

3 Даулинг, С. Психология и лечение зависимого поведения / С. Даулинг; пер. с англ.; под ред. Р. Р. Муртазина. – М. : Класс, 2000. – 240 с.

4 Фурманов, И. А. Профилактика нарушений поведения в учреждениях образования / И. А. Фурманов, А. Н. Сизанов, В. А. Хриптович. – Минск : РИВШ, 2011. – 250 с.

5 Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учеб. для студ. вузов / В. С. Мухина. – 10-е изд., стереотип. – М. : Академия, 2006. – 608 с.

6 Разживина, Н. Н. Особенности личностных диспозиций подростков, склонных к девиантному поведению, в условиях общеобразовательной школы: автореф. дис. кан. пед. наук: 19.00.07 / Н. Н. Разживина; Рос. акад. – Ставрополь, 2013. – 23 с.

7 Погожева, О. В. Психотипологическая изменчивость личности подростков с девиантным поведением в континууме их жизнедеятельности: автореф. дис. док. психол. наук: 19.00.01 / О. В. Погожева; Рос. акад. – М., 2012. – 23 с.

8 Зиннуров, Ф. К. Педагогическая профилактика и коррекция девиантного поведения подростков в условиях социокультурной среды: автореф. дис. док. пед. наук: 13.00.05 / Ф. К. Зиннуров; Рос. акад. – Казань, 2012. – 23 с.

УДК 159.923.2-053.67

А. М. Ткачева

ОСМЫСЛЕННОСТЬ ЖИЗНИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

В статье рассмотрены основные концепции смысла человеческого существования в психологии и философии. Теоретически описываются особенности осмысленности жизни в юношеском возрасте. Эмпирическое исследование свидетельствует о том, что в юношеском возрасте присутствует ценностно-смысловая ориентация личности, как подтверждение её реальных достижений.

Современное общество характеризуется шаткостью устоев, именно поэтому многие современные психологи всё больше обращают внимание на проблему становления смысла жизни и её влияние на дальнейшую судьбу человека. В связи с важностью поиска смысла жизни для личностного развития в юношеском возрасте, когда формируется устойчивая система ценностей и смыслов, посредством становления которой появляется направленность в будущее, актуально и необходимо исследование ценностных ориентаций в данный возрастной период.

Вопросом смысла жизни, её осмысленности интересовались достаточно давно. Античная философия, господствовавшая до VI в., не имела единого понимания смысла человеческой жизни. Так, Сократ смысл жизни видел в счастье, достижение которого связано с добродетельной жизнью, трепетным отношением к законам, знанием нравственных понятий. Платон утверждал, что вопрос смысла жизни кроется в заботах о душе. Аристотель видел его в стремлении стать добродетельным человеком и ответственным гражданином. Эпикур писал, что люди находят смысл своей жизни в достижении личного счастья, покоя и блаженства. Диоген видел смысл жизни во внутренней свободе и пренебрежении к богатству. А стоики – в неизбежности судьбы [1, с. 176].

Такое же разнообразие точек зрения наблюдалось и в европейской философии. Л. Фейербах видел смысл жизни в любви к ближнему, и на этой основе достигалось и собственное счастье; И. Кант – в нравственном долге человека; К. Маркс – в борьбе за коммунизм; Ф. Ницше – в воле к власти; И. Бентам и Д. Милль – в достижении выгоды, пользы, успеха.

Изучение проблемы «смысла жизни» встречается в психологии еще со времен психоанализа З. Фрейда. Однако, по мнению ученого, вопрос о смысле человеческой жизни

вообще не может быть решен удовлетворительно, а точнее и проще было бы ставить вопрос о целях жизни. Он считал, что целью каждого человека является счастье, и это стремление человека к счастью имеет две стороны: стремление к удовольствию и желание избежать неудовольствия. При этом З. Фрейд полагал, что смысл человеческой жизни должен иметь вечную, неизменную опору и поэтому вне религиозного сознания решение этого вопроса невозможно [2, с. 156].

Наиболее развернутое понимание смысла жизни сформулировано в работах А. Адлера. Австрийский психолог сам характеризует свою концепцию как учение о смысле человеческих действий и экспрессивных проявлений, движений, о смысле, который индивиды придают миру и самим себе. А. Адлер утверждает, что ключом к постижению всей личности в целом служит понимание индивидуального смысла жизни. Смысл жизни, формируясь на основе решения глобальных жизненных проблем, находит отражение во всех психических и поведенческих проявлениях, установках, чертах характера человека и, в свою очередь, придает им смысл.

Наиболее полно концепция смысла жизни была разработана В. Франклом. По его мнению, смысл жизни определяют три группы ценностей: ценности творчества, ценности переживания и ценности отношения. При этом, по утверждению В. Франкла, ценности выступают как желательные формы поведения и предписания, поэтому ценности могут вступать между собой в сильное противоречие из-за неоднозначности большинства ситуаций. Но вот уникальные смыслы никогда не противоречат друг другу. Смысл никогда не задан, он всегда является следствием свободного выбора человека, именно возможность нахождения смысла в конкретной ситуации делает человека свободным и одновременно ответственным за свой выбор.

В поисках смысла человека направляет его совесть. Совесть – по В. Франклу – является органом смысла. Этот смысл человек находит вне себя. Чем больше он отдает себя какому-либо делу, чем больше он отдает себя партнеру, тем больше он является человеком и тем в большей степени он становится самим собой. Чувство найденного смысла дает человеку огромные душевные силы, чтобы преодолевать жизненные трудности. Отсутствие же смысла жизни, ведет к развитию невроза, делает человека беспомощным перед трудностями жизни. В. Франкл пишет о том, что 90 % алкоголиков и 100 % наркоманов страдает, ощущая утрату смысла жизни. Потеря смысла приводит к попыткам заполнения «экзистенциального вакуума» и поиска счастья с помощью псевдосмыслов – стремления к успеху, власти или потребления и другим. Однако чем больше человек стремиться к наслаждению и счастью, тем больше оно от него ускользает и требует все большей искусственной и изощренной стимуляции. Таким образом, обращение на себя, на свои удовольствия, с целью обрести счастье, ведет к потере этого счастья. «В служении делу или любви к другому человек осуществляет сам себя» – писал В. Франкл [3, с. 6].

Юношеский возраст – период индивидуальной жизни человека от 16–17 лет до 22–23 лет. В этом возрастном промежутке развивается способность деятельно, практически соотносить цели, ресурсы и условия для решения задач строительства собственной жизни, перспективы, характерной для взрослого человека (решение профессиональной, производственной задачи; проявление общественной позиции; осуществление общественно значимого поступка или действия; построение собственной семьи и т. п.).

Потребность в осмыслении жизни, выстраивании единой концепции убеждений для лучшей самоидентификации в обществе является новообразованием юношеского возраста. При достижении юношеского возраста общество ожидает от молодого человека четкого профессионального и личностного самоопределения. Решение данной жизненной задачи предполагает согласованную работу когнитивной, эмоциональной и регулятивной сфер личности.

В поиске смысла жизни вырабатывается мировоззрение, расширяется система ценностей, формируется тот нравственный стержень, который помогает справиться с первыми

житейскими неурядицами, юноша начинает лучше понимать окружающий мир и самого себя, становится в действительности самим собой.

Об актуальности проблемы поиска смысла жизни в юношеском возрасте говорят многие советские психологи. Например, Л. И. Божович утверждает, что выбор дальнейшего жизненного пути, самоопределение становятся для старшеклассников тем мотивационным центром, который определяет их деятельность, поведение и их отношение к окружающим [4, с. 15].

Психологической особенностью раннего юношеского возраста является устремленность в будущее. Важнейшим фактором развития личности в ранней юности является стремление старшеклассника строить жизненные планы, осмысливать построение жизненной перспективы.

Система ценностных ориентации определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизнедеятельности, основу жизненной концепции и «философии жизни».

В проведенном нами исследовании изучение осмысленности жизни студентов юношеского возраста проведено с использованием методики смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева. Исследование проводилось на базе УО «Гомельский Государственный университет имени Франциска Скорины». В исследовании участвовали студенты 2 курса факультета психологии и педагогики в возрасте от 18 до 21 года. Всего было опрошено 22 человека (4 юноши и 18 девушек). Показатели теста включают в себя общий показатель осмысленности жизни (ОЖ), а также пять субшкал, отражающих три конкретные смысложизненные ориентации и два аспекта локуса контроля:

Результаты исследования показали следующие эмпирические данные:

– цели в жизни – по результатам теста этот показатель находится на среднем уровне, но у девушек этот показатель несколько выше (31,7), чем у юношей (28,5), что говорит о более ясных перспективах и более выраженном устремлении в будущее. У юношей по этой шкале самый высокий средний балл, что говорит о том, что молодые люди, в исследуемой группе, могут быть как и прожектерами, планы которых, в большинстве своем, не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию, так и вполне целеустремленными личностями, не живущими вчерашним и сегодняшним днем;

– процесс в жизни – показатель этой шкалы у девушек (31,8) и у юношей (30,2) так же различен. Девушки воспринимают свою жизнь как эмоциональный, интересный, наполненный смыслом процесс, в то время как юноши чем-то не удовлетворены в своей жизни;

– результативность жизни – по результатам, полученным в этой шкале и юноши (23,2), и девушки (21,4) в целом удовлетворены прожитым отрезком жизни, но, несмотря на это присутствует желание, что-то изменить в прошлом;

– локус контроля «Я» – в этой шкале более высокие результаты у девушек (22,3) в исследуемой группе, чем у юношей (19). По результатам можно сказать о том, что девушки являются сильными личностями, способными построить свою жизнь в соответствии со своими планами, в то время как юноши частично не уверены в своих силах и ощущают неподвластность происходящих в их жизни событий;

– локус контроля жизнь – показатель на среднем уровне у девушек (31,5), и на уровне чуть ниже среднего у юношей (28,5). Результат говорит о неуверенности юношей, что они не полностью являются хозяевами жизни, по сравнению с девушками, которые больше убеждены в подвластности им жизни;

– общий показатель осмысленности жизни – этот показатель находится на уровне чуть выше среднего у девушек (105,3) и среднем у юношей (103,5). Это говорит о том, что девушки больше уверены в себе, имеют достаточно ярко выраженные цели и мотивы по сравнению с юношами.

Таким образом, данные показали, что в целом, студенты удовлетворены прожитой жизнью. Настоящую жизнь воспринимают интересной и эмоционально насыщенной. Студенты имеют определенные цели на будущую жизнь. Однако они не совсем уверены, что способны контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь.

Таким образом, в юношеском возрасте формируется устойчивая система ценностей и смыслов, посредством становления которой появляется направленность в будущее.

Литература

- 1 Франкфорт, Г. В преддверии философии / Г. Франкфорт, Г. А. Франкфорт, Дж. Уилсон, Т. Якобсен. – М. : Наука, 1984. – 238 с.
- 2 Фрейд, З. Неудовлетворенность культурой / З. Фрейд. – М. : Академия, 1990. – 301 с.
- 3 Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогресс, 1990. – 368 с.
- 4 Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – СПб. : Питер, 2008. – 398 с.

УДК 159.9.019.43:316.622-057.875:616-036.12

К. В. Толкач

ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

Статья посвящена изучению процессов копинг-поведения у студентов с хроническими заболеваниями. В рамках работы рассмотрены стили и стратегии совладающего поведения, применяемые студентами с хроническими заболеваниями для саморегуляции психических состояний, возникающих в трудных ситуациях учебной и повседневной жизнедеятельности студентов.

Современный мир характеризуется динамичными изменениями во всех сферах жизни. Возникает проблема функционирования и приспособления человека к постоянно изменяющимся условиям. Одним из факторов, помогающих справиться с подобной ситуацией, является совладающее поведение или копинг.

Изучение процессов копинг-поведения, по мнению В. А. Бодрова [1, с. 24], представляется для психологии методологическим шагом вперед, а результаты исследований имеют огромные возможности для практического применения (повышение эмоциональной устойчивости, стрессустойчивости человека, его психологического благополучия, обучение навыкам совладающего поведения как профилактики психического здоровья).

Копинг-стратегии – это сознательно сформулированные способы совладания, которые человек может использовать для преодоления возникших трудностей.

По мнению В. А. Бодрова, процесс совладающего поведения является проявлением индивидуальных личностных способов взаимодействия с окружающим миром, в котором проявляются особенности субъекта и характеристики ситуации, отраженные в его сознании в категориях ценности, значимости и последствий конкретного события. То есть, данный способ поведения субъекта выступает как способ защиты от нежелательного воздействия ситуации путем преобразования или смягчения ее требований в целях уменьшения или окончательной ликвидации условий развития стресса [1, с. 51].

Структура копинг-процесса представляет собой следующую цепочку звеньев: восприятие стрессовой ситуации – оценка личности как угроза или вызов – копинговое действие или реакция – успех копинга, новая оценка ситуации.