

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Балашовский институт (филиал)

Кафедра педагогики и психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И СТИЛЕЙ
СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ**
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 5 курса 51 группы
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Чермашенцева Владимира Алексеевича

Научный руководитель
доцент кафедры педагогики и психологии _____ Н.В. Есельская
(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____ О.В. Карина
(подпись, дата)

Балашов 2024

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Старший школьный возраст характерен тем, что личность активно начинает планировать свое будущее, строить жизненные планы, ориентироваться на профессиональное самоопределение. Поиск и осмысления жизни становятся важным для формирования мировоззрения.

Старшим школьникам важно быть активным, выстраивать взаимодействие с новыми людьми, познавать что-то новое и расширять свой кругозор.

Но, в силу возраста, еще недостаточно жизненного опыта у старших школьников, поэтому в сложных, стрессовых ситуациях они начинают использовать совладающее поведение. Совладающее поведение необходимо человеку для того, чтобы справиться со сложной ситуацией, но важно, чтобы оно не закреплялось в поведении, и находились другие способы решения проблем.

В научной практике проблемой смысло-жизненных ориентаций занимались такие ученые, как Д.А. Леонтьев, К.Е. Мурзина, С.М. Жучкова, Ш.Шварц и др.

Совладающее поведение изучалось зарубежными и отечественными учеными. Зарубежные ученые Р. Лазарус, С. Фолкман, Н. Эндлер, Д. Паркер, М. Перре рассматривали специфику совладающего поведения. Отечественные ученые И. Н. Асеева, Н. К. Бахарева и др. рассматривали, как совладающее поведение проявляется в различном возрасте.

В последние годы активно исследуются особенности совладания у людей различных сфер деятельности, изучается детерминация совладающего поведения личностными, индивидуально-психологическими и ситуационными факторами (И. Н. Асеева, Н. К. Бахарева, А. В. Бухвостов, Т.Л. Крюкова, К. И. Корнев, И. В. Камынина, Е. В. Пономаренко, О. Н. Ежова, А.В. Либин, И.М. Никольская, М.В. Сапоровская).

Совладающее поведение зависит от смысло-жизненных ориентаций, от

В современном обществе при развитии технологического процесса увеличивается поток информации, и молодые люди не всегда могут справиться с различными вызовами и поэтому чаще используют совладающее поведение. Чем осознаннее будут проявляться смысложизненные ориентации у молодых людей, тем эффективнее будут использоваться различные стратегии поведения в их жизни, не прибегая к различным стилям совладания. Поэтому, очень актуально изучать проблему взаимосвязи смысложизненных ориентаций и стилей совладающего поведения у старших школьников в настоящее время.

Цель исследования: выявить взаимосвязь смысложизненных ориентаций и стилей совладающего поведения у старших школьников.

Объект исследования: смысложизненные ориентации и стили совладающего поведения.

Предмет исследования: особенности взаимосвязи смысложизненных ориентаций и стилей совладающего поведения у старших школьников.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь смысложизненных ориентаций и стилей совладающего поведения у старших школьников.

Задачи исследования:

1. Охарактеризовать научные представления о проблеме смысложизненных ориентаций и понимания стилей совладающего поведения.

2. Проанализировать как проявляются в обществе на основе современных исследований особенности смысложизненных ориентаций и стилей совладающего поведения в старшем школьном возрасте.

3. Описать возрастные характеристики старшего школьного возраста.

4. Эмпирически исследовать проблему взаимосвязи смысложизненных ориентаций и стилей совладающего поведения у старших школьников.

Методологическая основа исследования: научные идеи Л.С. Выготского, Д.А. Леонтьева, А. Маслоу, Ш.Шварца, изучающие феноменологию смысла жизни, а также научные представления Р. Лазаруса,

С. Фолкмана, И.Н. Асевой и др., рассматривающие совладающее поведение личности.

Методы и методики исследования:

1. Теоретический: анализ, синтез, обобщение научного материала.
2. Диагностический: тест СЖО Д.А. Леонтьева, методика «Индикатор стратегий преодоления стресса» Д.Амирхана.
3. Статистический: методы математической статистики (критерий Пирсона).

Исследование проводилось в формате интернет-тестирования. Выборка составила 20 респондентов, в возрасте от 16 до 17 лет. При проведении исследования мы опирались на закон о персональных данных.

Теоретическая и практическая значимость исследования заключается в систематизации научных представлений о проблеме исследования и эмпирических выводов, которые раскрывают особенности смысложизненных ориентаций и стилей совладающего поведения у старших школьников в современных реалиях. Результаты исследования будут интересны специалистам помогающих профессий, которые работают с молодежью.

Структура работы состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В *первой главе* нашего исследования представлен психолого-педагогический анализ проблемы смысложизненных ориентаций и стилей совладающего поведения у старших школьников..

В ходе теоретического анализа были сделаны следующие выводы:

Рассматривая проблему смысложизненных ориентаций и совладающего поведения, мы обобщили теоретический материал и охарактеризовали близкие нам точки зрения ученых, которые позволят осуществить эмпирическое исследование.

Смысложизненные ориентации понимаются нами как способ человека проявлять свое отношение к миру, через сформированную систему ценностей, убеждений и идеалов. Эти ориентации позволяют определить отношение к общественным и политическим процессам, семейным ценностям, профессии, дружбе, своей социальной активности и т.д.

Важным процессом личности в старшем школьном возрасте выступает система переоценки ценностей, рефлексия происходящих событий, понимания себя и своих жизненных смыслов.

Новые осмысленные ценности позволяют формировать устойчивые социальные роли, эффективные стратегии поведения, приводящие к конструктивному результату.

Смысложизненные ориентации развиваются на протяжении всей жизни, на их формирование влияет жизненный опыт, осмысленность проживания стрессовых ситуаций, построения эффективного взаимодействия с социумом.

Важным элементов в преодолении стресса выступает копинг стратегия, которая выступает активным механизмом в поведении. Проявление того или иного копинга зависит от личностных характеристик, от сознательности действий.

Совладающее поведение, как правило, проявляется на когнитивном уровне, когда анализируется проблема, учитываются различные точки зрения. Также и на поведенческом уровне, когда личность выбирает стратегию сотрудничества, конфликт или приспособления к ситуации.

Рассматривая теоретический анализ проблемы мы пришли к выводу, что смысложизненные ориентации выступают основой при выборе стилей совладающего поведения и поэтому в старшем школьном возрасте важно осознавать свои смысложизненные ориентации и корректировать их для того, чтобы эффективность совладающего поведения была в позитивном ключе и помогала молодым людям эффективно решать проблемы и получать жизненный опыт в стрессовых ситуациях.

Во второй главе нашего исследования были выявлены и проанализированы взаимосвязи смысложизненных ориентаций и стилей совладающего поведения у старших школьников.

Эксперимент проводился в формате интернет-тестирования. Выборка составила 20 респондентов, в возрасте от 16 до 17 лет. При проведении исследования мы опирались на закон о персональных данных

По методике СЖО мы получили следующие показатели. Молодые люди ориентируются на значимую цель в жизни. Она преобладает у 80% респондентов. Такие респонденты ответственно подходят к постановке цели, проявляют активность в ее достижении. Их целеустремленность позволяет смотреть на происходящие события позитивно и воспринимать адекватно трудности.

40% респондентов по шкале «Процесс» имеют среднее значение. Этот показатель означает то, что личность в зависимости от приоритетности цели может активно включаться в процесс жизнедеятельности, а может оставаться в стороне, так как процесс не представляет интереса для нее. 70% студентов преобладает шкала «Результат». Такие респонденты удовлетворены своим настоящим, их устраивает то, что происходит в их жизни, свое прошлое они воспринимают реалистично.

Высокие показатели по шкале «Локус контроля Я» преобладают только у 40% респондентов, у остальной части респондентов преобладает средний и низкий балл.

60% респондентов контролируют свою жизнь, стремятся к достижению поставленной цели, независимости суждений, стараются опираться на свой опыт и свои личностные возможности.

У 60% респондентов мы определили высокий показатель по общей шкале «Смысложизненные ориентации». Такие респонденты могут осмысливать происходящие события, анализировать полученный опыт, брать ответственность за свои поступки, стремиться к независимым суждениям и проявлять целеустремленность. 30% имеют средний показатель. Такие

респонденты по-разному проявляют осмысленность в своей жизни, все зависит от степени трудностей и мотивации решения ситуации. Молодые люди могут как включаться в решение проблемы и стремиться проявлять рациональность, так и погружаться в эмоции и сосредотачиваться на своих переживаниях, не решая проблемы.

10% респондентов фаталистически относятся к происходящим событиям в их жизни. Такие респонденты пассивны в своей жизни, им неинтересно то, что происходит вокруг, они сосредоточены на своих переживаниях, чаще всего живут эмоциями и не строят жизненных планов на будущее.

Исходя из этих результатов, проанализируем результаты по методике «Индикатор стратегий преодоления стресса» Д. Амирхана.

Мы установили, что преобладает чаще всего средний уровень. Таких респондентов 50%. Такие старше школьник стремятся решить проблему по мере своих возможностей.

Также по 20% респондентов имеют высокий уровень и низкий. Высокий уровень помогает решать проблему, проявлять активность и стремление действовать, чтобы был позитивный результат. Низкий уровень вызывает пассивность, блокирует все стремления и респонденты впадают в уныние и уверяют себя в том, что они не справятся с ситуацией.

Очень низкий уровень (10%) респондентов свидетельствует о том, что респонденты не хотят брать на себя ответственность и вообще не способны решать проблемы самостоятельно.

40% респондентов имеют низкий уровень социальной поддержки, т.е. они стремятся самостоятельно найти выход из сложной ситуации, опираются на свои умения и ответственно ищут поиск вариантов решения проблемы. Такие люди проявляют лидерские качества, оптимизм, социальную активность и могут понять проблемы других.

20% имеют очень низкий уровень – это свидетельствует о том, что респонденты переживают свои неудачи, и не могут найти выход. Они не

могут опереться на свой внутренний потенциал, так как система смысложизненных ориентаций не сформирована и нет доминирующих ценностей, которые помогут найти силы и решить проблему.

30% имеют средний уровень, т.е. в зависимости от степени проблемы респонденты решают проблемы, но ищут поддержки со стороны.

10% респондентов имеют высокий уровень, т.е. решение их проблем чаще всего зависит от того, как окружающие смогут им помочь и взять ответственность за решение их проблем.

60% респондентов имеют низкий уровень избегания проблем, т.е. они стараются любыми способами решать проблему. Они идут в трудность, выстраивают стратегии поведения и взвешенно принимают решения.

20% имеют очень низкий результат, который проявляется в высоком стремлении решать проблемы. Такие респонденты берут ответственность за происходящие события в их жизни, учатся самостоятельно принимать решения и искать варианты выхода из ситуации и ориентируются на свои ценности.

10% имеют средний уровень, который в сложных ситуациях может частично проявляться в уходе от проблем. Респонденты готовы к активным действиям, но ожидают помощи, осознают недостаточность в опыте, компетентности решения проблемы.

10% полностью стараются уходить от проблем (высокий уровень). Такие респонденты откладывают все на неопределенный срок, и ничего не предпринимают, чтобы решить проблему.

Исходя из этих показателей, проведем корреляционный анализ Пирсона для того, чтобы установить взаимосвязь СЖО и стилей совладающего поведения молодежи (с помощью программы SPSS 13,0, выполненной на ПК).

Результаты математической обработки данных выделили следующие взаимосвязи:

1. Чем выше показатели по шкале «Процесс в жизни», тем ниже представлен уровень ориентации на социальную поддержку в решении проблем ($r = -0,485$, при $p \leq 0,05$).

2. Чем выше показатели по шкале «Результат жизни», чем выше проявления локус контроля Я ($r = 0,472$, при $p \leq 0,05$).

3. Чем выше показатели по шкале «Локус контроля Я», тем ниже уровень ориентации на разрешение проблем и выше уровень социальной поддержки ($r = -0,472$, при $p \leq 0,01$), ($r = 0,520$, при $p \leq 0,01$).

4. Чем выше общая осмысленность жизни, тем выше уровень ориентации на разрешение проблем ($r = 0,520$, при $p \leq 0,01$).

Таким образом, рассмотрев связь СЖО и стили совладающего поведения можно отметить, что смысложизненные ориентации взаимосвязаны со стилями совладающего поведения, от ориентации на процесс или результат зависит определенный уровень стилей поведения студентов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический и эмпирический анализ проблемы исследования позволит обобщить проработанный материал.

Так, смысл жизни представляется нами, на основе изученного теоретического материала, как жизненный путь личности, в который входит осознанность, рефлексивность происходящего и понимания полученного опыта на основе переживших трудностей.

С помощью смысложизненных ориентаций человек может осознать свою сопричастность с социумом, понять важность своей включенности в социальную жизнь, а также научиться проявлять самостоятельность и самовыражаться.

Чувство интенсивности собственной жизни является результатов многочисленных жизненных успехов и впечатлений. А удовлетворенность становится значимым показателем личностных достижений. При этом

именно удовлетворенность характеризует степень соответствия задуманного и достигнутого.

Ценностные ориентации находятся во взаимозависимости с процессом развития личности в целом, то есть ценностные ориентации одной и той же личности могут отличаться на разных ее возрастных этапах.

В старшем школьном возрасте начинает проявляться стремление осмысливать все, что происходит вокруг, сопоставлять события с перспективами и поэтому начинает проявляться взрослая позиция в поведении, которая способствует формированию реалистичной картины мира, смысложизненных ориентаций и выбору эффективных стратегий поведения.

Проведенное эмпирическое исследование показало, что старшие школьники ориентируются на цель в жизни, в основном процесс жизни у них выражен на среднем уровне, т.е. они недооценивают важность происходящих событий в их жизни, у большинства студентов преобладает шкала «Результат жизни», т.е. свое прошлое они оценивают как положительные события в их жизни.

У половины респондентов преобладает высокий локус контроля Я, т.е. они ценят свои личностные возможности, у остальных студентов он выражен на среднем или низком уровне. Большинство респондентов контролируют свою жизнь, стараются учитывать все плюсы и минусы.

Также большинство респондентов имеют высокий показатель по общей шкале смысложизненных ориентаций

По шкале «Разрешение проблем» у респондентов в основном преобладает средний уровень, а шкала «социальная поддержка» у части студентов проявляется на низком уровне.

Большинство молодых людей имеют низкий уровень избегания проблем.

Устанавливая связь СЖО и стилей совладающего поведения было выявлено: чем выше проявляется шкала «Процесс в жизни», тем ниже

уровень социальной поддержки в решении проблем; чем выше шкала «Результат жизни», чем выше шкала «Локус контроля Я»; чем выше проявляется шкала «Локус контроля Я», тем ниже уровень разрешения проблем и выше уровень социальной поддержки; чем выше общая осмысленность жизни, тем выше уровень разрешения проблем.

Таким образом, гипотеза о том, что смысложизненные ориентации взаимосвязаны со стилями совпадающего поведения старших школьников, нашла свое подтверждение.