УДК 159.923.2

Ю.М. Калашнова, Ю.А. Новикова, И.В. Прощенко, Н.Е. Максимова

ФОРМИРОВАНИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ У СТУДЕНТОВ КАК ВЕДУЩИЙ ФАКТОР СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО Тверской государственный медицинский университет Минздрава России

В статье приведены результаты исследования динамики изменений основных показателей смысложизненных ориентаций у студентов первого и шестого курса Тверского государственного медицинского университета. Выявленные гендерные различия авторы связывают с социальными ролями женщин и мужчин.

Ключевые слова: *студенты, смысложизненные ориентации, личностный смысл.*

THE FORMATION OF THE LIFE-MEANINGFUL ORIENTATIONS AS LEADING FACTOR OF STUDENT'S PERSONALITY

Yu.M. Kalashnova, Yu.A. Novikova, I.V. Proshchenko, N.E. Maksimova
Tver State Medical University

The article presents the results of a survey of first and sixth year students of the Tver State Medical University on the dynamics of changes in the main indicators of life-meaningful orientations. Identified gender differences the authors attribute to the social roles of women and men.

Key words: *students, life-meaningful orientations, personal meaning.*

Введение

Процессы обретения личностью смысла своего существования, а также влияние этого фактора на жизнь человека являются актуальным предметом изучения психологической науки.

Социальные перемены, затрагивающие каждого человека, приводят к постепенному утверждению новой системы ценностных ориентаций. В этой связи особое значение приобретает процесс ценностного самоопределения в вузе. Период обучения в вузе можно определить как особый смысложизненный период в жизни человека, связанный с идентификации себя с субъектом будущей профессиональной деятельности. Результатом этого является формирование своей профессиональной идентичности, представляющей составную и неотъемлемую часть «образа Я» зрелой личности [1–2].

В наше время ряд исследований показал, что люди, старающиеся жить со смыслом, чаще сохраняют живость ума в старости, здоровее психически и даже живут дольше. Однако в некоторых случаях чрезмерная зацикленность на достижении счастья в реальности снижает удовлетворенность жизнью. Удовольствие от вкусного ужина, захватывающего фильма или победы любимой команды – так называемое «гедоническое благоденствие» – обычно вскоре улетучивается. Воспитание детей, волонтерская работа или учеба в медицинском институте, возможно, не столь приятны в обыденности. Но эти занятия создают ощущение, что жизнь проходит не зря, что ты отдаешь делу все свои силы, особенно в длительной перспективе [3]. Дэвид Беннет из Медицинского центра университета Раш (Чикаго) с коллегами, продемонстрировал, что эвдемоническое благоденствие ограждает от болезни Альцгеймера. Те, кто считал свою жизнь более осмысленной, также реже испытывали трудности при самообслуживании в быту и передвижении. А смертность за пятилетний период была среди них намного ниже – примерно на 57% – чем у тех, кто не имел особых целей в жизни [4–5]. Другое исследование, проведенное в 2010 году психологом Патриком Л. Хиллом и его коллегами, показало, что почти все участники (98%) смогли описать, что означает «иметь цель в жизни», просоциальные элементы упоминались у 26% учеников, которые выделили как составляющую смысла жизни религию (18%), профессиональные и финансовые аспекты (17%). Исследуемые показали полное понимание того, что цель в жизни способствует умственному и эмоциональному благополучию [6].

Интересный эксперимент был проведен работниками Висконсинского университета в Мэдисоне (США). Исследователи заключили, что цель в жизни обусловливает как здоровье, так и долголетие. Она может мотивировать рефрейминг против стрессовых ситуаций, чтобы справляться с ними более продуктивно, тем самым ускоряя восстановление после стресса и травмы [7]. Таким образом, можно сказать, что цель в жизни выступает фактором, способным защитить от развития психопатологии.

Студенты, то есть люди достаточно молодого возраста, во многих мировых, российских исследованиях, в том числе и нашем, выбраны не случайно.

Личностная динамика в период обучения в вузе во многом определяется характером и особенностями осуществляемой студентами учебной деятельности. Этот период характеризуется закладкой основ будущего вида деятельности, а также стремлением

к осмыслению своего будущего, то есть одновременным протеканием процессов профессионального и личностного самоопределения [2].

Изучение материала российских и зарубежных авторов позволило нам сформулировать определение смысложизненных ориентаций – это система ценностей и смыслов, осознанная человеком в процессе его жизнедеятельности, необходимая для удовлетворенности жизнью и самореализации.

Целью настоящего исследования являлось изучение смысложизненных ориентаций у студентов (юношей и девушек) в процессе обучения в Тверском государственном медицинском университете.

Материалы и методы

Исследования проводились среди студентов первого и шестого курсов лечебного факультета. Всего было опрошено 100 случайным образом отобранных респондентов (9 мужчин и 41 девушка на 1-м курсе, 13 мужчин и 37 девушек на 6-м курсе) в возрасте от 17 до 25 лет. Результаты оценивались и сравнивались со средними и стандартными отклонениями субшкал и общего показателя осмысленности жизни, полученными в выборке из 200 человек.

В большинстве российских исследований используется тест смысложизненных ориентаций (СЖО) российского психолога Д.А. Леонтьева. Тест СЖО включает 20 пар противоположных утверждений. Утверждения предоставляют каждому человеку возможность сделать в данный момент определенный выбор в виде поступка, действия или бездействия [8]. Методика СЖО, в свою очередь, является адаптацией теста «Цели в жизни» (Purpose-in-Life Test, PIL) американских психологов Джеймса Крамбо и Леонарда Махолика, который используют иностранные исследователи. Данный тест универсален, так как подходит для оценки смысложизненных ориентаций у людей всех возрастов, профессий, здоровых или имеющих какие-то психические заболевания.

Результаты

Анализ информации, полученной при тестировании юношей и девушек, позволил оценить смысловые и жизненные ориентиры студентов медицинского вуза и их динамику в процессе получения профессионального образования (табл. 1).

Оценка цели в жизни проводится по субшкале, характеризующей целеустремленность, наличие или отсутствие у исследуемого целей (намерений) в будущем. По результатам тестирования этот показатель находится на среднем уровне у всех испытуемых: среди студентов первого курса он составил у женщин 32,6 балла, у мужчин – 32,8 балла, среди студентов шестого курса – соответственно у женщин 32,9 балла и у юношей 34,08 балла, что говорит об их ясном, осознанном устремлении в будущее.

По субшкале процесса жизни, которая определяет удовлетворенность своей жизнью в настоящем, восприятие ее как эмоционально насыщенной, показатели у женщин и мужчин как первого, так и шестого курсов близки по значению. Но стоит отметить, что у юношей данный показатель в динамике имеет тенденцию к снижению, тогда как у девушек он, наоборот, повышается. Женщины воспринимают свою жизнь более эмоциональной и интересной, нежели мужчины.

Удовлетворенность прожитой частью жизни оценивается по субшкале результативности жизни и свидетельствует о практически однотипных показателях во всех группах. Закономерно, что молодые люди в этом возрасте удовлетворены прожитым отрезком жизни, считают его продуктивным и осмысленным.

Локус контроля – Я характеризует представление о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы действовать в соответствии со своими целями и представлениями. По этой шкале самые высокие результаты отмечены у женщин 1-го курса (26,2 балла) сравнительно с остальными студентами, это может свидетельствовать о том, что у девушек на данном этапе все спланировано и они имеют большое желание действовать в соответствии со своими планами, в то время как мужчины 1-го курса (21 балл) и студенты 6-го курса, как женщины (21,86 балла), так и мужчины (21,26 балла), менее уверены в своих силах.

Локус контроля – жизнь отражает убежденность в том, что человеку дана возможность сознательно контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и реализовать их. Этот показатель количественно представлен следующим образом: у первокурсников женщин он составил 31 балл, у муж-

Таблица 1

Показатели субшкал теста СЖО у студентов первого и шестого курсов лечебного факультета Тверского ГМУ

Субшкалы теста	Показатели теста СЖО, баллы					
	Студенты 1-го курса		Студенты 6-го курса		Средний показатель, женщины	Средний показатель, мужчины
	Жен.	Муж.	Жен.	Муж.		
Цели в жизни	32,60	32,80	32,92	34,08	29,38±6,24	32,90±5,92
Процесс жизни	29,25	31,20	30,11	29,31	28,80±6,14	31,09±4,44
Результативность жизни	25,10	25,60	25,65	25,15	23,30±4,95	35,46±4,30
Локус контроля – Я	26,20	21,00	21,86	21,25	18,58±4,30	21,13±3,85
Локус контроля – жизнь	31,00	32,90	31,38	29,46	28,70±6,10	30,14±5,80
Осмысленность жизни	101,80	104,60	105,19	104,80	95,76±16,54	103,10±15,03

чин – 32,9 балла, у шестикурсников соответственно 31,38 и 29,46 балла. Стоит отметить, что у девушек данный показатель остается неизменным в течение всего срока обучения, свидетельствуя, что, следуя своим четким планам, девушки чувствуют себя хозяевами своей жизни и у них есть достаточная свобода выбора, чтобы дальше строить свою жизнь в соответствии со своими представлениями. При этом у мужчин данный показатель имеет тенденцию к снижению на 6-м курсе, свидетельствуя об уменьшении их уверенности в том, что удастся устроить свою жизнь в соответствии со своими желаниями.

Показатель осмысленности жизни у девушек возрастает к 6-му курсу (со 101,8 до 105,19 балла), тогда как у мужчин он не изменяется (104,6 и 104,85 балла соответственно). Девушки более уверены в себе, у них присутствует мотивация, осмысленность жизни у них растет, по сравнению с мужчинами, которые, вполне вероятно, испытывают тревожность и обеспокоенность своим будущим.

Обсуждение

Сравнительный анализ смысложизненных ориентаций показал, что в целом студенты удовлетворены прожитой жизнью и у них имеются определенные цели на будущее, при этом у девушек к 6-му курсу обучения осмысленность жизни несколько выше, чем у молодых людей.

Тем не менее к моменту окончания учебы в университете наступает кризис, который связан со страхом перед неизвестностью. Многие выпускники не знают, что их ожидает в дальнейшем, чувствуют себя недостаточно готовыми к предстоящей трудовой деятельности. Тревожное ожидание окончания обучения и начала самостоятельной работы, изменения социального статуса сопряжены с изменением жизненных стереотипов, ценностных ориентаций и временным снижением уровня осмысленности [9]. Мы можем предположить, что выявленные нами гендерные различия могут быть связаны с социальными ролями женщин и мужчин, которые определяют необходимость действовать и мыслить в определенных рамках, принятых в обществе.

Заключение

Полученные результаты изучения смысложизненных ориентаций у студентов свидетельствуют о необходимости выработки у лиц, получающих высшее медицинское образование, активного стремления к саморазвитию, самообразованию и самореализации и повышения интереса к своей будущей профессиональной деятельности.

Литература/References

1. *Яницкий, М.С.* Ценностные ориентации личности как динамическая система / М.С. Яницкий. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2000. – 204 с.

Yanickij, M.S. Cennostnye orientacii lichnosti kak dinamicheskaya sistema / M.S. Yanickij. – Kemerovo: Kuzbassvuzizdat, 2000. – 204 s.

2. *Серый, А.В.* Смысложизненные аспекты процесса профессионального самоопределения студентов вуза / А.В. Серый, М.С. Яницкий // Ползуновский вестник. – 2003. – № 3–4. – С. 80–85.

Seryj, A.V. Smyslozhiznennye aspekty processa professional'nogo samoopredeleniya studentov vuza / A.V. Seryj, M.S. Yanickij // Polzunovskij vestnik. – 2003. – № 3–4. – S. 80–85.

3. *Вэнг, Ш.С.* А стоит ли гнаться за счастьем? // The Wall Street Journal, 15.03.2011. URL: http://inopressa.ru/article/15Mar2011/wsj/happiness.html. (Дата обращения: 25.10.18).

Veng, Sh.S. A stoit li gnat'sya za schast'em? // The Wall Street Journal, 15.03.2011. URL: http://inopressa.ru/article/15Mar2011/wsj/happiness.html. (Data obrashcheniya: 25.10.18).

4. *Франкл, В.* Человек в поисках смысла: Сборник: пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л.Я. Гозмана, Д.А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

Frankl, V. Chelovek v poiskah smysla: Sbornik: per. s angl. i nem. / Obshch. red. L. Ya. Gozmana, D.A. Leont'eva. – M.: Progress, 1990. – 368 s.

5. Collegiate purpose orientations and well-being in adulthood / P.L. Hill, A.L. Burrow, J.W. Brandenberger et al. // Journal of Applied Developmental Psychology. – 2009. – Vol. 31. P. 173–179.

6. Purpose in Life Predicts Better Emotional Recovery from Negative Stimul. / S.M. Schaefer, J. Morozink Boylan, C.M. van Reekum et al. // PLoS ONE. – 2013. – Vol. 8, № 11. – P. e80329.

7. *Леонтьев, Д.А.* Тест смысложизненных ориентации (СЖО). 2-е изд. / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.

Leont'ev, D.A. Test smyslozhiznennyh orientacii (SZhO). 2-e izd. / D.A. Leont'ev. – M.: Smysl, 2000. – 18 s.

8. *Зеер, Э.Ф.* Психология профессионального развития / Э.Ф. Зеер. – М: Академия, 2006. – 240 с.

Zeer, E.F. Psihologiya professional'nogo razvitiya / E.F. Zeer. – M: Akademiya, 2006. – 240 s.

Прощенко Ирина Валерьевна (контактное лицо) – к. м. н., доцент кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии ФГБОУ ВО Тверской государственный медицинский университет Минздрава России. 170100, Тверь, ул. Советская, д. 4. Тел. 8-904-015-05-55; e-mail: proshenko78@ inbox.