

УДК 316.6: 378
DOI 10.20339/AM.07-19.049

В.П. Мусина,
канд. психол. наук, доц.
кафедры общей и дифференциальной психологии
Санкт-Петербургский государственный
институт психологии и социальной работы
e-mail: psychologies05@mail.ru

ЦЕННОСТНЫЕ И СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ

Исследована проблема ценностных и смысложизненных ориентаций современных студентов. Представлены данные по эмпирическому исследованию смысложизненных ориентаций и ценностей студентов-психологов начального и выпускного курсов бакалавриата очного отделения в сравнительном плане. Сформулирована программа психологической помощи студентам в осознании личных смысложизненных ориентаций и ценностей.

Ключевые слова: смысложизненные ориентации, ценности, студенты, осознание, психологическая помощь.

VALUABLE AND MEANING LIFE ORIENTATIONS OF MODERN STUDENTS

V.P. Musina is Cand.Sci. (Psychology), doc. at St.-Petersburg State Institute of Psychology and Social Work

Researched is the problem of valuable and meaning life orientations of modern students. Data on empirical research of meaning life orientations and values of students psychologists at initial and final years of bachelor degree of internal office are provided in the comparative plan. Also formulated is the program of psychological assistance to students in understanding of personal meaning life orientations and values.

Key words: meaning life orientations, values, students, understanding, psychological assistance.

В настоящее время проблема смысла жизни приобрела особую актуальность. Поиск смысла своего существования, определения жизненных целей и ценностей важен для сохранения психологического здоровья любого человека, но именно в юношеском возрасте вопросы о смысле жизни наиболее часты и особенно насущны.

В психологии смыслом принято называть внутреннее мотивирование, индивидуальное значение для субъекта того или иного действия, поступка, события. Совершая то или иное действие, человек осознает, зачем он это делает и в чем для него заключается смысл. Смысл жизни может выступать, с одной стороны, как ценность для индивида, а с другой — смысл может обуславливать выбор ценностей, которыми руководствуется индивид в своей жизни.

Людьми по-разному осознаются разные аспекты смысла жизни: прошлое, настоящее, будущее. Понимание личностью смысла жизни в юношеском возрасте является актуальной психологической проблемой, поскольку субъективный смысл, который формируется на данном возрастном этапе, влияет на развитие личности в целом, ее мотивационную сферу, понимание собственного «Я».

Смысложизненные ориентации определяют отношение индивида к учебной деятельности, а межличностные отношения с окружающими во многом зависят от того, что в качестве смысла жизни определяет для себя человек [1. С. 204]. В связи с этим цель нашего исследования — выявление у студентов особенности ценностей и смысложизненных ориентаций.

Участвовали в исследовании студенты-психологи 1-го и 4-го курсов очного отделения гуманитарного вуза Санкт-Петербурга. Их возраст от 18-ти до 23 лет, студенты обоих

полов (всего 50 человек). Нами была поставлена **гипотеза о том, что** смысложизненные ориентации студентов находятся на стадии формирования, ценностные ориентации у студентов 1-го и 4-го курсов отличаются: для студентов 1-го курса характерны такие ценности, как ответственность, рационализм, уверенность в себе, а для 4-го курса — высокие запросы, общественное признание, аккуратность. Применялись методика «Смысложизненные ориентации» (СЖО) Д.А. Леонтьева, опросник Рокича «Ценностные ориентации», методика «Индекс жизненной удовлетворенности» (ИЖУ) в адаптации Н.В. Паниной, личностный опросник Г. Айзенка (ЕРІ).

Результаты проведения эмпирического исследования

Существенно значимых различий по средним значениям смысложизненных ориентаций у студентов 1-го и 4-го курсов нет. Наименьшее значение имеет шкала «локус контроля - Я». Низкий балл по данной шкале говорит о том, что человек не верит в свои силы и не способен контролировать события собственной жизни. Чуть выше показатель «результативность жизни», он отражает оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожита ее часть. «Цели в жизни» и «локус контроля жизни» находятся примерно на одинаковом уровне. Низкие показатели по шкале «цели в жизни» отражают то, что для большинства студентов характерно отсутствие целей в будущем. А низкий показатель «локус контроля - жизнь», говорит о том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.

Далее идет шкала «процесс жизни». Показатели говорят о том, что студенты воспринимают сам процесс своей жизни как мало наполненный смыслом: это является признаком неудовлетворенности в настоящем. При этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность в будущее. Общий показатель «осмысленность жизни» определяется как осмысленность прошлого, настоящего и будущего, наличие цели в жизни, переживание индивидом онтологической значимости жизни. Анализ данных, полученных с помощью теста СЖО, свидетельствует о том, что наибольшее количество показателей по различным параметрам смысложизненных ориентаций студентов находятся на среднем уровне и нуждаются в дальнейшем формировании.

Результаты исследования ценностных ориентаций по методике М. Рокича

На уровне терминальных ценностей у студентов 1-го курса ценности наибольшего предпочтения – любовь, семейная жизнь и здоровье. Наименее значимыми характеристиками являются такие ценности, как красота природы, общественное признание, счастье других.

На уровне терминальных ценностей у студентов 4-го курса ценности наибольшего предпочтения – здоровье, активная деятельность и жизненная мудрость. Наименее значимыми характеристиками являются такие ценности, как счастье других, творчество и удовольствие.

На уровне инструментальных ценностей у студентов 1-го курса ценности наибольшего предпочтения – ответственность, рационализм, честность. Наименее значимыми характеристиками являются такие ценности, как непримиримость к недостаткам своим и чужим, высокие запросы и аккуратность.

На уровне инструментальных ценностей у студентов 4-го курса ценности наибольшего предпочтения – жизнерадостность, воспитанность, честность. Наименее значимыми характеристиками являются такие ценности, как непримиримость к недостаткам своим и чужим, широта взглядов и чуткость.

Результаты исследования по методике определения темперамента Г. Айзенка

Данные по шкале лжи показывают, что у группы студентов 1-го курса шкала лжи имеет минимальный балл, что говорит об искренности их ответов. Несколько повышенный показатель по шкале лжи для группы исследуемых студентов 4-го курса свидетельствует о некоторой демонстративности их личности и ориентированности на социальное одобрение.

Результаты исследования индекса жизненной удовлетворенности (ИЖУ) Н.В. Паниной

По результатам ИЖУ получены следующие результаты. Данные по средним значениям у испытуемых групп студентов-психологов 1-го и 4-го курсов не имеют значительных различий. По всем шкалам опросника выборка находится в зоне среднего уровня индекса жизненной удовлетворенности. У группы студентов-психологов 1-го курса на первом месте находятся такие шкалы ИЖУ, как общий фон настроения и последовательность в достижении целей, что означает оценку своих внутренних качеств, и уровень оп-

тимизма и удовольствия от жизни. Ниже по значимости идет положительная оценка себя и собственных поступков, интерес к жизни, далее следует согласованность между поставленными и достигнутыми целями.

У группы студентов 4-го курса на первом месте находятся такие шкалы ИЖУ, как общий фон настроения и последовательность в достижении целей, интерес к жизни. Наименьшую значимость носит положительная оценка себя и собственных поступков, согласованность между поставленными и достигнутыми целями.

Для выявления значимых различий между данными по методикам был проведен анализ с помощью U-критерия Манна-Уитни. Значимые различия наблюдаются среди ценностных ориентаций М. Рокича (табл.).

Таблица

Достоверность различий показателей с использованием U-критерия Манна-Уитни

Характеристики	1 курс	4 курс	U	P
Красота природы и искусство	753,5	521,5	196,5	0,023
Общественное признание	763,0	512,0	187,0	0,014
Уверенность в себе	521,0	754,0	196,0	-0,023
Аккуратность	778,0	497,0	172,0	0,006
Высокие запросы	754,0	521,0	196,0	0,023
Непримиримость к недостаткам своим и чужим	743,5	531,5	206,5	0,039
Ответственность	474,5	800,5	149,5	0,001
Рационализм	533,0	742,0	208,0	0,043
Чуткость	518,0	757,0	193,0	0,020
Широта взглядов	526,0	749,0	201,0	0,030

Выявлено, что обследованные студентов 1-го курса по сравнению с обследованными студентами 4 курса имеют достоверно ($p < 0,05$) более высокие показатели по шкалам: ответственность, рационализм, уверенность в себе. Студенты 4-го курса по сравнению с 1-м курсом имеют достоверно ($p < 0,05$) более высокие показатели по шкалам: высокие запросы, общественное признание, аккуратность.

Ценность «общественное признание» у студентов 4-го курса имеет большую значимость, чем у студентов 1-го курса. Это может быть обусловлено тем, что у студентов 4-го курса выражена черта демонстративности.

Ценность «уверенность в себе» в группе студентов 1-го курса имеет большую значимость, нежели у студентов 4-го курса.

По результатам методик проведен корреляционный анализ. Были определены значимые тесные связи с семью шкалами. Рассмотрим их.

Баллы по первой шкале «Цели в жизни» характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей на будущее, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу.

В нашем исследовании у студентов 1-го курса цели в жизни положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), процессом жизни ($p < 0,01$), локусом контроля-Я ($p < 0,01$), локусом контроля-жизнь ($p < 0,01$), ценностями свободы ($p < 0,01$), удовольствием ($p < 0,05$), жизнерадостностью

($p < 0,05$), последовательностью в достижении целей ($p < 0,01$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,05$).

Таким образом, чем выше цели в жизни, тем выше ценность свободы, выше уровень удовольствия и жизнерадостности, повышается осмысленность жизни. Уровень процесса жизни становится выше, и это говорит о том, что студенты 1-го курса воспринимают процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Повышается показатель «локус контроля-жизнь»: человек контролирует свою жизнь, свободно принимает решения и воплощает их в жизнь. Высокий показатель «локус контроля-Я» характеризует сильную личность, обладающую достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о смысле.

Показатель «цели в жизни» отрицательно коррелирует с исполнительностью (дисциплинированностью) ($p < 0,05$). Таким образом, чем выше цель в жизни, тем ниже исполнительность. В юности студенческая молодежь находится в процессе формирования жизненных ценностей. Отсюда мы можем сделать выводы, что для данной группы испытуемых необходимо обеспечить содержательное систематическое воздействие на мотивационно-смысловую сферу психики. Можно предположить, что дисциплинированность отрицательно коррелирует с ценностями жизни из-за отсутствия рабочего стажа. Данная группа испытуемых 1-го курса не готова подчиниться собственным целям и общественным установкам.

Результаты корреляций у студентов 4-го курса показали следующее. Показатель «цели в жизни» положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), процессом жизни ($p < 0,01$), результативностью ($p < 0,01$), локусом контроля-Я ($p < 0,01$), локусом контроля жизни ($p < 0,01$), такими ценностями как друзья ($p < 0,01$), последовательность достижения целей ($p < 0,01$), развитие ($p < 0,01$), согласованность между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,01$).

Таким образом, чем выше цели в жизни, тем выше осмысленность жизни, процесс жизни, локус контроля-Я, локус контроля-жизнь и тем выше ценятся друзья, повышается последовательность достижения целей и согласованность между поставленными и достигнутыми целями.

Можно сделать вывод о том, что основные шкалы в обеих группах испытуемых, коррелирующие с целями, совпадают. Наблюдаются различия по ценностным ориентациям: у студентов 1-го курса шкала «цели в жизни» положительно коррелирует с такими ценностями, как удовольствие, свобода, жизнерадостность, и отрицательно коррелирует с исполнительностью. У студентов 4-го курса положительная корреляция наблюдается с такими ценностями, как друзья и развитие.

Корреляции по второй шкале «Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» показали следующее. Показатель этой шкалы говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом.

По группе студентов 1-го курса нами получены следующие результаты.

Показатель шкалы «Процесс жизни» положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями жизни ($p < 0,01$), результативностью жизни ($p < 0,01$), локусом контр-

оля-Я ($p < 0,01$), локусом контроля-жизни ($p < 0,01$), ценностями свободы ($p < 0,01$), независимости ($p < 0,01$), широтой взглядов ($p < 0,05$), интересом к жизни ($p < 0,05$), последовательностью в достижении целей, согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,01$), положительной оценкой себя и своих поступков ($p < 0,01$).

Таким образом, чем выше процесс жизни, тем выше становится осмысленность жизни, цели в жизни, результативность, локус контроля-Я, локус контроля-жизнь, ценность свободы, независимость, повышается интерес в жизни, становится высокой последовательность в достижении целей (решительность, стойкость, направленные на достижение целей.), согласованность между поставленными и достигнутыми целями (убежденность в том, что достиг или способен достичь тех целей, которые считает для себя важными), положительная оценка себя и своих поступков.

Показатель шкалы «Процесс жизни» отрицательно коррелирует с высокими запросами ($p < 0,05$): чем выше процесс жизни, тем ниже запросы. Процесс жизни связан с эмоциональной насыщенностью жизни, т.е. процесс воспринимается как интересный и наполненный смыслом. Когда эмоциональная насыщенность жизни в избытке, то высокие требования в жизни снижаются. Потребность человека в эмоциональном насыщении удовлетворяется главным образом в процессе борьбы за достижение самых разных целей, которые индивид перед собой ставит. Для данной группы испытуемых высокие запросы в жизни являются тяжелым эмоциональным потрясением, что может быть связано с повышенными эмоциональными нагрузками.

Результаты корреляций у студентов 4-го курса показали следующее.

Процесс жизни положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями жизни ($p < 0,01$), результативностью ($p < 0,01$), локусом контроля-Я ($p < 0,01$), локусом контроля жизни ($p < 0,01$), друзьями ($p < 0,05$), последовательностью достижения целей ($p < 0,01$) и согласованность между поставленными и достигнутыми целями, интересом к жизни ($p < 0,01$), развитием ($p < 0,01$).

Таким образом, чем выше процесс жизни, тем выше осмысленность жизни, цели жизни, результативность, локус контроля-Я, локус контроля-жизнь, тем выше ценятся друзья, повышается последовательность достижения целей и согласованность между поставленными и достигнутыми целями, повышается интерес жизни.

Шкала «Процесс жизни» у студентов-психологов 1-го курса положительно коррелирует с такими ценностями, как широта взглядов, независимость и свобода и отрицательно связана с высокими запросами. Так же шкала «Процесс жизни» имеет положительную корреляцию со шкалой «Положительная оценка себя и других». У студентов 4-го курса шкала «Процесс жизни» положительно коррелирует с такими ценностями, как друзья и развитие. Показатели по остальным шкалам у обеих групп испытуемых совпадают.

Результаты корреляций по третьей шкале «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» показали следующее. Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть.

Результаты корреляций по группе студентов 1-го курса показали следующее.

Результативность положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), процессом жизни ($p < 0,01$), локусом контроля-жизнь ($p < 0,01$), познанием ($p < 0,05$), самоконтролем ($p < 0,05$), последовательностью в достижении целей ($p < 0,05$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,01$). Чем выше результативность жизни, тем выше осмысленность жизни, процесс жизни, локус контроля-жизнь, повышается познание, самоконтроль, последовательность в достижении целей, согласованность между поставленными и достигнутыми целями.

Результаты корреляций по группе студентов 4-го курса показали следующее. Результативность положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями жизни ($p < 0,01$), процессом жизни ($p < 0,01$), локусом контроля-Я ($p < 0,01$), локусом контроля-жизнь ($p < 0,01$), последовательностью достижения целей ($p < 0,01$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,05$), интересом жизни ($p < 0,05$). Чем выше результативность жизни, тем выше осмысленность жизни, цели жизни, процесс жизни, локус контроля-Я, локус контроля-жизнь, повышается последовательность достижения целей и согласованность между поставленными и достигнутыми целями, повышается интерес к жизни.

Шкала «результативность жизни» у студентов 1-го курса положительно коррелирует с такими ценностями, как самоконтроль, познание, а у студентов 4го курса — со шкалами цели в жизни и со шкалой интереса жизни, локусом контроля-Я. Показатели по остальным шкала у обеих групп испытуемых совпадают.

Результаты корреляций по четвертой шкале «Локус контроля-Я» (Я — хозяин жизни) показали следующее. Высокие баллы по этой шкале соответствуют представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о смысле.

Результаты корреляций по группе испытуемых студентов-психологов 1-го курса показали следующее.

Локус контроля-Я положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями ($p < 0,01$), процессом жизни ($p < 0,01$), локусом контроля-жизнь ($p < 0,01$), свободой ($p < 0,01$), удовольствием ($p < 0,05$), жизнерадостностью ($p < 0,01$), интересом к жизни ($p < 0,05$). Чем выше локус контроля-Я, тем выше осмысленность жизни, цели, процесс жизни, локус контроля-жизнь. Повышается уровень общественного признания, увеличивается ценность свобода, удовлетворение, жизнерадостность, интерес жизни.

Локус контроля-Я отрицательно коррелирует с общественным признанием ($p < 0,05$), исполнительностью ($p < 0,01$). Чем выше локус контроля-Я, тем ниже значимость общественного признания, понижается исполнительность. Отрицательная корреляция может быть связана с неверием в свои силы контролировать события собственной жизни. Локус контроля — это качество, характеризующее склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам либо собственным способностям.

Выводы, которые можно сделать из полученных данных, указывают: отрицательная корреляция между

общественным признанием демонстрирует позитивную тенденцию — человек опирается на свои собственные способности. Отрицательная корреляция с общественным признанием показывает, что человек берет на себя ответственность за результаты своего действия. Дисциплинированность в данном случае мы можем соотнести также с недостатком жизненного опыта у испытуемых.

Понятие «локус контроля-Я» можно соотнести с понятием самоответственности, и низкие показатели дисциплинированности характеризуются незрелостью испытуемых. Формирование ответственности прямо связано с предостережением личности о свободе в принятии решений. Таким образом, вопрос о дисциплине должен решаться с учетом возрастных и иных конкретных особенностей и обстоятельств. Дисциплинированность является зависящим фактором от формирования ответственности.

Результаты по группе испытуемых студентов 4-го курса мы получили следующие.

Локус контроля-Я положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями жизни ($p < 0,01$), процессом жизни ($p < 0,01$), результативностью ($p < 0,01$), друзьями ($p < 0,05$), локусом контроля жизни ($p < 0,01$), последовательностью достижения целей ($p < 0,01$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,01$), интересом жизни ($p < 0,05$). Чем выше локус контроля-Я, тем выше осмысленность жизни, цели жизни, процесс жизни, результативность, локус контроля- жизнь и тем выше ценятся друзья, повышается последовательность достижения целей, согласованность между поставленными и достигнутыми целями, интерес к жизни.

Локус контроля-Я отрицательно коррелирует с продуктивностью жизни ($p < 0,05$). Чем выше представление о себе как о сильной личности, тем ниже продуктивность жизни. Локус контроля-Я соответствуют представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о смысле. Отрицательная корреляция с продуктивностью жизни показывает: чем выше активность в достижении целей, тем меньше используются свои возможности.

Шкала «локус контроля- Я» у 1-го курса положительно коррелирует с такими ценностями, как свобода, удовольствие, жизнерадостность и отрицательно коррелирует с ценностями общественного признания и исполнительности. Шкала «локус контроля-Я» у студентов 4-го курса положительно коррелирует с результативностью жизни, продуктивностью жизни, согласованностью между поставленными и достигнутыми целями и последовательностью между достигнутыми целями. Остальные шкалы в обеих группах совпадают.

Результаты корреляции по пятой шкале «Локус контроля-жизнь» показали следующее. Данная шкала показывает: есть убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь.

Результаты корреляции по группе испытуемых студентов 1-го курса показали следующее.

Локус контроля-жизнь положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями жизни ($p < 0,01$), процессом

жизни ($p < 0,01$), результативностью жизни ($p < 0,01$), локусом контроля-Я ($p < 0,01$), свободой ($p < 0,01$), широтой взглядов ($p < 0,05$), жизненной мудростью и интересом ($p < 0,01$) в жизни ($p < 0,05$), последовательностью в достижении целей ($p < 0,01$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,01$), положительной оценкой себя и своих поступков ($p < 0,05$), общим фоном ($p < 0,01$). Чем выше локус контроля жизни, тем выше осмысленность жизни, цели жизни, процесс жизни, результативность, локус контроля-Я. Выше ценится свобода, широта взглядов, жизненная мудрость, также повышается интерес к жизни, последовательность в достижении целей (решительность, стойкость, направленные на достижение целей, согласованность между поставленными и достигнутыми целями, убежденность в том, что достиг или способен достичь тех целей, которые считает для себя важными, положительная оценка себя и своих поступков).

Результаты корреляционного анализа в группе испытуемых студентов-психологов 4-го курса показали следующее.

Локус контроля жизни положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), процессом жизни ($p < 0,01$), результативностью ($p < 0,01$), локусом контроля-Я ($p < 0,01$), целями жизни ($p < 0,01$), друзьями ($p < 0,01$), последовательностью достижения целей ($p < 0,01$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,05$). Чем выше локус контроля-жизнь, тем выше осмысленность жизни, процесс жизни, локус контроля-Я, цель в жизни, тем выше ценятся друзья, повышается последовательность достижения целей и согласованность между поставленными и достигнутыми целями.

Локус контроля жизни отрицательно коррелирует с развитием ($p < 0,05$). Чем выше локус контроля жизни, тем ниже уровень развития. Испытуемые убеждены в способности контролировать свою жизнь, свободно принимать решения: этим они уменьшают уровень физического и духовного совершенствования.

Шкала «Локус контроля-жизнь» у студентов-психологов 1-го курса положительно коррелирует с ценностями свободы, широтой взглядов, жизненной мудростью, шкалой индекса жизненной удовлетворенности. Шкала отрицательно коррелирует с ценностными характеристиками развития. Остальные шкалы у обеих групп испытуемых совпадают.

Результаты корреляций по шестой шкале «Интерес жизни» показали следующее. Данная шкала отражает степень энтузиазма, увлеченного отношения к обычной повседневной жизни.

Корреляции в группе испытуемых студентов-психологов 1-го курса таковы. Шкала интерес к жизни положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,05$), процессом жизни ($p < 0,05$), локусом контроля-Я ($p < 0,05$), локусом контроля жизни ($p < 0,05$), свободой ($p < 0,05$), независимостью ($p < 0,01$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,05$). Чем выше интерес к жизни, тем выше осмысленность жизни, процесс жизни, локус контроля-Я, локус контроля-жизнь, уровень свободы, независимости, также повышается согласованность между поставленными и достигнутыми целями.

Интерес к жизни отрицательно коррелирует с ценностью «красота природы» ($p < 0,05$). Чем выше интерес жизни, тем

ниже ценность красоты природы. В настоящее время у молодежи ценности природы теряют свою значимость, в жизни преобладают материальные ценности. Следовательно, чем выше у человека увлеченность обычной повседневной жизнью, тем меньше им ценится красота окружающей природы.

Результаты корреляций в группе испытуемых 4-го курса показали следующее.

Интерес жизни положительно коррелирует с процессом жизни ($p < 0,05$), результативностью ($p < 0,05$) и локусом контроля-Я ($p < 0,05$), рационализмом ($p < 0,01$), счастьем других ($p < 0,05$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,01$) и последовательностью достижения целей ($p < 0,05$). Чем выше интерес жизни, тем выше процесс жизни, результативность и локус контроля-Я, выше он ставит счастье других, рационализм, согласованность между поставленными и достигнутыми целями и последовательность достижения целей.

Интерес жизни отрицательно коррелирует со здоровьем ($p < 0,05$). Чем выше интерес жизни, тем ниже уровень здоровья. В настоящее время молодежь живет тем, что диктуется обществом, зачастую это отрицательные варианты, плохо влияющие на здоровье.

Шкала «Интерес жизни» у студентов-психологов 1-го курса положительно коррелирует с локусом контроля жизни, осмысленностью жизни, такими ценностями, как независимость, свобода и отрицательно коррелирует с ценностью «красота природы». Шкала положительно коррелирует с такими ценностями, как рационализм, счастье других, шкалами «последовательность в достижении целей» и «результативность жизни», отрицательно коррелируя с ценностями здоровья. Остальные шкалы у обеих групп испытуемых совпадают.

Результаты корреляций по седьмой шкале «Последовательность достижения целей» показали следующее. Высокие показатели по данной шкале отражают такие особенности отношения к жизни, как решительность, стойкость, направленные на достижение целей.

У студентов 1-го курса шкала «Последовательность достижения целей» положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями ($p < 0,01$), процессом жизни ($p < 0,01$), результативностью ($p < 0,01$), локусом контроля жизни ($p < 0,01$), жизненной мудростью ($p < 0,01$), твердой волей, свободой ($p < 0,05$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,01$), положительной оценкой себя и своих поступков ($p < 0,01$). Чем выше последовательность в достижении целей, тем выше осмысленность жизни, цели, процесс жизни, результативность, локус контроля-жизнь, жизненная мудрость, твердая волей, сила воли — обобщенная способность преодолевать значительные затруднения, возникающие на пути к достижению поставленной цели. Чем серьезнее препятствие, которое преодолел человек, тем с большей степенью уверенности можно говорить о том, что он обладает сильной волей, свободой, увеличивается согласованность между поставленными и достигнутыми целями, положительной оценкой себя и своих поступков.

Последовательность достижения целей отрицательно коррелирует с высокими запросами ($p < 0,01$). Чем выше последовательность достижения целей, тем ниже запросы, твердая воля. Поскольку шкала «Последовательность до-

стижения целей» отражает такие особенности отношения к жизни, как решительность, стойкость, направленные на достижение целей, можно сделать вывод, что отрицательная корреляция обусловлена тем, что достижение целей требует полной самоотдачи, а требования к жизни, в свою очередь, приносятся в жертву достижению целей.

Результаты в группе испытуемых студенты 4-го курса показали следующее.

Шкала «последовательность достижения целей» положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями ($p < 0,01$), процессом жизни ($p < 0,01$), результативностью ($p < 0,05$), локусом контроля жизни ($p < 0,05$), локусом контроля-Я ($p < 0,01$), интересом жизни ($p < 0,05$), продуктивностью жизни ($p < 0,05$), согласованностью между поставленными и достигнутыми целями ($p < 0,01$). У студентов 4-го курса чем выше последовательность достижении целей, тем выше осмысленность жизни, цели, процесс жизни, результативность, продуктивность жизни, локус контроля-жизнь, локус контроля-Я, а также повышается интерес жизни, увеличивается согласованность между поставленными и достигнутыми целями.

Шкала «Последовательность достижения целей» у студентов-психологов 1-го курса положительно коррелирует со шкалой положительная оценка себя и других, а также такими ценностями, как свобода, и отрицательно коррелирует с ценностями «высокие запросы», «твердая воля», «жизненная мудрость». Шкала «Последовательность достижения целей» у студентов 4-го курса положительно коррелирует локусом контроля-Я, такими ценностями, как интерес жизни и продуктивность жизни.

Результаты корреляции по восьмой шкале «Согласованность между поставленными и достигнутыми целями» показали следующие. Высокие показатели отражают по этой шкале убежденность человека в том, что он достиг или способен достичь тех целей, которые считает для себя важными.

Результаты в группе испытуемых студентов-психологов 1-го курса показали следующее.

Согласованность между поставленными и достигнутыми целями положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями ($p < 0,05$), процессом жизни ($p < 0,01$), результативностью ($p < 0,01$), локусом контроля-жизнь ($p < 0,01$), интересом жизни ($p < 0,05$), последовательностью достижения целей, положительной оценкой себя, общим фоном. Чем выше согласованность между поставленными и достигнутыми целями, тем выше осмысленность жизни, цели, процесс жизни, результативность, локус контроля-жизнь, интерес жизни, последовательность достижения целей ($p < 0,01$), жизненная мудрость ($p < 0,01$), положительная оценка себя и своих поступков ($p < 0,05$).

Согласованность между поставленными и достигнутыми целями отрицательно коррелирует со счастьем других ($p < 0,05$). Чем выше согласованность между поставленными и достигнутыми целями, тем ниже жизненная мудрость, счастье других. Поскольку согласованность между поставленными и достигнутыми целями отражают убежденность человека в том, что он достиг или способен достичь целей, которые он считает важными именно для себя, то счастье других, развитие и совершенствования других отходит на второй

план. Тем самым можно сказать, что свои цели для студентов 1-го курса более значимы, нежели интересы других людей.

Результаты в группе испытуемых студентов 4-го курса показали следующее.

Шкала «Согласованность между поставленными и достигнутыми целями» положительно коррелирует с осмысленностью жизни ($p < 0,01$), целями ($p < 0,05$), процессом жизни ($p < 0,05$), результативностью ($p < 0,05$), локусом контроля-жизнь ($p < 0,05$), локусом контроля-Я ($p < 0,05$), продуктивностью жизни ($p < 0,05$), интересом жизни ($p < 0,01$), последовательностью достижения целей ($p < 0,01$). Чем выше согласованность между поставленными и достигнутыми целями, тем выше осмысленность жизни, цели, процесс жизни, результативность, локус контроля-жизнь, локус контроля-Я, продуктивность жизни, а также повышается интерес жизни, увеличивается последовательность достижения целей.

Шкала «Согласованность между поставленными и достигнутыми целями» у студентов 1-го курса положительно коррелирует со шкалой индекса жизненной удовлетворенности «Положительная оценка себя и других» и такими ценностями, как жизненная мудрость, но отрицательно коррелирует с ценностями «Счастье других». У студентов 4-го курса положительно коррелирует с локусом контроля-Я и ценностями продуктивности жизни. Остальные шкалы у обеих групп совпадают.

Программа психологической помощи студентам

По итогам эмпирического исследования была разработана Программа психологической помощи студентам. Она рассчитана на 18 часов и состоит из двух модулей: теоретического и инструментального.

В теоретическом модуле представлены научные подходы к проблеме смысла жизни, в рамках которого у студентов формируется представление о феномене смысла жизни. Продолжительность реализации теоретического блока составляет 6 часов. Второй модуль – инструментальный, его продолжительность 12 часов, в него вошли групповые дискуссии и тренинг.

Теоретический модуль

Лекция № 1 на тему: «Феномен смысла жизни в научных исследованиях». Цель – сформировать понятие о смысле жизни, рассмотреть основные подходы по проблеме отечественных и зарубежных исследованиях. План:

- ◆ понятие смысла в гуманитарных науках;
 - ◆ подходы к пониманию смысла жизни в психологии.
- Форма проведения: лекция-дискуссия.

Лекция № 2 на тему: « Психологические составляющие смысла жизни». Цель – рассмотреть психологические составляющие смысла жизни и его формально-динамические характеристики: инертность смысла жизни, масштабы смысла жизни, динамику и иерархию смыслов. План:

- ◆ психологические составляющие смысла жизни;
- ◆ смысл жизни: проблема относительно эмансипированное от «внешнего» и «внутреннего»;
- ◆ биологические факторы возрастного развития;

- ◆ основные характеристики смысла жизни.

Форма проведения: лекция-беседа.

Лекция № 3 на тему: «Формирование ценностного компонента смысложизненных ориентаций у студентов». Цель – формировать ценностный компонент смысложизненных ориентаций студентов. План:

- ◆ ценностные ориентации и мотивации в поведении личности;
- ◆ методы изучения ценностей;
- ◆ понятие ценности.

Форма проведения: лекция-беседа.

Инструментальный модуль

Это – тренинг развития жизненных целей. Тренинг разбит на два дня, по 6 часов в день. Цель – осознание перспектив дальнейшего профессионального и личностного роста, осознание своего места в мире. Задачи:

- ◆ разрушение прежних стереотипов;
- ◆ отработка навыков оптимального общения;
- ◆ отработка умений самоанализа профессиональной деятельности;
- ◆ разработка жизненных целей.

Заключение

Подводя общий итог, можно сделать следующие выводы из сказанного.

1. По результатам теста СЖО Д.А. Леонтьева соотношение всех шкал говорит о том, что студенты ориентированы больше на настоящее и прошлое, нежели на будущее. Анализ данных, полученных с помощью теста СЖО, свидетельствует о том, что наибольшее количество показателей по различным параметрам смысложизненных ориентаций студентов находятся в средней форме и нуждаются в дальнейшем формировании смысложизненных ориентаций.

2. Прямо коррелируют шкалы «осмысленность жизни», «процесс жизни», «результативность», «локус контроля-Я», «локус контроля-жизнь», «последовательность в достижении целей», «согласованность между поставленными и достигнутыми целями» у всех исследуемых. Высокие показатели результативности жизни и осмысленности жизни показывают продуктивность прожитого отрезка в настоящее время.

3. Некоторые шкалы отрицательно коррелируют с такими ценностными характеристиками, как дисциплинированность, высокие запросы. Это связано с тем, что смысложиз-

ненные ориентации меняется с возрастом, приобретением жизненного опыта. В зависимости от того, как меняются социальные условия, меняются и жизненные установки. Для студентов начинается новый жизненный этап, на котором они представляют себя сильной личностью, обладающей достаточной свободой выбора и убеждением в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в 4. По результатам средних значений ценностных ориентаций М. Рокича выявлено, что на уровне терминальных ценностей у студентов 1-го курса ценности наибольшего предпочтения любовь, семейная жизнь и здоровье. Наименее значимыми характеристиками являются такие ценности, как красота природы, общественное признание, счастье других. На уровне инструментальных ценностей у студентов-психологов 1-го курса ценности наибольшего предпочтения – ответственность, рационализм, честность. Наименее значимыми характеристиками являются такие ценности, как непримиримость к недостаткам свои и чужим, высокие запросы и аккуратность.

5. На уровне терминальных ценностей у студентов 4-го курса ценности наибольшего предпочтения – здоровье, активная деятельность и жизненная мудрость. Наименее значимыми характеристиками являются такие ценности, как счастье других, творчество и удовольствие. На уровне инструментальных ценностей у студентов 4-го курса ценности наибольшего предпочтения – жизнерадостность, воспитанность, честность. Наименее значимыми характеристиками являются такие ценности, как непримиримость к недостаткам свои и чужим, широта взглядов и чуткость.

6. По результатам средних значений определения темперамента Г. Айзенка выявлено, что показатель по шкале лжи для студентов 4-го курса свидетельствует о некоторой демонстративности личности и ориентированности на социальное одобрение.

7. По результатам значимых различий U-критерия Манна-Уитни по методике ценностных ориентаций М. Рокича выявлено, что студенты 1-го курса по сравнению со студентами 4-го курса имеют достоверно ($p < 0,05$) более высокие показатели по шкалам ответственность, рационализм, уверенность в себе. Студенты 4-го курса по сравнению со студентами 1-го курса имеют более высокие показатели по шкалам: запросы, общественное признание, аккуратность.

Таким образом, гипотеза, выдвинутая нами в ходе эмпирического исследования, нашла полное подтверждение.

Литература

1. Вильданов У.С., Вильданов Х.С., Вильданов Г.Б., Хасанов Г.А. Смысл жизни человека: ценности и смысложизненные ориентации. Уфа, 2007.
2. Лаврентюк Г.П. Вечные ценности и роль нравственности в профессиональном образовании. М., 2011.
3. Салихова Н., Купцова С. Когнитивные аспекты реализуемости личностных ценностей. М., 2014.
4. Рубинштейн М.М. О смысле жизни. Труды по философии ценности, теории образования и университетскому вопросу. М., 2008.
5. Шилова Ю.В. Ложные ценности, или Мое сердце в группе риска. М., 2013. 318 с.

References

1. Vildanov, U.S., Vildanov, H.S., Vildanov, G.B., Khasanov, G.A. Meaning of life of person: values and meaning life orientations. Ufa, 2007.
2. Lavrentyuk, G.P. Eternal values and the role of morality in professional education. Moscow, 2011.
3. Salikhova, N., Kuptsova, S. Cognitive aspects of feasibility of personal values. Moscow, 2014.
4. Rubenstein, M.M. About meaning of life. Works on philosophy of value, the theory of education and university problem. Moscow, 2008.
5. Shilova, Yu.V. False values, or My heart in risk group. Moscow, 2013.