %), «жизнь как творчество» (6,1 %). Перечисленные варианты также социально одобряемы и могут обеспечить успешную адаптацию молодого человека к существующим условиям и требованиям действительности. В вариантах «жизнь как творчество» и «экзистенциальный конструкт» предпочтение отдается ощущению индивидуальности, ее инициативности и уникальности идеи человека. Выбор «идеального» варианта «жизнь как предисловие» может говорить о постоянном ожи-

дании чего-то лучшего, о ненасытном желании постоянно обучаться и готовить себя к чему-то важному. Попытка начать действовать «здесь и сейчас» вызывает чувство неуверенности и страха.

Наименьшее количество студентов выбрали варианты «жизнь как трата времени» (4 %), «жизнь как сон» (4 %), «жизнь против жизни» (2 %). Это свидетельствует о выборе испытуемыми активных и приемлемых форм адаптации, которые ориентированы на социальные условия деятельности.

В качестве наиболее «отвергаемого» (см. рис. 3) студенты выбрали вариант «жизнь против жизни» (36,7 %), что, вероятно, отражает нежелание большинства испытуемых в юношеском возрасте жить идеями борьбы, испытывать чувство неудовлетворенности окружающим миром и людьми, строить агрессивные отношения и в целом подчинять свою жизнь принципу войны. Этот вариант может рассматриваться как малоперспективный в плане построения гармоничных отношений с другими людьми и в целом успешной адаптации в жизни.

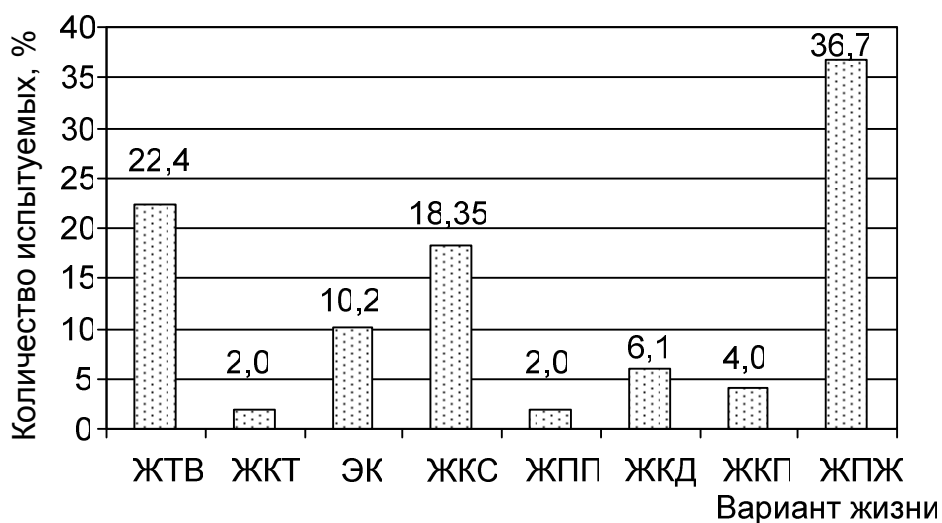


Рис. 3. Распределение испытуемых при выборе «отвергаемого» варианта жизни:

*ЖТВ* – жизнь как трата времени; *ЖКТ* – жизнь как творчество; *ЭК* – экзистенциальный конструкт; *ЖКС* – жизнь как сон; *ЖПП* – жизнь по правилам; *ЖКД* – жизнь как достижение; *ЖКП* – жизнь как предисловие; *ЖПЖ* – жизнь против жизни

*«Жизнь против жизни»* (пример). «Я человек, любящий порядок во всем. Я из тех, кто заботится о правильности своих поступков и того же требует от окружающих. По мо-

ему глубокому убеждению, должны быть и есть правила поведения, общие для всех людей, и их необходимо придерживаться. Если люди перестанут придерживаться определенных правил, то жизнь превратится в хаос. Я человек принципиальный. У меня есть собственные представления о том, что – правильно, а что – нет. Я строго придерживаюсь своей системы представлений о жизни и стараюсь не противоречить себе. Человек вполне способен и должен контролировать свое поведение, желания и мысли, чтобы не причинять вред другим. Есть люди, которых я очень уважаю и с мнением которых считаю. Если я не знаю правильного решения проблемы, я обращаюсь к ним за помощью. Лучше предупредить ошибку, чем потом исправлять ее последствия. В нашей семье есть традиции, которые мы бережно сохраняем. Во многом я хочу быть похожим на своих родителей. Старшим всегда есть чему научить младших. Вообще, каждый человек должен знать и соблюдать традиции своего народа, своей семьи и учреждения, в котором учится или работает. Мне претит “стадное чувство”. У человека должны быть собственные принципы, изменять которым не стоит даже под давлением большинства. Правила, по которым я живу, не хуже и не лучше других, но они, по крайней мере, разумны».

Вариант «жизнь как трата времени» не приемлет 22,4 % испытуемых, которые не видят смысла в том, чтобы делать свою жизнь ареной для развлечений и заполнять ее «квазисобытиями» сегодняшнего дня.

*«Жизнь как трата времени» (пример).* «Жизнь иногда кажется мне бесконечным однообразным потоком. Она скучна и однообразна. Время идет, но ничего не происходит. Нет забот и обязанностей. Моя жизнь – это трата времени. Я предоставлен сам себе и тягостному повседневному безделью. У меня нет реальных проблем, желаний, творческих устремлений и повседневных забот, а время тянется бесконечно, и я не знаю, чем себя занять. Наверное, меня можно было бы сравнить с нищим, которому неизвестно кто, неизвестно почему и за что отдал огромную сумму денег, а он не знает, ку-



да ее деть. Я сам преодолеваю скуку и однообразие повседневной жизни и наполняю свою жизнь событиями. Это в моих силах. Моя учеба или работа не слишком обременительны и предоставляют достаточно времени и возможностей для развлечений. Я провожу много времени с друзьями, в клубах, в парке или в гостях. Мы любим посплетничать и поговорить по душам. Я люблю приключения, путешествия, новые и острые ощущения, люблю “пощекотать нервы” себе и друзьям. Мне нравится следить за собой и за своим здоровьем. Наверное, я согласился бы жить так, чтобы постоянно находиться в центре светской жизни, посещать премьеры, презентации, вернисажи, путешествовать, общаться с разными интересными людьми, развлекаться. Во всяком случае, так жить ни скучно».

Вариант «жизнь как сон» отвергают 18,35 % студентов. Для данного варианта жизни характерно наполнение субъективной реальности иллюзиями без внутренней активности личности.

*«Жизнь как сон»* (пример). «Мне кажется, что я как-то иначе, чем другие, воспринимаю жизнь и окружающий мир. Иногда реальность кажется сном, а сновидение правдой. Мне непонятны суэта жизни, жесткость, лживость, страсть людей обладать властью и управлять другими, одержимость материальными благами. Я хорошо чувствую себя либо в одиночестве, либо с очень близкими людьми, с которыми поддерживаю искренние и теплые отношения. Меня несколько напрягает современная жизнь. Я не могу найти в ней места для себя. Я, наверное, кажусь человеком никчемным, ни к чему не стремящимся, но у меня просто другие ценности. Человек должен стремиться не к деньгам и власти, а к духовному развитию и гармонии с окружающим миром. Этой гармонии пока нет. Я много думаю о своих снах. Сновидения дарят эмоции, которых не хватает в жизни. Порой мне кажется, что я с удовольствием уснул бы и не проснулся или погрузился бы в мир грез. Я люблю книги и иногда читаю в “запой”. Мне нравится музыка, много времени я провожу перед телевизором. Я понимаю причины компьютерной зависимости неко-

торых людей: виртуальный мир дает больше ярких эмоций и возможностей для развития, чем реальность. Если честно, я понимаю и не осуждаю людей, принимающих алкоголь и наркотики. Я думаю, что иногда лучшая жизнь – это жизнь под кайфом».

По другим вариантам жизни выборы «отвергаемого» варианта распределились следующим образом: «экзистенциальный конструкт» (10,2 %), «жизнь как достижение» (6,1 %), «жизнь как предисловие» (4 %), «жизнь по правилам» (2 %), «жизнь как творчество» (2 %).

Таким образом, делая выбор того или иного варианта жизни, человек осознанно или неосознанно копирует идеологию (может быть, на время) социальной общности и, таким образом, обретает особый критерий истины в проживании жизни. Истиной становится все, что соответствует данной идеологии, нет необходимости анализировать, все дано в готовом виде. Это одна из «ловушек» выбора одного варианта жизни (особенно неконструктивного), которая может привести к переживанию нереализованности (неудовлетворенности) и кризису смысла жизни. Одна из проблем, характерных для юношеского возраста, связана с возможной потерей своей индивидуальности в идеализированной социальной среде, которая не только может нарушить чувство реальности Я, но и привести к появлению форм «псевдожизни», которые выглядят как следование другому. Именно в «псевдожизни» критерием ее истинности становится другой человек, собственное Я подавляется, отсутствует свобода. Развитие жизненного выбора определяет такой параметр, как «сила Я», который проявляется в способности удерживать переживание несоответствия мира реального и мира идеального (кажущегося). «Услышать» свою реальность, понять свое Я – значит проявить свою индивидуальную свободу воли, независимую активность и идти дорогой духовной сущности.

Практическая работа по оптимизации выбора варианта жизни может осуществляться с целью реализации личностного потенциала и принятия активной жизненной позиции. Перспективы развития связаны с такими вариантами, как «экзистенциальный конструкт» и «жизнь как творчество». Целенаправленная психологическая работа в условиях вуза может способствовать оптимизации выбора варианта жизни в юношеском возрасте.

## *Библиографический список*

*Абрамова Г. С.* Возрастная психология: учебное пособие для студентов вузов / Г. С. Абрамова. 4-е изд., стереотип. Москва: Академия, 1999. 672 с.

*Абульханова-Славская К. А.* Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. Москва: Мысль, 1991. 299 с.

*Дружинин В. Н.* Варианты жизни: очерки экзистенциальной психологии / В. Н. Дружинин. Москва: ПЕР СЭ; Санкт-Петербург: ИМАТОН-М, 2000. 79 с.

*Еникеев М. И.* Психологический энциклопедический словарь / М. И. Еникеев. Москва: ТК «Велби»: Проспект, 2007. 560 с.

*Лэнгле А.* Экзистенциально-аналитическая теория личности: сборник статей: перевод с немецкого / А. Лэнгле; вступ. ст. С. В. Кривцовой. Москва: Генезис, 2008. 160 с.

*Рубинштейн С. Л.* Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. Москва: Наука, 1997. 190 с.

*Шишева А. Г.* Выбор варианта жизни в юношеском возрасте: его психологические детерминанты и оптимизация: автореферат диссертации ... кандидата психологических наук / А. Г. Шишева. Иркутск, 2008.

**Н. С. Аболина**

## **Исследование взаимосвязи креативности и мотивации достижения студентов**

### ***Общая характеристика работы***

Закономерное усложнение и изменчивость современного мира предъявляют новые требования к человеку во всех сферах, в том числе и в профессиональной деятельности. От современного специалиста требуется постоянное осуществление социального выбора, изменение и совершенствование способов деятельности, умение отказываться от стереотипов и находить новые формы участия в жизни общества и собственного развития. Поэтому повышается значимость развития такого качества, как креативность, в процессе профессионального обучения. Креативная личность легче переживает кризисные моменты, лучше