



⇒ 81 % детей перестали испытывать неуверенность, связанную с определением своего профессионального будущего;

⇒ 63 % детей узнали много нового о различных профессиях, об их особенностях.

Все это может свидетельствовать об эффективности разработанных профориентационных упражнений.

Казанцева Е.В.,
Белова Д.Е.
г. Екатеринбург
РГППУ

Осмысленность жизни как составляющая профессиональной деятельности

Актуальность данной темы заключается в том, смысл жизни – стержневая динамическая система, которая определяет общую направленность жизни субъекта.

В связи с тем, что в процессе межличностного взаимодействия происходит сближение смыслов, влияние их друг на друга и трансляция, важно понимать, что каждый век порождает новых людей: во второй половине XX века смыслом жизни было служение обществу, то в конце XX начале XXI века ориентиры смещаются на поиски личного, индивидуального счастья.

Проблемой определения "смысла жизни", разработкой теоретических и методических основ смыслотехники, прикладных аспектов: разработка новых исследований и диагностических методик (тест смысложизненных ориентаций, методика предельных смыслов, методика ценностного спектра) занимались В. Франкл (теория стремления к смыслу, человеческое поведение определяется ценностями и смыслами) (1990), Г. Олпорт (концепция функциональной автономии мотивов) (2002), А. Маслоу (поиск смысла жизни – высшая потребность человека, первичное человеческое побуждение) – в зарубежной психологии, Д.А. Леонтьев (идея смысловых

связей как основы для разворачивания мотивационных процессов), К Муздыбаев, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн (смысл жизни – непрерывное совершенствование себя) и другие (акцент смещается на сознание и личность в целом) – в отечественной.

Наиболее разработанной и современной отечественной теории, разработанной в системном подходе, интегрированном с принципом развития, является теория Д.А. Леонтьева. В ее основу положены философские основания, преодолевающие разрыв отнологии и гносеологии.

Понятие смысла анализирует целостную, многослойную смысловую сферу личности, ведь это не просто определенная цель, идея, убеждение, а особое психическое образование, имеющее свое строение и структуру. В жизненных отношениях человека и мира возникает некая смысловая реальность как форма их единства. В данной теории ключевым является сопряжение понятий смысла и жизненного мира. В этой целостности объекты, ситуации, собственные действия человека обладают жизненным смыслом: они значимы для жизни человека, смысл жизни, таким образом, определяет общую направленность жизни субъекта. Автор данной концепции говорит о том, что мотивы конкретной деятельности можно характеризовать через личностный смысл, и наоборот, личностный смысл через мотив. А личностный смысл возникает в сознании субъекта как форма познания субъектом своих жизненных смыслов – таков феноменологический аспект смысла. Третья плоскость – это психологическая сфера смысла, неосознанные механизмы внутренней регуляции жизнедеятельности, осуществляемой смысловыми структурами – деятельностный аспект смысла.

Смысл жизни представляет собой динамическую структурную иерархию, которая может изменяться в зависимости от возраста (все возрастные кризисы влекут за собой определенные изменения, таким образом, обеспечивая изменение смысло-жизненных ориентаций на протяжении всей



жизни человека). Такие изменения могут быть эволюционные, постепенные, частично затрагивающие структуру смысложизненной иерархии; постепенно приводящие к качественному преобразованию структурной иерархии смысла жизни; революционные; инволюционные, разрушающие.

Д.А. Леонтьев выделяет следующие смысловые процессы: смыслообразование (процесс распространения смысла от ведущих к частным смысловым структурам); смыслоосознание, смыслостроительство (содержательная перестройка жизненных отношений и смысловых структур, в которых они преломляются).

Смысл жизни является своеобразным двигателем прогресса, потому что понимание и постижение человеком смысла жизни заставляет людей постоянно осуществлять выбор.

Разнообразие и богатство смыслов жизни определяется, главным образом, видами деятельности человека: эстетический, коммуникативный, психологической защиты, карьерный и другие.

В современной отечественной психологии в синергетической парадигме смысл жизни принято рассматривать как самоорганизующуюся систему: смысл жизни = сумма ценностей, приобретенных в результате деятельности, деленная на сумму теряемых ценностей.

Нами было проведено обзорное исследование смысложизненных ориентаций с помощью методики Д.А. Леонтьева СЖО на факультете психологии студентов второго и четвертого курсов. Актуальность изучения смысла жизни у студентов – психологов заключается в том, что именно они в профессиональном будущем будут транслировать людям смысложизненные ориентации. Важно определить уровень их сформированности у студентов-психологов.

Описательная статистика показала, что по фактору осмысленности жизни наблюдается достаточно большой размах ($X_{\min} = 75$, $X_{\max} = 133$). Что может свидетельствовать о том, что студенты четвертого курса факультета пси-



хологии более уверенно себя ощущают, более точно видят свое профессиональное настоящее и будущее. Преобладают показатели по следующим субшкалам: процесс ($X_{\max}=42$), результат ($X_{\max}=41$) и локус контроля – жизнь ($X_{\max}=41$). Выделены следующие центральные тенденции: по субшкале цели $X_{\text{ср.}}=30$, процесс $X_{\text{ср.}}=33$, результат $X_{\text{ср.}}=28$, локус контроля – Я $X_{\text{ср.}}=21$, локус контроля – жизнь $X_{\text{ср.}}=29$, осмысленность жизни $X_{\text{ср.}}=103$.

Понятие смысла заслуживает статуса фундаментальной категории психологической науки, оно в силу своей многофункциональности соединяет различные инварианты в единую систему, соотнося образ с мотивом, с осознанием себя, своей деятельности, своего места в системе отношений с другими, своей индивидуальности; дает возможность соотнести между собой такие категории, как личность, мотив, деятельность, общение, которые считались относящимися к разным психологическим школам.

Проведение поисковых исследований (в том числе упомянутое выше) являются предпосылками для создания оснований для масштабного эмпирического изучения смысловых процессов, хотя это понятие пока не входит в систему понятий современной психологии личности.

Данная проблематика актуальна и интересна в плане приложимости к разным профессиям (медицина, творческие профессии, предприниматели, шахтеры и другие профессии как смысл жизни), рассмотреть возрастные особенности смысловых ориентаций.

Работа выполняется при поддержке гранта Министерства образования РФ А 03-1.4-62.

Литература

1. *Анциферова Л.И.* Дорога, ведущая к смыслу// Психологический журнал. 2000. Т. 21. № 4.
2. *Вайзер Г.А.* Психологические аспекты смысла жизни и акме// Вопросы психологии. 2003. № 4.



3. *Леонтьев Д.А.* Тест смысловых ориентаций (СЖО). М., 2000.
4. *Чудновский В.Э.* Психологические составляющие оптимального смысла жизни// Вопросы психологии. 2003. № 3.

Каракиян А.В.
г. Екатеринбург
РГПУ

Изучение социально-психологической адаптации студентов 1 курса факультета психологии

Еще вчера студенты 4 курса факультета психологии были 17-летними абитуриентами. Стоя на пути выбора учебного заведения и специальности, они анализировали свои интересы и склонности, определялись с мотивами учения. Выбрав учебное заведение и специальность, они преодолели немало вступительных испытаний.

Первое с чем сталкиваются студенты 1 курсов – это новая деятельность – учебно-профессиональная. Второе – это самостоятельная организация учебного процесса. Далее – вхождение в коллектив. Для успешного преодоления начального этапа обучения студент должен обладать социально-психологической адаптивностью.

Понятие адаптации рассматривали следующие ученые:

- *Ф.Б.Березин* – психологическая и психофизиологическая адаптация;
- *Э.Ф. Зеер* – психофизиологическая, социально-психологическая и профессиональная адаптация;
- *А.А. Реан* – социальная адаптация.

По Ф.Б. Березину, адаптация – динамический процесс, благодаря которому подвижные системы живых организмов, несмотря на изменчивость условий, поддерживают устойчивость, необходимую для существования, развития, продолжения рода.

Психическая адаптация – процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойствен-