

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

МЕНЩИКОВА ВАЛЕРИЯ АЛЕКСАНДРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**РАЗВИТИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В СТАРШЕМ
ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

Направление подготовки
44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.
24.05.2024

Руководитель
старший преподаватель Перова Л.В.
24.05.2024

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.
24.05.2024

Обучающийся
Менщикова В.А.
24.05.2024

Дата защиты
28.06.2024

Оценка

Красноярск 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ	6
1.1. Понятие «смысложизненные ориентации» в психолого- педагогической литературе.....	6
1.2. Психологические особенности смысложизненных ориентаций в старшем подростковом	9
1.3. Средства развития смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.	12
Выводы по Главе 1.....	15
ГЛАВА 2. ЭСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ	17
2.1. Организация и методики исследования	17
2.2. Анализ результатов констатирующего эксперимента	19
2.3. Комплекс занятий по развитию смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.....	27
Выводы по Главе 2	40
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	42
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	44
ПРИЛОЖЕНИЕ	46

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время большое внимание уделяется проблеме развития смысложизненных ориентаций. Это связано с тем, что поиск себя и понимание смысла жизни становятся актуальными для человека на любом этапе его развития.

В подростковом возрасте человек достигает социальной и эмоциональной зрелости, приобретает опыт, способности и готовность или нежелание брать на себя роль взрослого. С принятием этой роли у подростка начинает формироваться смысловая сфера ценностей, которая затем определяет ориентиры направленности смысла жизни человека и его смыслового содержания. Происходит начальное формирование мировоззрения, строятся жизненные планы, происходит самоопределение в профессии, перестраивается сфера общения.

Развитие ценностных ориентаций как целостной психологической структуры начинается в период между старшим подростковым и началом юношеского возраста. В этот период формируется высший механизм целеполагания, который выражается в некотором "замысле", плане жизни, связанном со способностью "осуществить самопроецирование в будущее не только как постановку конкретных целей, но и как самопроектирование". Внутренний мир и индивидуальные смысловые ориентации приобретают в этот период самодостаточность и особую ценность. Формируются предпосылки для становления высшей системы регуляции, основанной на логике свободного выбора, характерной для зрелой личности.

Такие ученые, как К. Д. Алексеев, К. В. Григорьев, А. И. Головач, А. А. Козлов, И. С. Кон, С. Т. Лисовский и другие, затронули проблему жизненных установок в подростковом возрасте, подчеркнув важность успешного формирования своих навыков. жизненные ориентиры для гармоничного развития личности, с помощью средства разработки работы по семантике той или иной области.

Цель работы – изучить развитие смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.

Объектом исследования является - смысложизненные ориентации.

Предметом исследования — развитие смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.

Гипотеза исследования основана на предположении о том, что развитие смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте будет проходить результативно при реализации комплекса занятий с элементами игрового тренинга.

Задачи исследования:

1. Изучить понятие смысложизненных ориентаций в работах отечественных психологов;
2. Рассмотреть особенности формирования смысложизненных ориентаций в подростковом возрасте;
3. Рассмотреть средства развития смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте;
4. Организовать и реализовать эмпирическое исследование для изучения развития смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте;
5. Реализовать программу развития смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте и проверить ее результативность.

Методы исследования:

1. Методы теоретического анализа (изучение, анализ и обобщение психолого-педагогической литературы по теме исследования);
2. Эмпирические (опрос, количественный и качественный анализ данных);

Методики исследования:

1. Тест «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева;
2. Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича.

База исследования: МАОУ СШ г. Красноярска.

Выборка исследования: возраст испытуемых 15-17 лет — старшие подростки.

Структура работы.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, шести параграфов заключения, списка использованной литературы, приложений. Во введении обоснована актуальность исследования, а также объект, предмет, цель, задачи, методы исследования.

В первой главе «Теоретические основы развития смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте», рассматриваются: понятие смысложизненные ориентации» в психолого-педагогической литературе; психологические особенности смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте; средства развития смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.

Во второй главе «Экспериментальное исследование смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте», рассматриваются: организация и методики исследования; анализ результатов констатирующего эксперимента; комплекс занятий по развитию смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

1.1. Понятие «смысложизненные ориентации» в психолого- педагогической литературе

Каждый автор объясняет смысл жизни на основе своих исследований и жизненного опыта. Формирование значимых жизненных ориентиров происходит в процессе усвоения социального опыта и может быть понято в целях, ценностях и поведении человека.

Сократ считает, что человеку нужно заботиться о своей цели и смысле жизни, о моральной чистоте своей души, а не о желании достичь славы, которое часто приводит к совершению преступлений. Тело дано человеку для того, чтобы питать его душу, то есть для развития его духовных и моральных качеств. По мнению Сократа, девизом человека должны быть слова древнего мудреца Фалеса: "Познай себя" [2].

Философ Платон считал, что смысл жизни заключается в познании, активности и стремлении к моральной чистоте души. Он утверждал, что стать подобным Богу означает быть добродетельным и благочестивым, с осознанием в сердце. Затем он добавляет, что нет другого способа слияния с божеством, кроме как стать настолько праведным, насколько это возможно [3].

Таким образом, смысл жизни в глазах философов Средневековья заключался в познании Бога. Они считали это главной задачей человека и его высшей целью – познания Бога и уверенности в себе. Смысл жизни определялся как любовь к Богу и созерцание его [3].

Д. А. Леонтьев рассматривал смысл жизни и личный смысл как два разных понятия. Смысл жизни — это базовая, обобщенная и динамичная система ценностей, которая зависит от общей жизненной направленности субъекта. Смысл жизни трансформируется и эмоционально отражается в личном смысле.

Д. А. Леонтьев вводит термин "смысловые ориентации", которые делятся на два уровня: первый уровень включает потребности, личностные ценности, смысл жизни, мировоззрение и отношение к себе; второй уровень - внутренний мир человека [5].

В работах Д. А. Леонтьева, в рамках концепции взаимодействия субъекта и объекта, понятие субъективных ценностей связано с понятием значимости, что означает, что индивидуальные представления о ценностях связаны с эмоциональной и мотивационной сферой [5].

В. Е. Чудновский писал, что у человека, основное место которого занимают мотивы поиска смысла жизни и построения собственной судьбы, проявляется формирование жизненной направленности личности. В. Е. Чудновский определяет смысл жизни как «идею жизни», содержащая цель человеческой жизни, «соответствующая» ему и становящаяся для него чрезвычайно высокой ценностью, утрата которой может привести к решению человека прекратить свое существование на земле» [19].

В. С. Мухина сказала, что у человека есть проблемы с ценностями жизни. Человек пытается сформировать свою позицию по отношению к себе и другим, а также по отношению к жизненным ценностям. Наличие значимых жизненных ориентиров определяет поведение человека, личностное развитие, интересы, выбор жизненного пути и самоопределение [12].

М. Рокич рассматривал ценности как разновидность устойчивого убеждения, что некая цель или способ существования предпочтительнее, чем иной. Природа человеческих ценностей по Рокичу: общее число ценностей, являющихся достоянием человека, сравнительно не велико, все люди обладают одними и теми же ценностями, хотя и в различной степени, ценности организованы в системы, истоки человеческих ценностей прослеживаются в культуре, обществе и его институтах и личности. влияние ценностей прослеживается практически во всех социальных феноменах, заслуживающих изучения [15].

М. Рокич различает два класса ценностей — терминальные и инструментальные. Терминальные ценности М. Рокич определяет как убеждения в

том, что какая-то конечная цель индивидуального существования (например, счастливая семейная жизнь, мир во всем мире) с личной и общественной точек зрения стоит того, чтобы к ней стремиться; инструментальные ценности — как убеждения в том, что какой-то образ действий (например, честность, рационализм) является с личной и общественной точек зрения предпочтительным в любых ситуациях. По сути, разведение терминальных и инструментальных ценностей производит уже достаточно традиционное различение ценностей-целей и ценностей-средств [15].

Известный немецкий философ И. Кант считал, что главная цель его философии заключается в понимании человека, так как человек является его собственной конечной целью, а его основное отличие от других живых существ заключается в том, что все, что формирует его внутренний мир, является субъективным. Факт того, что человек может осознавать свое "я", выделяет его над всеми остальными живыми существами на земле. Благодаря этому он является человеком, и благодаря единству своего сознания со всеми изменениями, которые он может претерпеть, он остается одним и тем же человеком, то есть животными, которых можно лечить и управлять по своему усмотрению. Согласно Канту, смысл жизни не находится во внешнем мире, а скрыт внутри каждого человека [1].

Создатель психоанализа, З. Фрейд, австрийский психиатр и психолог, считал, что смысл жизни заключается в достижении счастья, получении наслаждений и избегании болезней и несчастий. Одновременно Фрейд высоко ценит сексуальную любовь, считая ее наиболее сильным переживанием "потрясающего удовольствия". Также признается, что человек испытывает огромное удовольствие от красоты, будь то красота человеческих форм, природы или художественных произведений. Знание истины имеет большое значение - профессиональная деятельность приносит удовлетворение человеку, особенно когда она выбирается им самостоятельно [3].

Гуманистические психологи К. Роджерс и А. Маслоу считают, что смысл и цель человеческой жизни видят в самоактуализации человека, реализации всех его способностей, возможностей во внешней деятельности [14].

Этому возражает автор логотерапии В. Франкл, который считает, что «реальная цель человеческой жизни не может быть достигнута путем самоактуализации» [18, с. 17].

Анализируя подходы психологов, можно сделать вывод: свои установки на смысл жизни человек определяет с помощью самосознания, то есть личностных ценностей, мировоззрения, потребностей, приводящих к способности выполнять значимую управленческую функцию поведение. Подходы к пониманию смысла жизненных ориентаций человека образуют довольно широкий спектр. Большинство ученых согласны с тем, что ценности и жизненные ориентации людей не существуют в отрыве от общественного контекста, они зависят от потребностей и интересов социальных групп, а также являются субъективным выражением и исторически обусловлены.

1.2. Психологические особенности смысло-жизненных ориентаций в старшем подростковом

В период старшего подросткового возраста, происходит развитие, которое определяется возрастными особенностями и сильно влияет на формирование личности. Этот переход из детства во взрослую жизнь сопровождается значительными изменениями в психике, которые меняют привычные отношения с людьми, условия жизни и занятия [2].

Важным аспектом социальной ситуации развития старшего подросткового возраста является установление отношений с окружающими. Подростки начинают строить свои социальные связи, общаться с друзьями и родителями, искать поддержку и понимание [2].

Важно помнить, что каждый уникален и проходит свой собственный путь развития. Поддержка со стороны родителей, учителей и близких людей играет важную роль в формировании здоровой социальной среды для старших подростков. Старший подростковый возраст — это период перемен и возможностей, который требует внимания и заботы со стороны общества. Важно создавать условия для

развития подростков, помогать им в поиске своего пути и поддерживать их в их стремлениях.

Ведущая деятельность в этом возрасте – учебно-профессиональная, в которой формируются такие новообразования, как мировоззрение, профессиональные интересы, активная деятельность в социальной сфере, самосознание, идеалы и мечты [2].

Подросток проводит сравнение себя с взрослыми и детьми, и приходит к выводу, что он уже не ребенок, а скорее взрослый человек. Он начинает ощущать себя взрослым и ждет признания от родителей и сверстников, что он уже самостоятелен и имеет значение в обществе. Основными психологическими потребностями старшего подростка являются стремление к независимой жизни, желание общаться со сверстниками и взрослыми, получение признания и уважения от других людей, а также освобождение от влияния взрослых.

Изучение ориентиров оценки старшего подросткового возраста является важным фактором в формировании личного и профессионального самоопределения. Личное самоопределение, то есть поиск своего места в жизни и ценностных ориентаций, всегда тесно связано с профессиональным самоопределением [2].

Важной задачей является формирование ценностных ориентаций. Человек стремится сформировать внутреннюю позицию по отношению к себе и другим, а также нравственные ценности. Подросток стремится осознать и развить свою уникальность, следовательно, необходимо изолировать себя от семейного "мы". Однако подросток еще не может быть по-настоящему наедине со своим «Я»: он еще не способен глубоко и объективно оценивать себя, его «я» направлено на «Мы», которое составляют его сверстники [16].

Старший подростковый возраст — это период, когда молодые люди стремятся к самостоятельности и выражению своей индивидуальности. Они хотят быть замеченными, достичь высокого статуса, получить признание и поднять свою самооценку и уважение к себе. Все это определяет их поведение в этом возрасте [12].

Подростковым возрастом называют возраст активной индивидуализации, этап борьбы за самоутверждение. Желание выделиться, занять высокое положение,

заслужить уважение, признание собственной ценности и возможность повысить свою самооценку и самооценку определяет поведение детей в подростковом возрасте [12].

В этом возрасте происходит своего рода отмена прежних ценностей и стремлений, появляется платформа для построения будущего. Подростки осознают важность и возможность перестройки, обогащения смысла жизни и овладения опытом. Именно этот период считается эпохой самопознания, формирования личности и мировоззрения [13].

Именно в подростковом возрасте сознание, пройдя через множество объектов отношений, само становится объектом самосознания и, дополняя структуру характера, обеспечивает его целостность, способствует формированию и стабилизации личности. В процессе развития самосознания внимание подростков все чаще переносится с внешней стороны личности на ее внутреннюю часть, от более или менее случайных черт характера до характера в целом [12].

Осмысленные жизненные ориентации не прекращаются ни на одном этапе подросткового возраста, а продолжают развиваться на протяжении всей жизни.

Характерными чертами осмысленных жизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте являются:

1. В старшем подростковом возрасте происходят глубокие изменения условий, влияющих на личностное развитие;
2. Осмысленные жизненные ориентиры зависят от сформированности личностного и профессионального самоопределения и рефлексии, происходящих в старшем подростковом возрасте;
3. В старшем подростковом возрасте больше фокусируется внимание на общении со сверстниками и самооценке в обществе;
4. В старшем подростковом возрасте возникают расхождения в жизненных установках и ценностях.

1.3. Средства развития смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.

Формирование смысложизненных ориентаций будет проходить более эффективно, если использовать в образовательном процессе школы следующие рекомендации. Данные рекомендации могут помочь подростку освоить ценности мира взрослых, создать для этого условия, целенаправленно влиять на развитие осмысленных жизненных направлений.

1. Накопить и обобщить рефлексивный опыт самоопределения подростков;
2. Сформировать мотивационный компонент;
3. Сформировать представление о реальных возможностях и способностях, а также личные жизненные планы;
4. Расширить личностное коммуникативное пространство;
5. Развивать способность к прогнозированию;
6. Сопряжение ценностного и деятельного плана жизни через целеполагание, планирование и проектирование способа реализации ценностей;
7. Побуждать активный интерес к деятельности, развивать правильное восприятие, формировать чувства и представления подростков, стимулировать их нравственно — эстетические переживания, способность к эмоциональной отзывчивости;
8. Побуждать подростков к самостоятельным действиям;
9. Развивать у подростков чувство уверенности в себе;
10. Формировать у подростков чувство ответственности, посредством работы в парах и группах.

Для развития смысложизненных ориентаций, подойдут тренинговые занятия или игровые формы взаимодействия, например:

1. «Ценности и жизненное пространство». Цель: показать, расширяет или сужает жизненное пространство человека то, что для него ценно, к чему он стремится и чем занимается. Пространство это может быть рассмотрено в перспективе времени, как определяющее для людей, вещей, природы, для развития

собственной личности. Ценности влияют на действия, мысли, оценки, ощущения, убеждения и принятие решений.

2. Игра «Пять шагов». Цель: повышение готовности участников выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

3. Упражнение «Кто Я?». Цель: способствование развитию самоанализу.

4. Упражнение «Автопилот». Цель: осознание своих устремлений. Повышение уверенности в своих силах.

5. Упражнение. «Ценности и приоритеты». Цель: определение основных ценностей каждого участника и расставление приоритетов, и определение для себя основные критерии, исходя из которых необходимо определять дальнейшие шаги по планирование и достижению жизненных целей.

С помощью данных методик, можно изучить и проследить развитие смысло-жизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.

«Смысло-жизненные ориентации» Д.А. Леонтьева была создана автором с целью найти новые, нетрадиционные подходы к эмпирическому изучению и диагностике сложных структур субъективной реальности, таких как динамические смысловые системы сознания. В процессе разработки методики был применен новый методический прием исследования смысловых систем путем анализа их отражения в индивидуальном мировоззрении. Данная методика позволяет изучить мировоззренческие представления человека, связанные с различными сферами жизни, и с ее помощью возможно отследить изменения смысловых ориентаций в течение времени [10].

Рефлексивный тест-самоотчет «Кто я?» от В. С. Мухиной предназначен для описания ценностных ориентаций человека в контексте его личности. Целью теста является стимулирование глубокого самоанализа, предлагая испытуемому ответить на вопрос «Кто я?». Автор предполагает, что для достижения рефлексии над глубинной личностной сущностью человека необходимо специально организовать условия самопознания. Исследователь подчеркивает важность периодического сосредоточения человека на сущностных особенностях собственной личности и

отвечая на вопрос «Кто я?». Такой метод является способом рефлексии над собой, своей глубинной сущностью, жизненными установками, особенностями и иерархией личностных свойств, а также целями в жизни. Результаты этого теста могут быть полезными для психодиагностики подростков [11].

Метод каузометрии, разработанный А.А. Кроником и Е.И. Головахой, позволяет человеку формировать субъектное, самодетерминирующее и ответственное отношение к своей жизни. Каузометрический подход в психологии жизненного пути предоставляет эффективную психологическую технику для анализа и проектирования различных вариантов жизни, помогая при этом принять ответственные и обдуманые решения. Главной целью каузометрического анализа является воссоздание жизненного пути индивидуума, основываясь на его собственных оценках и реконструкции причинно-следственных и целевых связей между жизненными событиями, личностными характеристиками и значимыми людьми [7].

В качестве метода, который был выбран для выявления специфики и содержания смысла жизни в указанных группах, был использован метод анкетирования. Этот метод был выбран из-за его точности, которая с наибольшей степенью соответствует требованиям поставленной задачи. Для проведения исследования была использована анкета, разработанная В.Э. Чудновским и ранее применявшаяся в исследованиях Г.А. Вайзера. Три характеристики смысла жизни, выделенные В.Э. Чудновским: масштабность, инертность и динамику, а также иерархию смыслов [21].

Методика «Ценностные ориентации» Рокича, направленная на изучение ценностных ориентаций, предоставляет возможность исследовать предпочтения личности и определить ее отношение к окружающему миру, другим людям и самому себе, а также способ восприятия мира и основу "философии жизни". Милтон Рокич выделяет две категории ценностей - терминальные и инструментальные [14].

- Терминальные ценности Милтон Рокич определяет как убеждения в том, что определенная конечная цель в индивидуальном существовании (например,

счастливая семейная жизнь, взаимопонимание во всем мире) стоит того, чтобы стремиться к ней как с личной, так и с общественной точки зрения.

- Инструментальные ценности, в свою очередь, представляют собой убеждения в том, что определенные способы действий (например, честность, рационализм) являются предпочтительными как с личной, так и с общественной точки зрения в любой ситуации. В итоге, разграничение терминальных и инструментальных ценностей является достаточно распространенным подходом в классификации ценностей на цели и средства.

Выводы по Главе 1

Каждый автор объясняет смысл жизни на основе своих исследований и жизненного опыта. Формирование значимых жизненных ориентиров происходит в процессе усвоения социального опыта и может быть понято в целях, ценностях и поведении человека.

Д. А. Леонтьев рассматривал смысл жизни и личный смысл как два разных понятия. Смысл жизни — это базовая, обобщенная и динамичная система ценностей, которая зависит от общей жизненной направленности субъекта.

В. Е. Чудновский определяет смысл жизни как «идею жизни», содержащая цель человеческой жизни, «соответствующая» ему и становящаяся для него чрезвычайно высокой ценностью, утрата которой может привести к решению человека прекратить свое существование на земле».

В. С. Мухина отметила, наличие значимых жизненных ориентиров определяет поведение человека, личностное развитие, интересы, выбор жизненного пути и самоопределение.

Зарубежные психологи XX века поставили перед собой цель вернуть человека в общество. З. Фрейд в основном относится к любви, способности любить и быть любимым. В то же время Фрейд высоко ценит одну из форм любви — сексуальную, считая ее сильнейшим переживанием «потрясающего удовольствия».

К. Роджерс, А. Маслоу, В. Франкл смысл и цель человеческой жизни видятся в самореализации человека, в реализации его способностей, в возможностях

внешней деятельности. Д. А. Леонтьев рассматривал - смысл жизни это базовая, обобщенная и динамичная система ценностей, которая зависит от общей жизненной направленности субъекта. Смысл жизни трансформируется и эмоционально отражается в личном смысле.

Анализируя подходы психологов, можно сделать вывод: свои установки на смысл жизни человек определяет с помощью самосознания, то есть личностных ценностей, мировоззрения, потребностей, приводящих к способности выполнять значимую управленческую функцию поведение. Подходы к пониманию смысла жизненных ориентаций человека образуют довольно широкий спектр. Большинство исследователей согласны с тем, что ценности и жизненные ориентации людей не существуют сами по себе, вне контекста общества, они обусловлены потребностями и интересами социальных авторов, также имеют форму субъективного выражения и исторически обусловлены.

Смысловые ориентации — это способ построения жизни человека в соответствии с присущей ему системой ценностей, смыслов и целей. Они выражаются в целях, идеалах, убеждениях, интересах и других аспектах сознания человека, которые определяют поведение и личностное развитие.

Старший подростковый возраст является одним из основных периодов формирования личности, включая осознание смысла жизни и ее целей. В этом возрасте только начинают формироваться значимые жизненные ориентиры. Создание важных направлений жизни зависит от формирования определения себя, оценки себя и мышления. Характерными чертами ценностных направлений жизни у подростков являются преобладание смысла профессиональной ориентации в их жизни, а также несоответствие установок и ценностей у подростков в более старшем возрасте.

ГЛАВА 2. ЭСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

2.1. Организация и методики исследования

Исследование проводилось на базе МАОУ СШ г. Красноярска. В экспериментальном исследовании участвовали ученики 9 класса численностью 30 человек.

Возраст испытуемых – 15-17 лет. Психологический климат в коллективе дружелюбный, отношения между учениками дружеские, в коллективе хорошо развито взаимопонимание и взаимопомощь. Обучающиеся уважают друг друга, и придерживаются правил поведения в группе. Устойчивых антипатий в группе нет. Учеников сближают как формальное, так и неформальное взаимодействие – в формальном их объединяют общие цели, задачи, учебная деятельность, в неформальном их объединяют дружеские отношения.

Дисциплина на занятиях хорошая, ученики активны, дисциплинированы, работоспособны, открыты и мотивированы к получению новых знаний. На занятиях ученики внимательны, сосредоточены, к решению учебных задач подходят творчески, самоорганизованы, инициативны.

Исследование состояло из следующих этапов:

- 1) констатирующий этап исследования – диагностика смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте;
- 2) формирующий этап исследования – разработка и реализация комплекса занятий с элементами игрового тренинга по развитию смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте;
- 3) контрольный этап исследования – повторная диагностика смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте для определения результативности разработанного комплекса занятий с элементами игрового тренинга.

Для исследования применялось методики:

Методика "Смысложизненные ориентации" (СЖО) Д.А. Леонтьева.

Цель: определить и выявить уровень смысложизненных ориентаций у старших подростков.

Опросник включает в себя наряду с общим показателем осмысленности жизни, также пять субшкал, отражающих три конкретных смысложизненных ориентации.

Тест СЖО содержит 20 пар противоположных утверждений, отражающих представление о факторах осмысленности жизни личности, по которым испытуемого просят оценить свое состояние. Каждая пара представляет собой шкалу, на которой испытуемый отмечает степень выраженности той или иной характеристики своего состояния. Для удобства каждому респонденту были предоставлены бланки для ответов (см. Приложение 1).

Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех 20 шкал и переводу суммарного балла в стандартные значения (проценты).

Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича.

Цель: изучение ценностных ориентаций старших подростков

Ценностные ориентации определяют содержание направленности личности, составляют ядро ее мотивации, жизненной концепции и отражают отношение человека к себе, окружающему миру и другим людям. Предлагаемая методика основана на прямом ранжировании списка ценностей.

М. Рокич различает два класса ценностей. Первый класс ценностей включает основные цели и ценности, которые важны для жизни каждого человека в целом. Второй класс состоит из ценностей, которые человек предпочитает в любой ситуации. Это разделение соответствует традиционному делению ценностей на цели и средства для достижения этих целей.

Инструкция: Вам предлагается два списка ценностей: список А (ценности - цели) и список Б (ценности - средства). Работайте с ними последовательно, не спеша, вдумчиво и внимательно. Присвойте каждой ценности списка определенный ранговый номер, соответствующий тому значению, которое вы придаете данной ценности в жизни по сравнению с другими.

2.2. Анализ результатов констатирующего эксперимента

Приведем результаты констатирующего эксперимента.

Определение уровня смысложизненных ориентаций у старших подростков по методике СЖО Леонтьева оценивалась по пяти субшкалам: цели в жизни, процесс жизни, результативность жизни, локус контроля –Я, локус контроля – жизнь.

Таблица 1

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Цели в жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Цель в жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	20%	70%	10%

По результатам тестирования выявилось, что по субшкале «Цели в жизни» имеет высокий уровень 10% учащихся, что характеризует наличие в жизни целей в будущем, осмысленность жизни, перспективу; 70% обучающихся в контрольной группе показали средний уровень, что свидетельствует о временных целях и перспективах в жизни; у 20% учеников отсутствует цель в жизни, что соответствует низкому уровню.

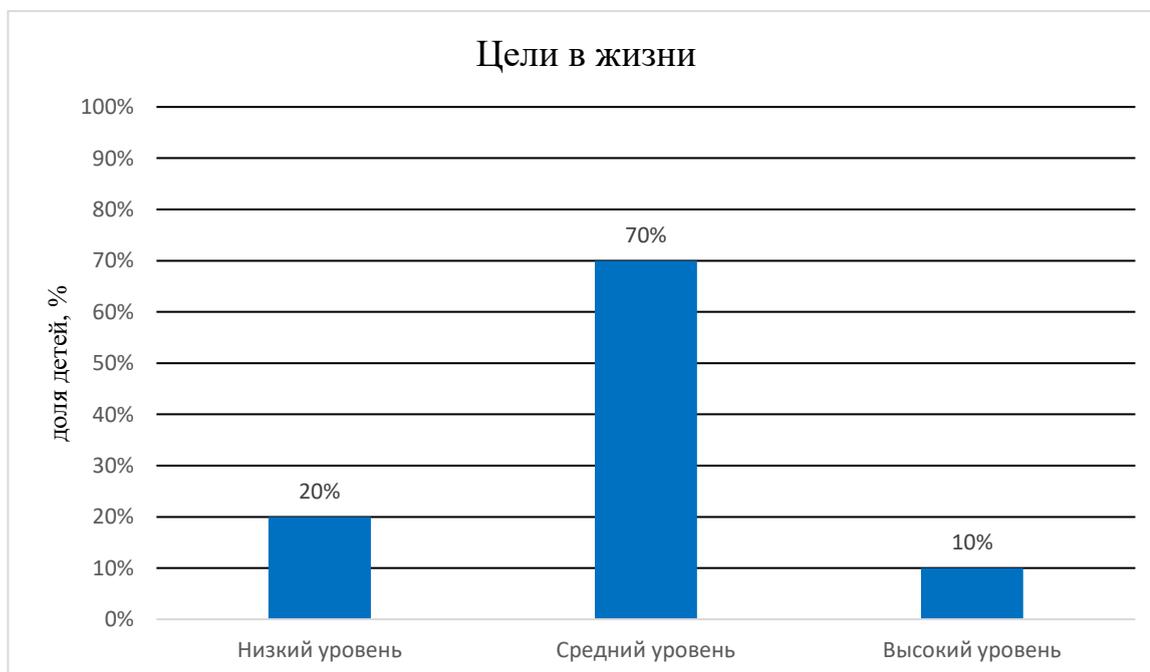


Рисунок 1. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Цели в жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Процесс в жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	30%	60%	10%

По результатам тестирования выявилось, что по субшкале «Процесс жизни» высокий уровень 10% учащихся-это свидетельствует о том, что обучающийся воспринимает процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом; 60% обучающихся воспринимают процесс жизни как интересный, но эмоционально ненасыщенный, что соответствует среднему уровню; 30% ученика испытывают неудовлетворённость своей жизнью в настоящем, что говорит о низком уровне процесса жизни.

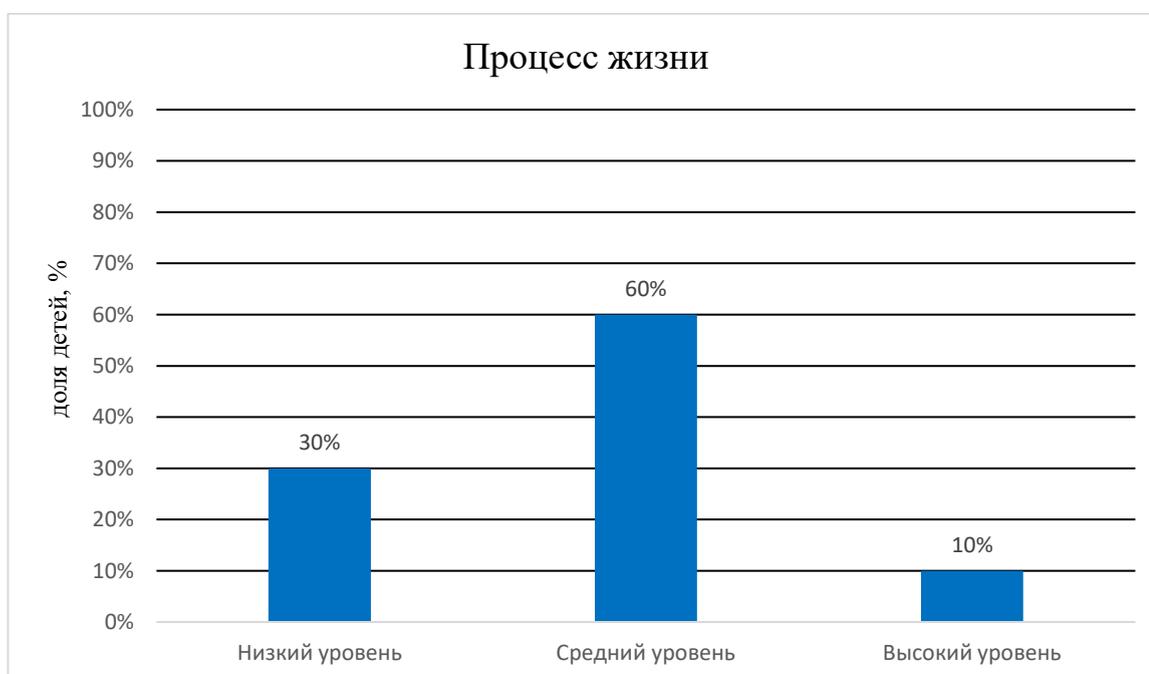


Рисунок 2. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Результативность жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	30%	50%	20%

По результатам тестирования выявилось, что по Субшкалы «Результативность жизни» высокий уровень имеют 20% учащихся это свидетельствует о том, что обучающиеся удовлетворены самореализацией, считают прожитый отрезок жизни продуктивным; 50% обучающихся в недостаточной степени удовлетворен самореализацией, что говорит о среднем уровне; 30% ученика неудовлетворены прожитой частью жизни- низкий уровень.

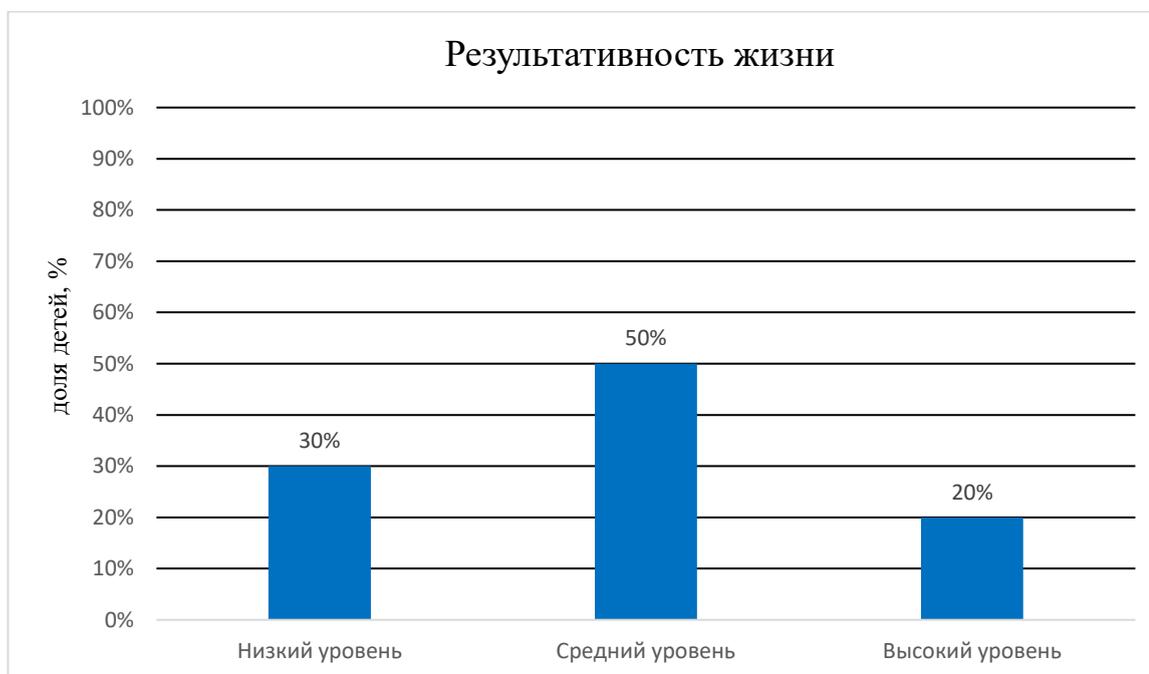


Рисунок 3. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Таблица 4

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Локус контроля - Я» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Локус контроля - Я»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	40%	50%	10%

По результатам тестирования выявилось, что по Субшкале «Локус контроля — Я», высокий уровень имеют 10% учащихся — это свидетельствует о том, что обучающиеся оценивают себя как сильную личность, обладают свободой выбора; 50% обучающихся оценивают себя как формирующиеся личность, что говорит о среднем уровне; 40% ученика ощущают неверие в свои силы контролировать события собственной жизни - низкий уровень.

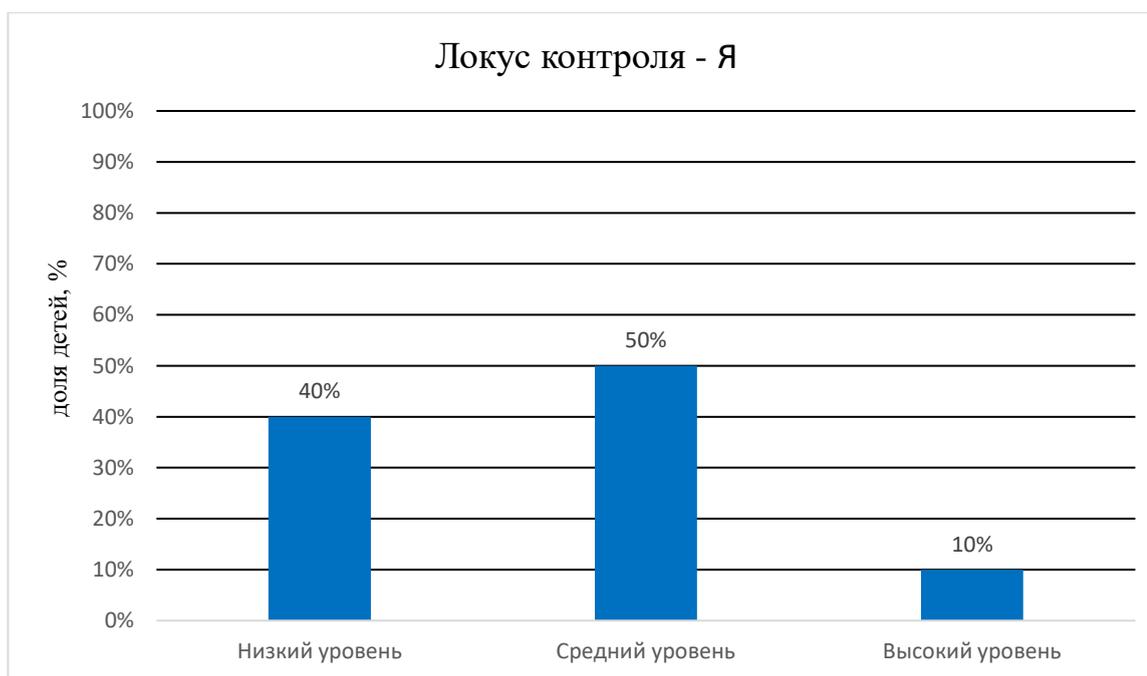


Рисунок 4. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Локус контроля - Я» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Таблица 5

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Управляемость жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Управляемость жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	20%	60%	20%

По результатам тестирования выявилось, что по субшкале «Локус контроля — жизнь» высокий уровень имеет 20% учащихся - это свидетельствует о том, что обучающийся контролирует свою жизнь, свободно принимает решения и воплощает их в жизнь; 60% обучающихся затрудняются принимать решения и воплощать их в жизнь; 20% ученика убеждены в том, что жизнь неподвластна сознательному контролю - низкий уровень.

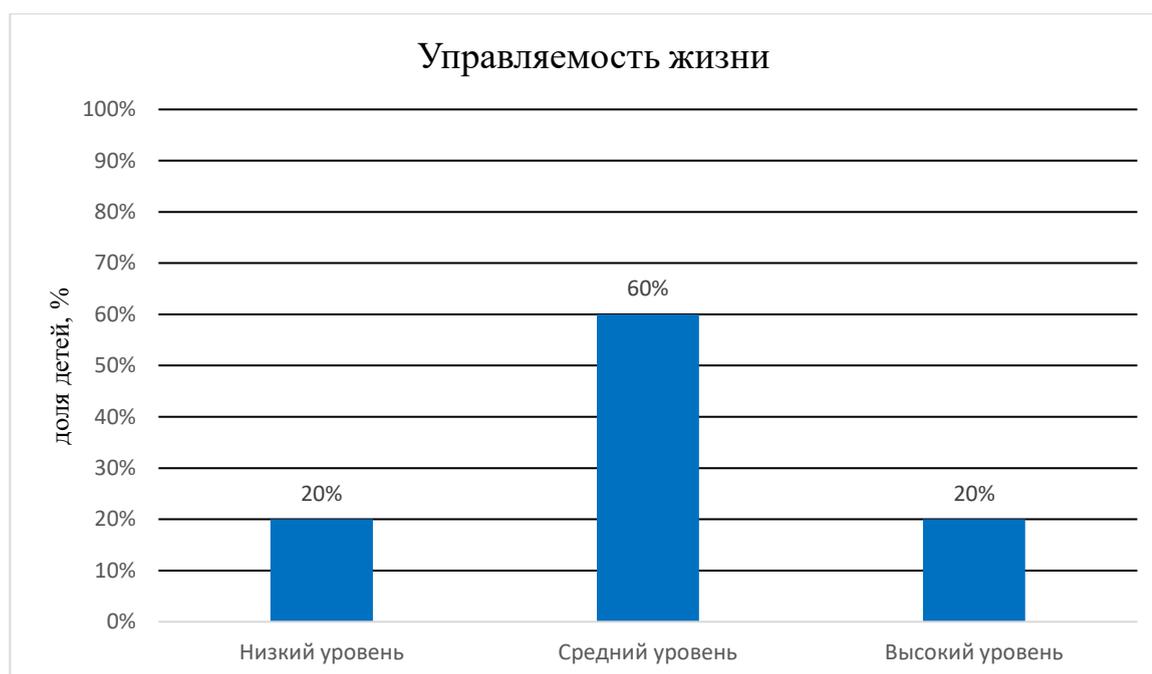


Рисунок 5. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Управляемость жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Таблица 6

Результаты исследования общего показателя осмысленности жизни по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Осмысленность жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	30%	60%	10%

Таким образом, мы определили осмысленность жизни обучающихся подросткового возраста: высокий уровень продемонстрировали 10%, что говорит о наличие в жизни целей на будущее, обучающиеся воспринимают процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом, удовлетворены самореализацией, считают прожитый отрезок жизни продуктивным, оценивают себя как сильную личность, обладают свободой выбора, контролирует свою жизнь,

свободно принимают решения и воплощает их в жизнь; средний уровень продемонстрировали 60% - цель в жизни и перспективы - неопределённые, обучающиеся воспринимают процесс жизни как интересный, но эмоционально ненасыщенный, в недостаточной степени удовлетворены самореализацией, оценивают себя как формирующуюся личность, затрудняются принимать решения и воплощать их в жизнь; низкий уровень показали 30% обучающихся, у них отсутствует жизненная цель, перспективы, испытывают неудовлетворённость своей жизнью в настоящем, неудовлетворенность прожитой частью жизни, неверие в свои силы контролировать события собственной жизни, обучающийся убежден в том, что жизнь неподвластна сознательному контролю.

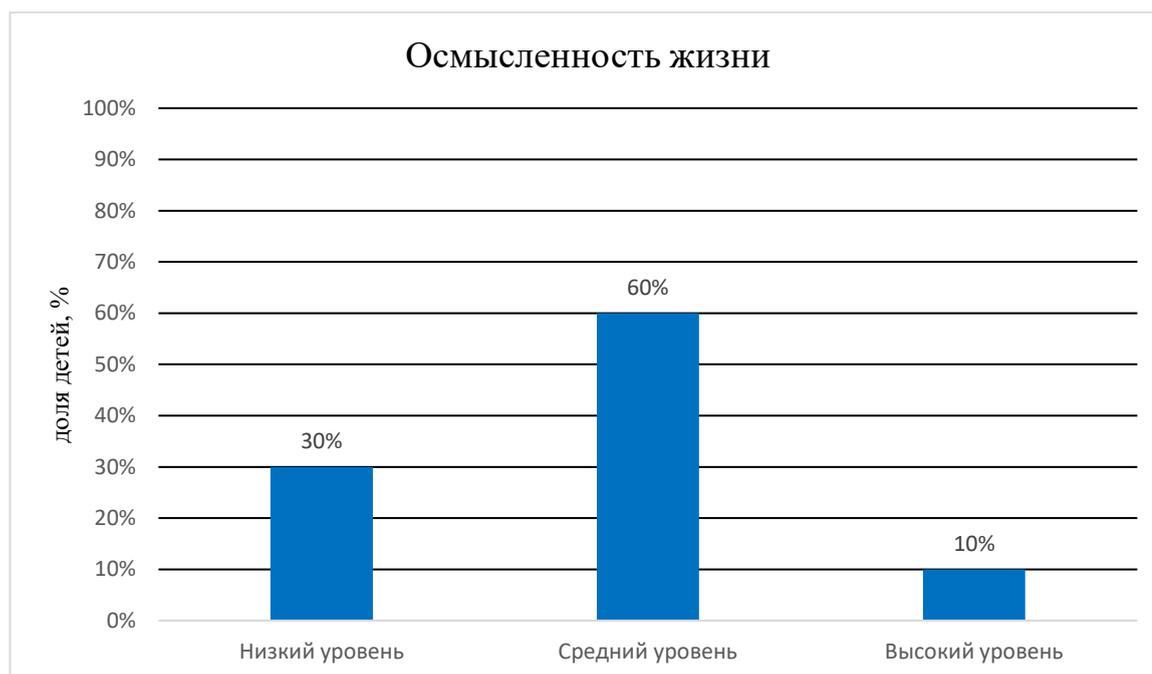


Рисунок 6. Результаты исследования общего показателя осмысленности жизни по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Таблица 7

Результаты исследования смысложизненных ориентаций у старших подростков по методике М. Рокича «Ценностные ориентации» (терминальные ценности)

Группа детей	Терминальные ценности					
	Счастливая семейная жизнь	Здоровье	Активная деятельность	Уверенность в себе	Наличие хороших и верных друзей	Познание
Первичная диагностика	12%	38%	10%	17%	15%	9%

Здоровье как ценность занимает первое место составляет 38% от общей группы. Таким образом, они к самым приоритетным ценностям относят семейные, нацелены на создание семьи в будущем. Для них важны гармоничные внутрисемейные отношения, любовь, поддержка, доверие среди членов семьи. Наличие хороших и верных друзей так же является значимой ценностью среди испытуемых 15%. Для них характерно поддерживать здоровый образ жизни. Уверенность в себе жизнь является одной из наиболее предпочитаемых ценностей 17%. Так же представлены наиболее значимые ценности, это как: счастливая семейная жизнь 12%, активная деятельность 10%, познание 9%.



Рисунок 7. Результаты исследования смысложизненных ориентаций у старших подростков по методике М. Рокича «Ценностные ориентации»

Таблица 8

Результаты исследования смысложизненных ориентаций у старших подростков по методике М. Рокича «Ценностные ориентации» (инструментальные ценности)

Группа детей	Инструментальные ценности					
	Честность	Твердая воля	Воспитание	Аккуратность	Независимость	Честолюбие
Первичная диагностика	22%	24%	19%	14%	13%	8%

Честность представляет собой способность личности выражать свою истинную позицию при любых обстоятельствах 22%. Это черта характера имеет

выражение в личных отношениях, профессиональной сфере, межличностном общении, а также немало важно быть честным по отношению к себе.

Твердая воля так же является одной из наиболее приоритетных ценностей, у экспериментальной группы 24%. Она представляет собой способность человека контролировать и управлять собственным поведением, преодолевать препятствия (как внешние, так и внутренние) для достижения собственных целей.

К наиболее приоритетным ценностям респонденты относят независимость 13%, воспитание 19%, аккуратность 14%, честность 8%.

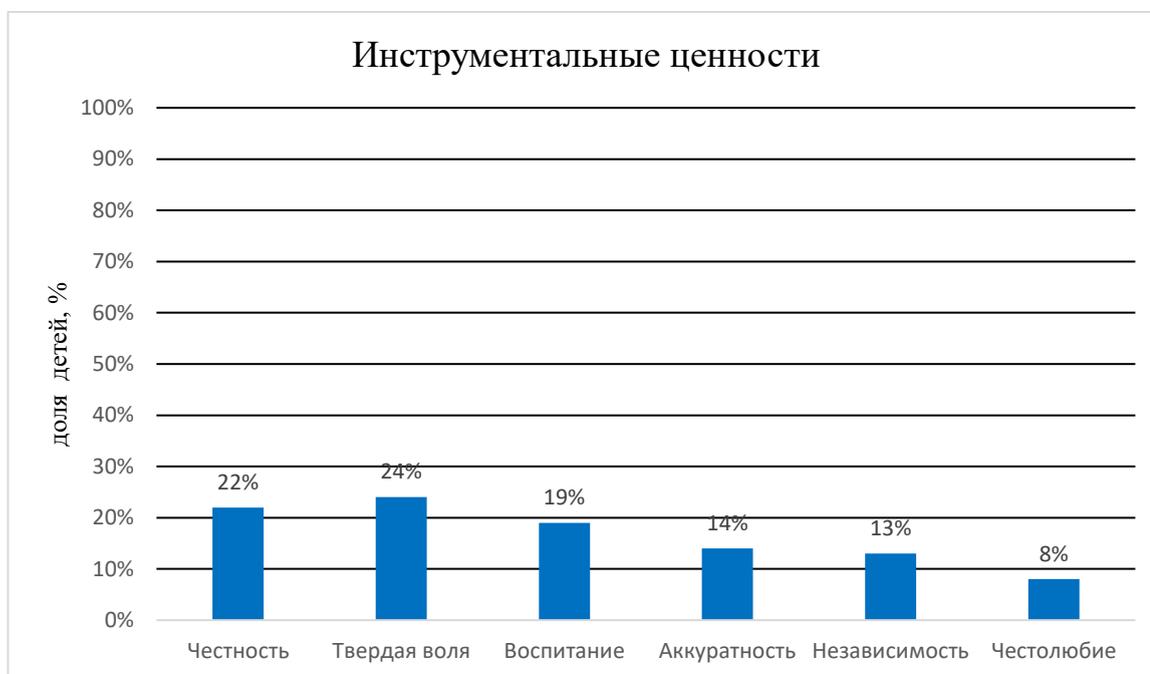


Рисунок 8. Результаты исследования смысложизненных ориентаций у старших подростков по методике М. Рокича «Ценностные ориентации»

Таким образом в двух исследований, можно сделать вывод, что данные у экспериментальной группы не сильно развиты некоторые ценности, поэтому развитие смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте будет проходить результативно при реализации комплекса занятий с элементами диагностики, теоретических аспектов, развивающих аспектов и аналитические.

2.3. Комплекс занятий по развитию смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте

Цель комплекса коррекционно-развивающих занятий: способствовать развитию смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.

Задачи:

1. Развить способность представлений о собственных возможностях, потребностях, интересах, ценностях;
2. Развить внутреннюю регуляцию в когнитивном, эмоционально-волевом поведенческом уровне;
3. Содействовать формированию общественно значимых мотивов выбора жизненного пути и профессии, места в мире и среди других людей.
4. Развить личности как субъекта собственной жизни, ответственности ее за свой свободный выбор, перед самим собой, близкими.

Отсутствие соревновательного начала, общность действий и эмоциональных переживаний создают особую атмосферу единства и близости со сверстниками, что благоприятно влияет на развитие общения и межличностных отношений.

Данная программа основана на работах Нуриманова Ф.К., и тренинга Немчинова Н., Торн К.

Комплекс коррекционно-развивающих занятий включает 10 групповых занятий, которые могут быть дополнены при необходимости. Проводятся по подгруппам, 1 раз в неделю длительностью 30 минут.

Структура занятий:

- 1) постоянный ритуал начала и завершения занятий, включает в себя проведение игр и упражнений на приветствие и настрой детей на занятие и упражнения на подведение итогов занятия.
- 2) игровые формы и дискуссионное взаимодействия.
- 3) продуктивная деятельность (на завершающих этапах).
- 4) рефлексия.

Занятие № 1.

1. Приветствие «Мои пожелания». Цель: создание настроения на предстоящую работу, снятие барьеров общения.

2. Упражнение. «Нарисуй свое имя». Цель: преодоление барьеров контакта.

3. Упражнение. «Качество, которое я ценю в людях». Цель: создание условий для лучшего восприятия друг друга в процессе работы, развитие творческого воображения.

4. Упражнение. «Пожелание друга». Цель: осознание участником группы необходимости пребывания в данной программе.

5. Рефлексия.

6. Окончание занятия. Упражнение «Разноцветные листы». Цель: увязывание собственных целей с целями остальных участников группы.

Занятие № 2.

1. Приветствие «Ассоциации». Цель: развитие чувства поддержки, создание доверительной атмосферы для дальнейшей работы.

2. Упражнение. «Демонстратор». Цель: реализация принципа уподобления для определения типов людей.

3. Упражнение. «Перекресток». Цель: упражнение заключается в том, что участники тренинга смогли сопоставить события и изменения в жизни, к которым привели.

4. Рефлексия.

5. Окончание занятия. Окончание занятия. Упражнение «Мне нравится...». Цель: оценить, насколько хорошо участники усвоили полученные знания и умения на занятии.

Занятие № 3.

1. Приветствие «Представление» Цель упражнения: - формирование установок на выявление позитивных личностных и других качеств; - умение представить.

2. Упражнение. «Пересядьте все те, кто...». Цель: упражнения: помочь участникам ближе узнать друг друга, какие качества и ценности являются общими для членов группы.

3. Упражнение. Игра «Мой портрет в лучах солнца». Цель: способствовать углублению процессов самораскрытия, учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.

4. Рефлексия.

5. Окончание занятия. Окончание занятия. Упражнение «Пожелания». Цель: оценить, насколько хорошо участники усвоили полученные знания и умения на занятии.

Занятие № 4.

1. Приветствие «Какой я?» Цель: Создание доброжелательной рабочей атмосферы, развитие умения понимать друг друга, обращая внимание на невербальные средства общения.

2. Упражнение. «Пустое место». Цель: Развитие умения видеть в людях отличительные особенности и адекватно принимать мнение о себе со стороны других.

3. Упражнение. «Друг для друга». Цель: развитие представлений о своей полезности для других людей.

4. Рефлексия.

5. Окончание занятия. Упражнение. «Бумажные мячики» Цель: достижение эмоциональной разрядки.

Занятие № 5.

1. Приветствие. «Подари улыбку». Цель: Создание доброжелательной рабочей обстановки.

2. Упражнение. «Ценностные ориентации». Цель: изучение реализации ценностных ориентации личности в реальных условиях жизнедеятельности.

3. Рефлексия.

4. Окончание занятия. «Смысл жизни». Цель: представление ценности жизни. Возможность открытия смысла и цели жизни.

Занятие № 6.

1. Приветствие. Упражнение «Встаньте в круг». Цель: создание положительного отношения к занятиям, настрой на продуктивное совместное взаимодействие.

2. Упражнение. Игра «Аукцион». Цель: работа с ценностными ориентациями молодежи, влияние на процесс становления ценностных ориентаций.

3. Упражнение. «Ценности и приоритеты». Цель: определение основных ценностей каждого участника и расставление приоритетов, и определение для себя основные критерии, исходя из которых необходимо определять дальнейшие шаги по планированию и достижению жизненных целей.

4. Рефлексия.

5. Окончание занятия. «Солнечные зайчики». Цель: оценить, насколько хорошо участники усвоили полученные знания и умения на занятии.

Занятие № 7.

1. Упражнение «Приветствие особым способом». Цель: создание положительного отношения к занятиям, настрой на продуктивную работу.

2. Игра «20 000 дней». Цель: Осознание своего жизненного плана, построение или вынесение во внешний план иерархии ценностных ориентаций, а также их «апробирование» в столкновении с «реалиями» игровой ситуации.

3. Рефлексия.

4. Обсуждение занятия.

Занятие № 8.

1. Приветствие. Упражнение «Встаньте в круг». Цель: создание положительного отношения к занятиям, настрой на продуктивное совместное взаимодействие.

2. Игра «Пять шагов». Цель: повышение готовности участников выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

3. Упражнение «Кто Я?». Цель: способствование развитию самоанализу.

4. Упражнение «Автопилот». Цель: осознание своих устремлений. Повышение уверенности в своих силах.

5. Рефлексия.

6. Окончание занятия. Упражнение. «Бумажные мячики» Цель: достижение эмоциональной разрядки.

Занятие № 9.

1. Приветствие. «Какой я?» Цель: Создание доброжелательной рабочей атмосферы, развитие умения понимать друг друга, обращая внимание на невербальные средства общения.

2. Упражнение «Ценности и жизненное пространство». Цель: показать, расширяет или сужает жизненное пространство человека то, что для него ценно, к чему он стремится и чем занимается. Пространство это может быть рассмотрено в перспективе времени, как определяющее для людей, вещей, природы, для развития собственной личности. Ценности влияют на действия, мысли, оценки, ощущения, убеждения и принятие решений.

3. Упражнение «Похожи ли мы друг на друга?». Цель: показать существование ценностей, которые нам дороги несмотря на то, что мы не говорим о них, и что есть люди, разделяющие наше мнение, а потому похожие на нас.

4. Упражнение «Давать». Цель: показать ценность отдачи. Достичь умения делиться с другими. Оценка чувств, связанных с дарением.

5. Рефлексия.

6. Обсуждение занятия.

Занятие № 10.

1. Упражнение «Перечень любимых вещей». Цель: показать, что вещи являются показателями ценностей.

2. Групповая дискуссия «Значение цели и ценностей в жизни человека». Цель: обсудить какой опыт был получен и какие смысло-жизненные ориентации смогли выявить.

3. Рефлексия.

4. Окончание занятия. Упражнение «Чемодан в дорогу». Цель: насколько успешно участники усвоили материал, полученный на тренинге, и насколько они готовы применять полученные знания на практике.

Результаты этапа контрольного исследования

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Цели в жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Цель в жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	20%	70%	10%
Вторичная диагностика	10%	75%	15%

По результатам контрольного исследования выявилось, что по субшкале «Цели в жизни» увеличился высокий уровень 15% учащихся, что характеризует наличие в жизни целей в будущем, осмысленность жизни, перспективу; 75% обучающихся в контрольной группе показали средний уровень, что свидетельствует о временных целях и перспективах в жизни; у 10% учеников отсутствует цель в жизни, что соответствует низкому уровню.

Среднее значение — это растущий показатель смысла жизни, цели, которую она содержит. Это говорит о том, что субъекты имеют тенденцию быть решительными, ставить цели и достигать их. Высокий показатель характеризует целеустремленность учащихся, их контроль над процессом постановки целей.

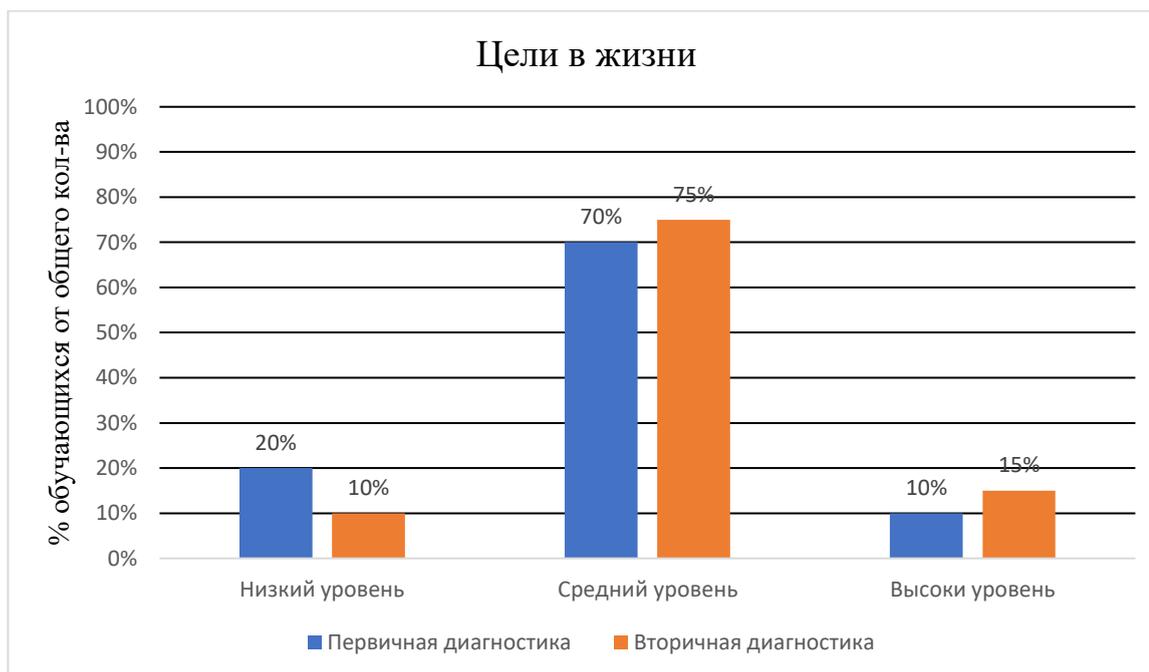


Рисунок 9. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Цели в жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Процесс в жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	30%	60%	10%
Вторичная диагностика	20%	70%	10%

По результатам контрольного исследования выявилось, что по субшкале «Процесс жизни» высокий уровень имеет 10% учащихся-это свидетельствует о том, что обучающийся воспринимает процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом; 70% обучающихся воспринимают процесс жизни как интересный, но эмоционально ненасыщенный, что соответствует среднему уровню; 20% ученика испытывают неудовлетворённость своей жизнью в настоящем, что говорит о низком уровне процесса жизни.

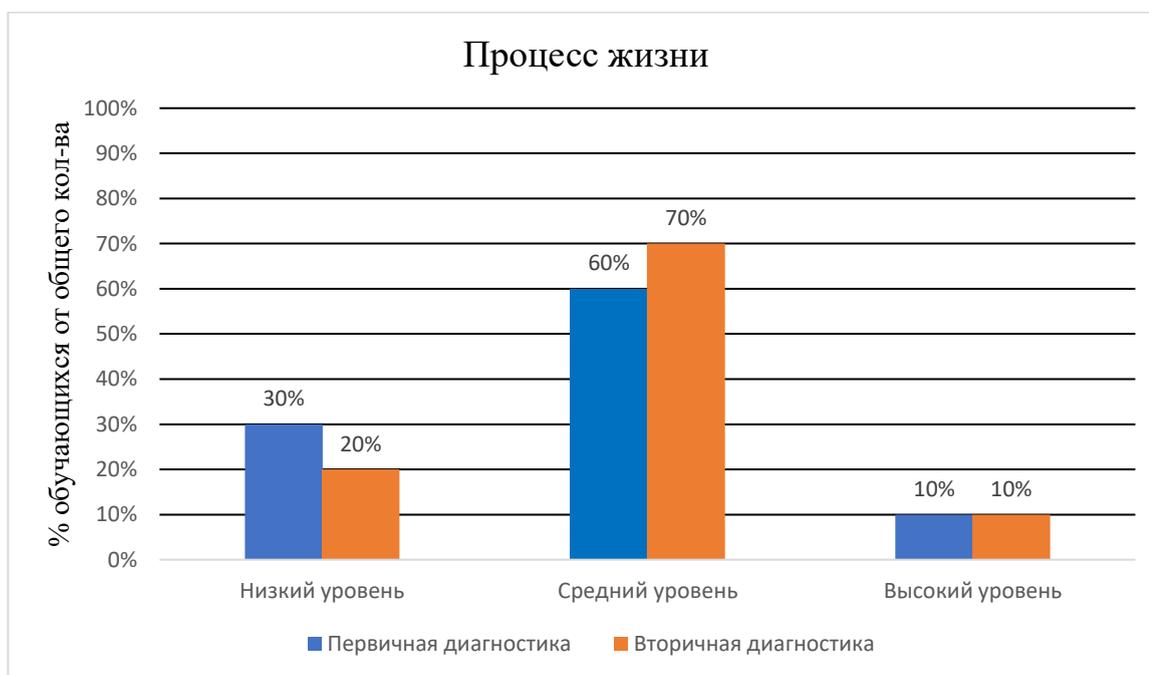


Рисунок 10. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Результативность жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	30%	50%	20%
Вторичная диагностика	10%	60%	30%

По результатам тестирования выявилось, что по Субшкалы «Результативность жизни» высокий уровень имеют 30% учащихся это свидетельствует о том, что обучающиеся удовлетворены самореализацией, считают прожитый отрезок жизни продуктивным; 60% обучающихся в недостаточной степени удовлетворен самореализацией, что говорит о среднем уровне; 10% ученика неудовлетворены прожитой частью жизни-низкий уровень.

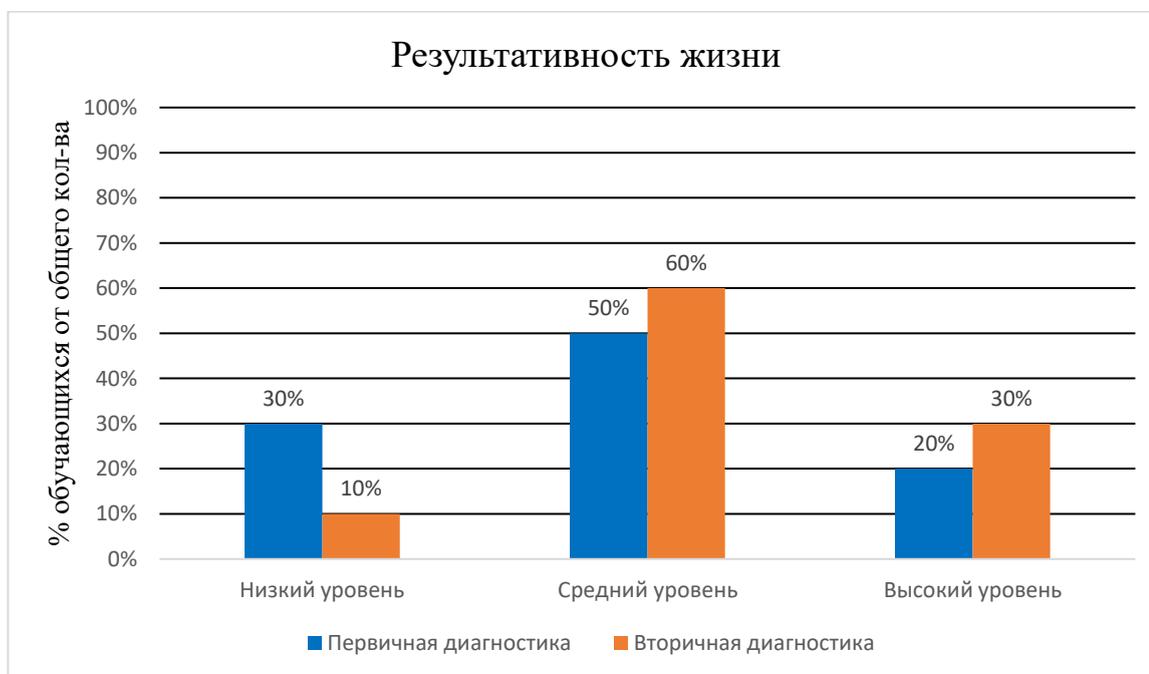


Рисунок 11. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Локус контроля - Я»
по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Локус контроля - Я»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	40%	50%	10%
Вторичная диагностика	20%	60%	20%

По результатам тестирования выявилось, что по Субшкале «Локус контроля — Я», высокий уровень имеют 20% учащихся — это свидетельствует о том, что обучающиеся оценивают себя как сильную личность, обладают свободой выбора; 60% обучающихся оценивают себя как формирующиеся личность, что говорит о среднем уровне; 20% ученика ощущают неверие в свои силы контролировать события собственной жизни -низкий уровень.

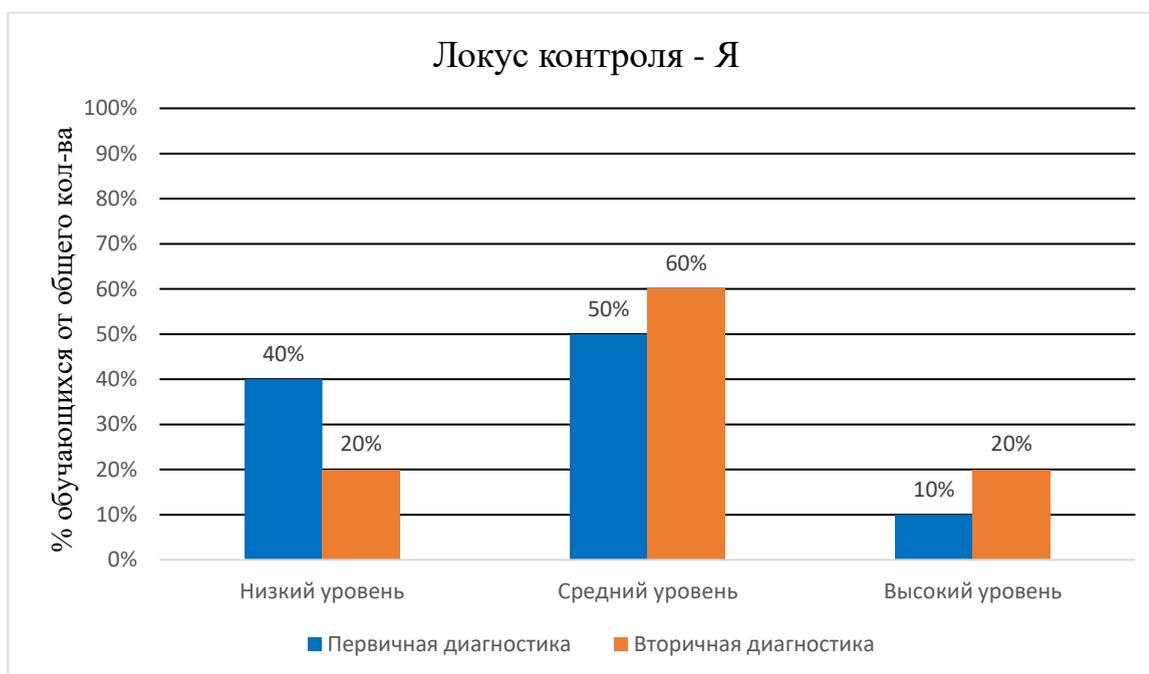


Рисунок 12. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Локус контроля - Я» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Управляемость жизни»
по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Управляемость жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	20%	60%	20%
Вторичная диагностика	10%	70%	20%

По результатам тестирования выявилось, что по субшкале «Локус контроля — жизнь» высокий уровень поднялся, 20% учащихся - это свидетельствует о том, что обучающийся контролирует свою жизнь, свободно принимает решения и воплощает их в жизнь; 60% обучающихся затрудняются принимать решения и воплощать их в жизнь; 10% ученика убеждены в том, что жизнь неподвластна сознательному контролю - низкий уровень.



Рисунок 13. Результаты исследования осмысленности жизни по шкале «Управляемость жизни» по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Таблица 14

Результаты исследования общего показателя осмысленности жизни по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Группа детей	«Осмысленность жизни»		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Первичная диагностика	30%	60%	10%
Вторичная диагностика	10%	70%	20%

Таким образом, мы определили осмысленность жизни обучающихся подросткового возраста: высокий уровень продемонстрировали 20%, что говорит о наличии в жизни целей на будущее, обучающиеся воспринимают процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом, удовлетворены самореализацией, считают прожитый отрезок жизни продуктивным, оценивают себя

как сильную личность, обладают свободой выбора, контролирует свою жизнь, свободно принимают решения и воплощает их в жизнь; средний уровень продемонстрировали 70% - цель в жизни и перспективы - неопределённые, обучающиеся воспринимают процесс жизни как интересный, но эмоционально ненасыщенный, в недостаточной степени удовлетворены самореализацией, оценивают себя как формирующуюся личность, затрудняются принимать решения и воплощать их в жизнь; низкий уровень показали 10% обучающихся, у них отсутствует жизненная цель, перспективы, испытывают неудовлетворённость своей жизнью в настоящем, неудовлетворенность прожитой частью жизни, неверие в свои силы контролировать события собственной жизни, обучающийся убежден в том, что жизнь неподвластна сознательному контролю.

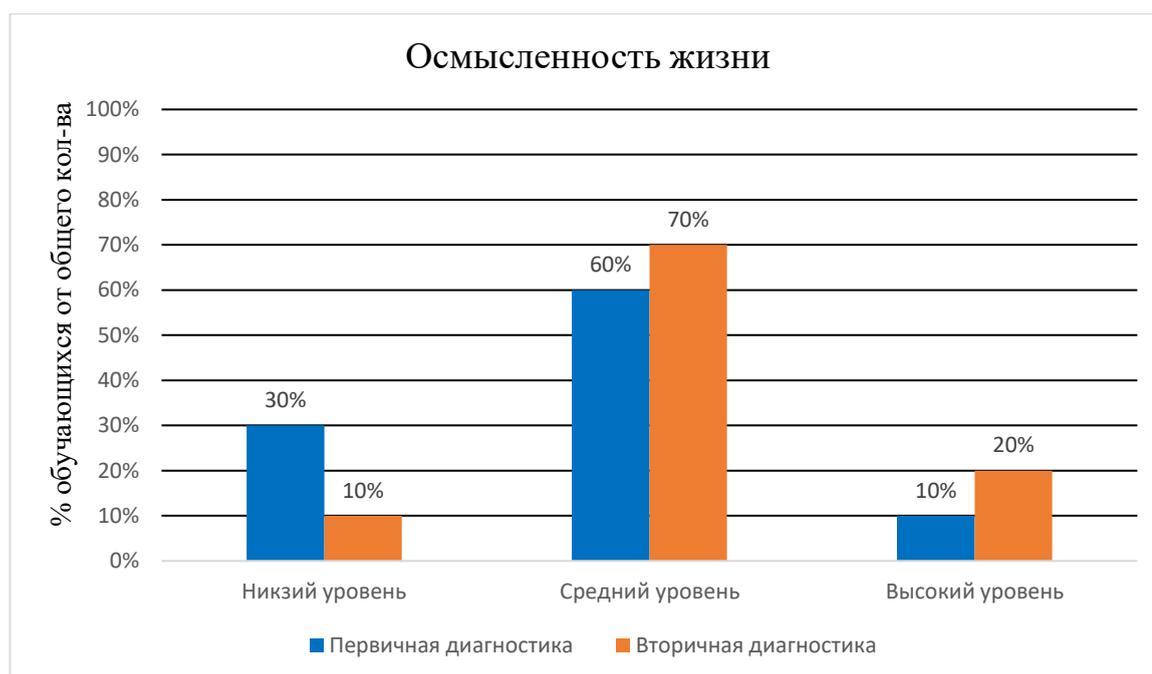


Рисунок 14. Результаты исследования общего показателя осмысленности жизни по тесту смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Таблица 15

Результаты исследования смысложизненных ориентаций у старших подростков по методике М. Рокича «Ценностные ориентации» (терминальные ценности)

Группа детей	Терминальные ценности					
	Счастливая семейная жизнь	Здоровье	Активная деятельность	Уверенность в себе	Наличие хороших и верных друзей	Познание
Первичная диагностика	12%	38%	10%	17%	15%	9%
Вторичная диагностика	13%	32%	14%	19%	16%	10%

Здоровье как ценность занимает первое место составляет 32% от общей группы. Таким образом, они к самым приоритетным ценностям относят семейные, нацелены на создание семьи в будущем. Для них важны гармоничные внутрисемейные отношения, любовь, поддержка, доверие среди членов семьи. Наличие хороших и верных друзей так же является значимой ценностью среди испытуемых 16%. Для них характерно поддерживать здоровый образ жизни. Уверенность в себе жизнь является одной из наиболее предпочитаемых 19%. Так же представлены наиболее значимые ценности, это как: счастливая семейная жизнь 13%, активная деятельность 14%, познание 10%.

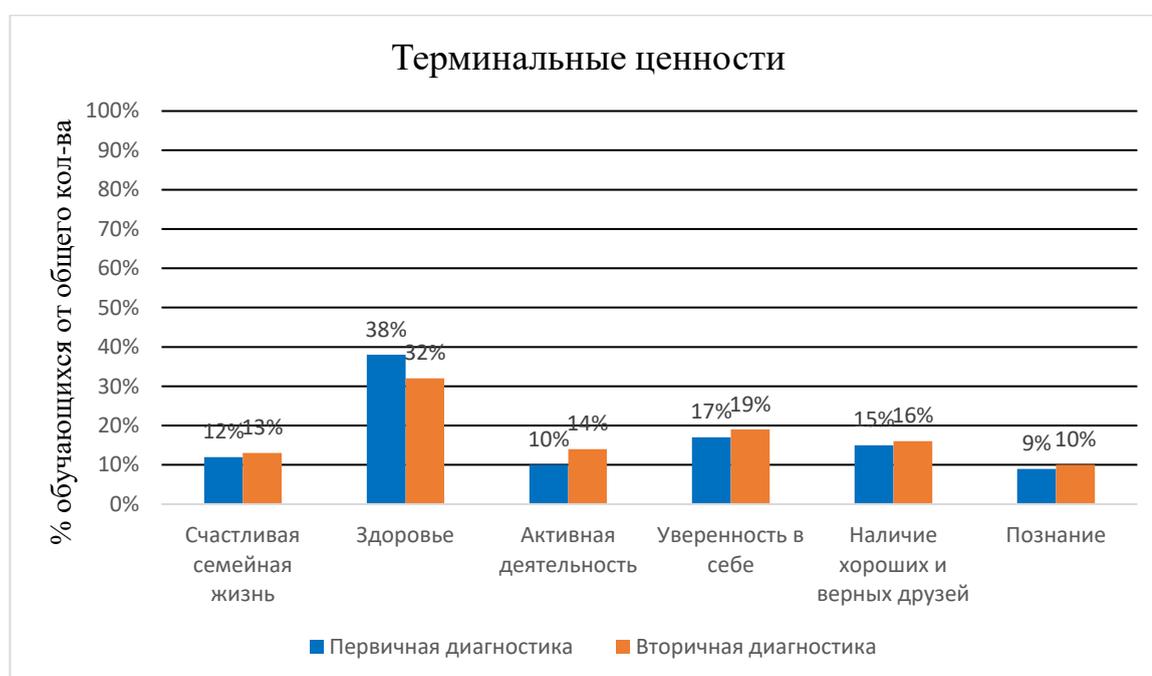


Рисунок 15. Результаты исследования смысло-жизненных ориентаций у старших подростков по методике М. Рокича «Ценностные ориентации»

Таблица 16

Результаты исследования смысло-жизненных ориентаций у старших подростков по методике М. Рокича «Ценностные ориентации» (инструментальные ценности)

Группа детей	Инструментальные ценности					
	Честность	Твердая воля	Воспитание	Аккуратность	Независимость	Честолюбие
Первичная диагностика	22%	24%	19%	14%	13%	8%
Вторичная диагностика	26%	28%	19%	14%	17%	8%

Честность представляет собой способность личности выражать свою истинную позицию при любых обстоятельствах 24%. Это черта характера имеет

выражение в личных отношениях, профессиональной сфере, межличностном общении, а также немало важно быть честным по отношению к себе.

Твердая воля так же является одной из наиболее приоритетных ценностей, у контрольной группы 21%. Она представляет собой способность человека контролировать и управлять собственным поведением, преодолевать препятствия (как внешние, так и внутренние) для достижения собственных целей.

К наиболее приоритетным ценностям респонденты относят независимость 15%, воспитание 20%, аккуратность 13%, честность 7%.

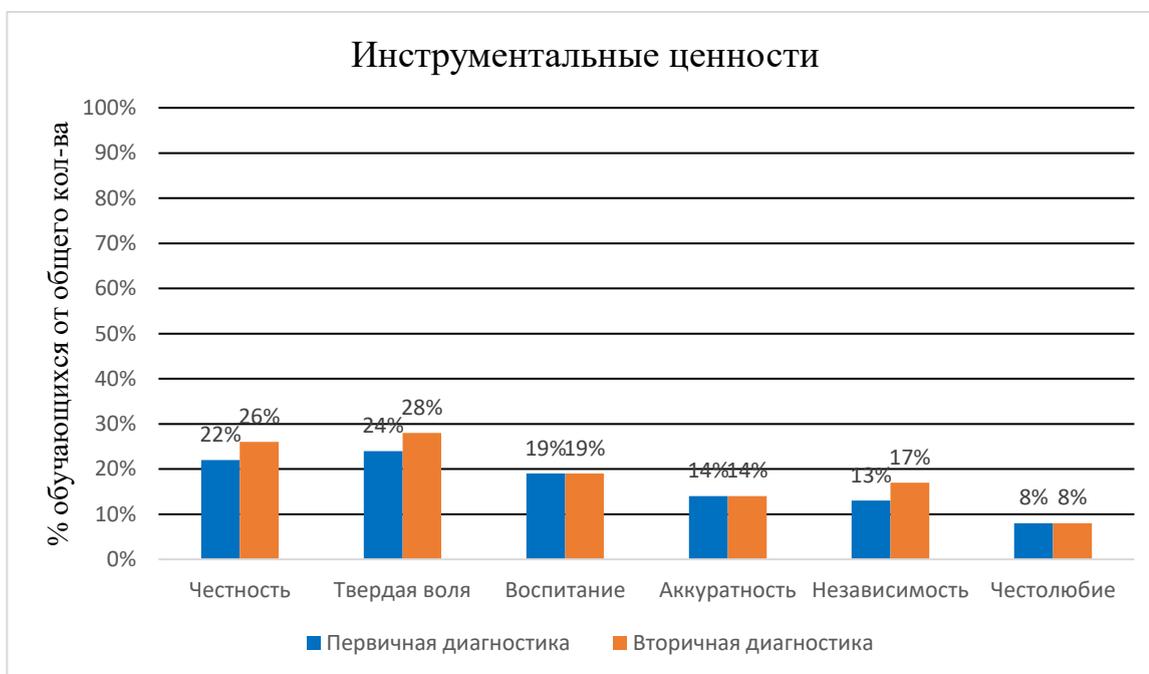


Рисунок 16. Результаты исследования смысложизненных ориентаций у старших подростков по методике М. Рокича «Ценностные ориентации»

Таким образом, наша гипотеза подтверждена, так как результат виден, что развитие смысложизненных ориентаций проходит результативней при реализации комплекса занятий с элементами диагностики, теоретических аспектов, развивающих аспектов и аналитические.

Выводы по Главе 2

Для исследования использовались две методики. Определение уровня смысловых ориентаций у старших подростков по методике СЖО Леонтьева оценивалась по пяти субшкалам: цели в жизни, процесс жизни, результативность жизни, локус контроля –Я, локус контроля – жизнь.

На следующем этапе эксперимента использовалась методика изучения ценностных ориентаций (шкала М. Рокича). Подросткам было предложено проранжировать два списка ценностей по степени жизненной важности для каждого из них.

Таким образом, мы определили осмысленность жизни обучающихся подросткового возраста: высокий уровень продемонстрировали 20%, что говорит о наличии в жизни целей на будущее, обучающиеся воспринимают процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом, удовлетворены самореализацией, считают прожитый отрезок жизни продуктивным, оценивают себя как сильную личность, обладают свободой выбора, контролирует свою жизнь, свободно принимают решения и воплощают их в жизнь; средний уровень продемонстрировали 70% - цель в жизни и перспективы - неопределённые, обучающиеся воспринимают процесс жизни как интересный, но эмоционально ненасыщенный, в недостаточной степени удовлетворены самореализацией, оценивают себя как формирующуюся личность, затрудняются принимать решения и воплощать их в жизнь; низкий уровень показали 10% обучающихся, у них отсутствует жизненная цель, перспективы, испытывают неудовлетворённость своей жизнью в настоящем, неудовлетворенность прожитой частью жизни, неверие в свои силы контролировать события собственной жизни, обучающийся убежден в том, что жизнь неподвластна сознательному контролю.

Инструментальные ценности. Как свидетельствуют полученные данные, первые ранговые места получили такие качества, как «честность», твердая воля, независимость. Честность стала наиболее предпочитаемой ценностью.

В системе терминальных ценностей наиболее высокий ранг значимости имеют здоровье, наличие хороших и верных друзей и активная деятельная жизнь,

уверенность в себе. Такие ценности, как познание и счастливая семейная жизнь, занимают в их иерархии последние места.

Таким образом в двух исследований, можно сделать вывод, что развитие смысловых ориентаций в старшем подростковом возрасте будет проходить результативно при реализации комплекса занятий с элементами диагностики, теоретических аспектов, развивающих аспектов и аналитические.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализируя подходы психологов, можно сделать вывод: свои установки на смысл жизни человек определяет с помощью самосознания, то есть личностных ценностей, мировоззрения, потребностей, приводящих к способности выполнять значимую управленческую функцию поведение. Подходы к пониманию смысла жизненных ориентаций человека образуют довольно широкий спектр. Большинство исследователей согласны с тем, что ценности и жизненные ориентации людей не существуют сами по себе, вне контекста общества, они обусловлены потребностями и интересами социальных авторов, также имеют форму субъективного выражения и исторически обусловлены.

Старший подростковый возраст является одним из основных периодов формирования личности, включая осознание смысла жизни и ее целей. В этом возрасте только начинают формироваться значимые жизненные ориентиры. Формирование значимых жизненных ориентаций зависит от формирования самоопределения, самооценки и мышления.

Характерными чертами смысловых жизненных ориентаций у подростков являются преобладание в их жизни смысла профессиональной ориентации, а также несоответствие установок и ценностей у подростков старшего возраста.

Исследование проводилось с использованием методик «Смыслжизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича на базе МАОУ СШ г. Красноярск. Выборка исследования: возраст испытуемых 15-17 лет — старшие подростки.

Реализация разработанного комплекса коррекционно-развивающих занятий по развитие смысложизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте.

Данная программа основана на изучениях Нуриманова Ф.К., и тренинга Немчинова Н., Торн К. Комплекс коррекционно-развивающих занятий включает 10 групповых занятий.

Содержание комплекса коррекционно-развивающих занятий направлено на развить способность представлений о собственных возможностях, потребностях,

интересах, ценностях, развить внутреннюю регуляцию в когнитивном, эмоционально-волевом поведенческом уровне, содействовать формированию общественно значимых мотивов выбора жизненного пути и профессии, места в мире и среди других людей, развить личности как субъекта собственной жизни, ответственности ее за свой свободный выбор, перед самим собой, близкими.

В ходе исследование по методике «Смыслжизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, мы определили, что осмысленность жизни у старшего подросткового возраста выросли - высокий уровень продемонстрировали 20%, средний уровень продемонстрировали 70% и низкий уровень показали 10% обучающихся.

В результате Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича мы выяснили, что инструментальные ценности, первые ранговые места получили такие качества, как «честность», твердая воля, независимость. Честность стала наиболее предпочитаемой ценностью.

В системе терминальных ценностей наиболее высокий ранг значимости имеют здоровье, наличие хороших и верных друзей и активная деятельная жизнь, уверенность в себе. Такие ценности, как познание и счастливая семейная жизнь, занимают в их иерархии последние места.

В результате проведенного теоретико-экспериментального исследования подтверждается гипотеза исследования, что развитие смыслжизненных ориентаций в старшем подростковом возрасте будет проходить результативно при реализации комплекса занятий с элементами диагностики, теоретических аспектов, развивающих аспектов и с элементами игрового тренинга.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андреева Т. В. Семейная психология: Учеб. пособие. СПб.: Речь, 2004. 244 с.
2. Вайзер Г.А. Психологические аспекты смысла жизни и «акме» Вопросы психологии, 2003. № 4. 110-114 с.
3. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. / Гл. ред. А. В. Запорожец. М.: Педагогика, 1982 - 1984. Т. 3: Проблемы развития психики / Под. ред. А. М. Матюшкина, 1983. 369 с.
4. Выготский Л.С. Психология детского возраста (1930) Л.С.Выготский. М.: Эксмо-пресс, 2000. 1008 с.
5. Долгова В.И. Аркаева Н.И. Смыслоразнозначные ориентации: формирование и развитие. Челябинск: ООО «Искра-Профи», 2012. 230 с.
6. Комкова Е. И. Ярославский педагогический вестник. Социальная активность детей с разными уровнями мышления, 2011. № 3. 248 с.
7. Кроник А.А. Ахмеров Р.А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. М.: Смысл, 2003. 284 с.
8. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики. М.: Изд-во Моск. Унта, 2006. 1136 с.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 2005. 352 с.
10. Мухина В.С. Личность: Мифы и Реальность: Альтернативный, 2007. 1065 с.
11. Мухина В.С. Жизнь и смерть в сферах Великого идеополя общественного самосознания // Развитие личности, 2018. № 2. 26–57 с.
12. Остапенко Г.С. Остапенко, Р.И. Анализ особенностей личности подростков // Перспективы науки и образования, 2013. № 1. 54-60 с.

13. Ощепков А.А. Экспериментальное исследование применения экзистенциальной психокоррекции ценностно смысловой сферы личности девиантных подростков, 2012. № 3-4.
14. М. Рокич. Большая энциклопедия психологических тестов / авт.-сост. А.А. Карелин. М: Эксмо, 2009. С. 26-28.
15. Сахарова Т.Н. Особенности смысложизненных ориентаций в подростковом и юношеском возрасте // Среднее профессиональное образование, 2013. №8.
16. Федосеева Т.Е. Мамонова Е.Б., Сульдина В.В. Специфика смысложизненных ориентаций старших подростков, 2018. 371-374 с.
17. Франкл В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия. СПб: Речь, 2000.
18. Хахина Н.В. Семейные ценности, как фактор воспитания подростка, 2013. №4. 120-123 с.
19. Чернецкая О.И. Особенности ценностно-смысловой сферы личности подростков из семей с разным стилем воспитания, 2016. № 17. 100 - 11 с.
20. Чудновский, В.Э. Становление личности и проблема смысла жизни: Избранные труды. М.: Изд-во Московского психолого-социального института, 2006. 768 с.
21. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. Под редакцией. В. В. Давыдова, В. П. Зинченко. М.: Педагогика, 1989. 560 с.
22. Эриксон Э. Детство и общество. Перевод А.А. Алексеева. СПб, 1996. 346-386 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ
ТЕСТ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ (МЕТОДИКА СЖО), Д. А. ЛЕОНТЬЕВ

		3	2	1	0	1	2	3	
1.	Обычно мне очень скучно.								Обычно я полон энергии
2.	Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей								Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной
3.	В жизни я не имею определенных целей и намерений								В жизни я имею очень ясные цели и намерения
4.	Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной								Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной.
5.	Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие								Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.
6.	Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться								Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами.
7.	Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал								Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал.
8.	Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов.								Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни.
9.	Моя жизнь пуста и неинтересна.								Моя жизнь наполнена интересными делами
10.	Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной.								Если бы мне пришлось сегодня подводить итог моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла.

11.	Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе.						Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас.
12.	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство.						Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности.
13.	Я человек очень обязательный.						Я человек совсем не обязательный.
14.	Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию.						Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств.
15.	Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком.						Я не могу назвать себя целеустремленным человеком.
16.	В жизни я еще не нашел своего призвания и ясных целей.						В жизни я нашел свое призвание и цели.
17.	Мои жизненные взгляды еще не определились.						Мои жизненные взгляды вполне определились.
18.	Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни.						Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни.
19.	Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею.						Моя жизнь не подвластна мне и она управляется внешними событиями.
20.	Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение						Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б МЕТОДИКА "ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ" (М. РОКИЧ)

Фамилия, имя _____

Список А (терминальные ценности):

– активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни);	
– жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые жизненным опытом);	
– здоровье (физическое и психическое);	
– интересная работа;	
– красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве);	
– любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);	
– материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);	
– наличие хороших и верных друзей;	
– общественное призвание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе);	
– познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие);	
– продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей);	
– развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование);	
– развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей);	
– свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках);	
– счастливая семейная жизнь;	
– счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом);	
– творчество (возможность творческой деятельности);	
– уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений).	

Список Б (инструментальные ценности):

– аккуратность (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах;	
– воспитанность (хорошие манеры);	
– высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания);	
– жизнерадостность (чувство юмора);	
– исполнительность (дисциплинированность);	
– независимость (способность действовать самостоятельно, решительно);	
– непримиримость к недостаткам в себе и других;	
– образованность (широта знаний, высокая общая культура);	
– ответственность (чувство долга, умение держать свое слово);	
– рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения);	
– самоконтроль (сдержанность, самодисциплина);	
– смелость в отстаиваниях своего мнения, взглядов;	
– твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями);	
– терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения);	
– широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки);	
– честность (правдивость, искренность);	
– эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе);	
– чуткость (заботливость).	