

*Силантьева Е.С.  
студент 5 курса,  
факультет «Психология образования»  
ОГПУ, г. Оренбург*

**ОСОБЕННОСТИ СМЫСЛОЖИЗНЕННОЙ ОРИЕНТАЦИИ  
СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ (НА  
ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ)**

***Аннотация:** Исследование посвящено изучению смысложизненной ориентации студентов. Также в статье анализируются особенности смысложизненной ориентации студентов с разным уровнем жизнестойкости (на примере студентов-психологов).*

***Ключевые слова:** смысложизненная ориентация, студенты-психологи, уровень жизнестокости.*

***Abstract:** The study is devoted to the study of the meaning of life orientation of students. The article also analyzes the features of the life orientation of students with different levels of resilience (using the example of psychology students).*

***Keywords:** life orientation, psychology students, the level of resilience.*

Студенческий возраст является ключевым в жизни человека с точки зрения его личностного и профессионального становления, поскольку именно в этот период происходит формирование профессиональной направленности и идентичности, планирование своего будущего, развитие определенного мировоззрения, жизненных установок и ценностей, выработка своей жизненной позиции. Ведь процесс становления человека как профессионала и прежде всего, как личности, происходит через осмысление своей жизни. Каждый человек на основе сложившихся у него представлений о смысле

жизни из всего многообразия образцов поведения выбирает те, которые считает правильными и наиболее соответствующими его ценностям.

Стоит отметить, что в студенческом возрасте происходит формирование новых смыслов и ценностных ориентаций. Все более актуальной становится изучение смысложизненных ориентаций студенческой молодежи, в связи с профессиональной направленностью и личностными конструктами.

В психолого-педагогической литературе смысложизненные ориентации рассматриваются в рамках понятий: «смысл», «осмысленность жизни» (А.А. Смирнов [1]), «взаимодействие» (С.С. Сулова [2]), «убеждения» и «стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях» (О.В. Чернова [3]). Также смысложизненные ориентации рассматриваются в качестве содержательных характеристик жизнестойкости, в качестве показателей функционирования системы «человек – жизненная среда» и содержательных характеристик жизнестойкости как личностного ресурса (В.И. Филлипович).

Формирование систем смысложизненных ориентаций является для различных исследователей предметом пристального внимания и разнопланового изучения. Исследование подобных вопросов особое значение приобретает в юношеском возрасте, поскольку именно с этим периодом онтогенеза связан тот уровень развития смысложизненных ориентаций, который обеспечивает их функционирование как особой системы, оказывающей определяющее воздействие на направленность личности, ее активную социальную позицию [4].

Для студента одним из важных вопросов становится вопрос преодоления трудных жизненных ситуаций. Самое интересное здесь то, какие способы преодоления трудностей выберет каждая отдельная личность. Интерес обусловлен тем что, некоторые возможные виды копинг-стратегий стали недоступны, а некоторые не успели сформироваться. Например, возможность поиска социальной поддержки труднодоступна из-за условий нового коллектива и разрыва старых связей, а в свою очередь принятие

ответственности – еще не до конца выработанный навык. Такова весьма сложная и многогранная ситуация студента, сталкивающегося с большим количеством стрессогенных факторов и отсутствием должного уровня развития ценностно-смысловой сферы.

Ценности, являясь центральным новообразованием в студенческом возрасте, выражают сознательное отношение человека к социальной действительности. Наличие ценностей свидетельствует об определенном этапе формирования студентов, появление таких психологических структур, которые в значительной степени способствуют становлению его мировоззрения, повышению уровня их жизнестойкости.

Эмпирическое исследование проводилось в период с середины февраля до середины марта 2024 года. Данное исследование состояло из трех этапов:

1. Диагностический этап исследования (изучение содержательных характеристик смысложизненных ориентаций юношей с разным уровнем жизнестойкости).

2. Аналитический этап (анализ полученных в результате диагностического этапа исследования данных).

3. практический этап (разработка рекомендаций для психолога по организации коррекционно-развивающей работы с юношами, имеющими разный уровень жизнестойкости).

В качестве методик исследования выступили:

1. Тест смысложизненные ориентации (методика СЖО), Д.А. Леонтьева.

2. Тест жизнестойкости. Методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева.

Опишем результаты нашего исследования согласно методикам исследования (см. табл. 1, 2).

Таблица 1 – Результаты эмпирического исследования по методике «Смысложизненные ориентации»

Уровни, виды, типы		Абсолютное значение (человек)	%
цели в жизни	высок	57	54,29
	средний	40	38,10
	низкий	8	7,62
процесс жизни	высок	51	48,57
	средний	46	43,81
	низкий	8	7,62
результат жизни	высок	83	79,05
	средний	18	17,14
	низкий	4	3,81
локус контроля я	высок	20	19,05
	средний	74	70,48
	низкий	11	10,48
локус контроля жизнь	высок	59	56,19
	средний	39	37,14
	низкий	7	6,67
осмысленность жизни	высок	58	55,24
	средний	42	40,00
	низкий	5	4,76
Вовлеченность	высок	13	12,38
	средний	54	51,43
	низкий	38	36,19
Контроль.	высок	17	16,19

	средний	69	65,71
	низкий	19	18,10
Принятие риска	высок	46	43,81
	средний	51	48,57
	низкий	8	7,62
Уровень жизнестойкости	высок	20	19,05
	средний	60	57,14
	низкий	25	23,81

Как видно из таблицы 1, преобладающим (57,14%) является высокий уровень осмысленности жизни, чему свидетельствуют высокие показатели по камам: цели в жизни, процесс жизни, удовлетворённость самореализацией, управляемость жизни. Однако по шкале локус контроля-Я в значительной степени (70,48%) представлены результаты соответствующие среднему уровню.

Отметим, что по компоненту «Цель» 7,62% испытуемых, имеют низкие показатели сформированности, 54,29% испытуемых, имеют высокие показатели сформированности, 38,10% испытуемых, имеют средние показатели сформированности.

По компоненту «Процесс» смысложизненных ориентаций, 48,57% испытуемых имеют высокие показатели сформированности, 43,81% испытуемых имеют средние показатели сформированности, и только 7,62% испытуемых имеют низкие показатели сформированности.

«Результат», высокие показатели имеют наибольшее число испытуемых 79,05% сформированности, 17,14% испытуемых имеют средние показатели, наименьшее 3,81% число испытуемых по всей выборке имеют низкие показатели.

Компонент «ЛК-Я» смысложизненных ориентаций, 19,05% испытуемых имеют высокие показатели, 70,48% имеют средние показатели, 10,47% имеют низкие показатели.

Компонент «ЛК-жизнь» 6,67% испытуемых имеют низкие показатели сформированности, 56,2% имеют высокие показатели, 37,13% имеют средние показатели.

По компоненту «ОЖ» смысложизненных ориентаций, 4,76% испытуемых имеют низкие показатели сформированности, 40% имеют средние показатели сформированности, 55,24% имеют высокие показатели сформированности.

Общий уровень жизнестойкости – средний у 57,14%, что вероятно свидетельствует о преимущественно средних общегрупповых ответов студентов по компонентам: «Вовлеченность» 51,43% «Контроль» 65,71% «Принятие риска» 48,57%

Следующим по общей выраженности выделяется низкий уровень жизнестойкости 23,81%. Наиболее подставлен в компоненте «вовлеченность» 36,19%, следующим подставлен компонент «контроль» 18,10%. Наименее выражен (7,62%) компонент «принятие риска»

Высокий уровень жизнестойкости встречается у наименьшего количества студентов 19,05% и наиболее часто в компоненте «принятие риска» 43,81% реже в «контроле» (16,19%) и «вовлеченности» (12,38%)

Далее изучим значения показателей сформированности жизнестойкости у испытуемых.

В целом, большинство участников исследования имеют высокий 39% или средний 30% уровень выраженности осмысленности жизни, в структуре которой преобладает такой компонент как «результат жизни» (высокий) и «локус контроля я» (средний).

Можно предположить, что респонденты воспринимают прошедшие этапы своей жизни, как продуктивные осмысленные, жизнь в настоящем приносит удовлетворение, вызывает интерес и наполнен различными эмоциями. Кроме того, испытуемые, вероятно, имеют ясные цели в будущем, направлены на реализацию своих возможностей. Также им скорее свойственно получать удовольствие от собственной деятельности, чувство уверенности, стремление влиять на результаты происходящего, выбирать собственную деятельность, свой путь к развитию, черпая знания из своего опыта. Они убеждены в том, что все то, что с ними случается, способствует их развитию, готовы действовать в отсутствие надёжных гарантий успеха, на свой страх и риск.

Низкие показатели сформированности смысловых ориентаций и жизнестойкости имеют 3% студентов, набравших меньше нормы испытуемых. Это говорит о том, что на сегодняшний день у этих людей не обнаруживается стремление к реализации смысла жизни, кроме того, сам этот смысл нельзя у них назвать определённым. Возможно, эти люди не удовлетворены прожитой частью своей жизни, и настоящим временем, им трудно осмыслить то, что происходит с ними сейчас. Вероятно, они не верят в свои силы, возможность повлиять на результаты происходящего, выбирать собственную деятельность, свой путь. Таким людям трудно нести ответственность за свои поступки, поэтому они не склонны рисковать. Кроме того, у них нет ясных, осмысленных целей в будущем и соответственно также вероятно они не испытывают удовольствия от собственной деятельности так, как все бессмысленно и бесцельно. Скорее, они не чувствуют себя уверенными

Если анализировать показатели студентов, можно заметить предполагаемую тенденцию к снижению уровня жизнестойкости и осмысленности жизни, как в целом, так и в отдельных показателях.

Для изучения *различий в показателях СЖО студентов с разным уровнем жизнестойкости* нами был проведен сравнительный анализ по Т-критерию Стьюдента.

Анализируя выявленные различия в группах студентов, можно говорить о том, что у студентов с низким уровнем жизнестойкости обнаружены достоверно более высокие значения только по шкале «принятие риска» (на уровне  $p \leq 0,05$ ). То есть им, по сравнению со респондентами, характеризующимися средним уровнем жизнестойкости, им в большей мере свойственны такие особенности СЖО как автономность в организации активности, способность самостоятельно планировать деятельность и поведение, организовывать работу по достижению выдвинутой цели, контролировать ход ее выполнения, анализировать и оценивать как промежуточные, так и конечные результаты деятельности.

У студентов со средним уровнем жизнестойкости обнаружены достоверно более высокие значения по показателям «осмысленность жизни» (на уровне  $p \leq 0,05$ ). То есть, респондентам данной группы, по сравнению с их ровесниками, характеризующимися низким уровнем жизнестойкости, в большей мере свойственно получать удовольствие от собственной деятельности, быть эмоционально вовлеченными в жизнь, выбирать свой жизненный путь, контролировать происходящие события, понимая свой вклад в них, извлекать необходимые выводы из полученного опыта, рисковать, экспериментировать, развиваться.

В сфере характеристик СЖО респондентам со средним уровнем жизнестойкости свойственна способность выделять значимые условия достижения целей, как в текущей ситуации, так и в будущей перспективе; это проявляется в том, что их программ действий соответствует плану деятельности, установленной цели.

Таким образом, сравнительный анализ показателей СЖО студентов с разным уровнем жизнестойкости выявил, что респондентам с низким уровнем



жизнестойкости в большей мере свойственна такая характеристика СЖО как принятие риска (автономность в организации активности, способность самостоятельно планировать деятельность и поведение); респондентам со средним уровнем жизнестойкости в большей степени свойственна такая характеристика СЖО, как осмысленность жизни (способность выделять значимые условия достижения целей, как в текущей ситуации, так и в будущей перспективе; соответствие программ действий плану деятельности, намеченной цели).

### Список литературы

1. Смирнов, А.А. Уровень субъективного контроля и адаптация студента в вузе /А.А. Смирнов, Н.Г. Живаев // Вестник Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова. – 2018. - № 6.

2. Суслова, С.С. Успешная адаптация студента как залог дальнейшего развития его человеческих и профессиональных качеств / С.С. Суслова // Вестник научных конференций. – 2015. - №4-5(4).

3. Чернова, О.В. Социокультурные аспекты адаптации студентов на разных этапах обучения / О.В. Чернова, М.В. Сячин // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2018. - № 4.

4. Яковлева, Н.Н. Гуманистическое взаимодействие преподавателей и студентов в процессе адаптации студентов / Н.Н. Яковлева // Педагогический опыт: теория, методика, практика. – 2016. - №1(6).