

Харченко Надія,

к. психол. н., викладач кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

Парфенюк Альона,

*магістрантка факультету соціальної та психологічної освіти
Уманського державного педагогічного
університету імені Павла Тичини*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ ТА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЯК СКЛАДОВИХ ОБРАЗУ Я МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Для вивчення особливостей смисложиттєвих орієнтацій ми застосували методику Тест смисложиттєвих орієнтації (СЖО) Д.О. Леонтьєва [1].

Фактори, виокремлені автором методики: „цілі в житті” (наявність життєвих цілей, покликання, намірів); „інтерес та емоційна насиченість життя”; „задоволеність самореалізацією” (виражає відчуття успішності здійснення самого себе у житті та у повсякденній діяльності); „Я – господар життя” (виражає відчуття людиною її здатності впливати на хід власного життя); „керування життям” (виражає впевненість у принциповій можливості самостійного здійснення життєвого вибору) є складовими сенсу життя особистості. Ці фактори розподіляються на дві групи. До першої належать власне смисложиттєві орієнтації: цілі в житті, насиченість життя та задоволеність самореалізацією. Ці три категорії співвідносяться з метою (майбутнім), процесом (теперішнім) і результатом (минулим). Людина може мати сенс свого життя або в одному, або в другому, або в третьому (або у всіх трьох складових). Ще два фактори характеризують внутрішній локус контролю, з яким осмисленість життя взаємопов’язана: один із них характеризує загальну світоглядну впевненість у тому, що контроль можливий, а другий відображає віру у власну здатність здійснювати такий контроль („образ Я”). Отже, тест смисложиттєвих орієнтацій, поряд із загальним показником осмисленості життя, включає п’ять субшкал, що відображають три смисложиттєві орієнтації та два аспекти локусу контролю. При аналізі змісту тестових тверджень, проведеного в процесі підбору методик дослідження, нами була відмічена суперечність у відповідях досліджуваних на твердження за шкалою “Задоволеність самореалізацією (результативність життя)”, які відображають оцінку пройденого відрізка життєвого шляху, відчуття того, наскільки

продуктивно і осмислено була прожита його частина. Опитані майбутні психологи характеризуються низьким рівнем задоволеності результативністю свого життя, що за певних умов може стати рушійною силою подальшого зростання та особистісного розвитку.

Цілі в житті. Бали за цією шкалою характеризують наявність або відсутність в житті досліджуваних цілей в майбутньому, які додають життю спрямованість і тимчасову перспективу. Високі бали за цією шкалою властиві людям, спрямованим у майбутнє. Таким чином, досліджувані мають сформований образ свого майбутнього та орієнтуються на досягнення успіху.

Процес життя, або інтерес і емоційна насиченість життя. Зміст цієї шкали збігається з теорією про те, що єдиний смисл життя полягає в тому, щоб жити (В. Франкл) [4]. Цей показник говорить про те, чи сприймає досліджуваний сам процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений сенсом. Низькі бали за цією шкалою — ознака незадоволеності своїм теперішнім життям, проте це може свідчити й про орієнтацію досліджуваних на майбутнє. Дослідники вважають, що переважання навіть середнього рівня інтересу до життя є для молоді неприродним, адже висока емоційна насиченість – це норма, на тлі якої виникають, будуються і досягаються плани, у тому числі й професійні. Досліджувані характеризуються високими показниками за даною шкалою, а результати хлопців і дівчат статистично не відрізняються ($p=0,628$).

Результативність життя, або задоволеність самореалізацією. Показники цієї шкали у досліджуваних наближені до норми, а значущих відмінностей у результатах хлопців і дівчат виявлено не було.

Локус Контролю-Я (Я — господар життя). Високі бали відповідають уявленню про себе як про сильну особистість, яка має достатню свободу вибору, аби побудувати своє життя відповідно до своїх цілей і уявлень про його смисл. Дівчата характеризуються вищими показниками локуса контролю Я, ніж досліджувані хлопці, але їх результати максимально наближені до нормативних.

Локус контролю-життя, або керованість життям. При високих балах існує переконання в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно ухвалювати рішення і втілювати їх в життя. Низькі бали свідчать про фаталізм, переконаність в тому, що життя людини не підвладне свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна і безглуздо будувати плани на майбутнє. Опитані характеризуються

низькими балами за цією шкалою, що свідчить про їх невпевненість в своїх силах, невизначеність свого майбутнього. При цьому показників досліджуваних різної статі статистично не відрізняються ($p=0,076$).

Загалом отримані результати свідчать про достатній рівень сформованості смисложиттєвих орієнтацій досліджуваних майбутніх психологів.

Проблематику самоактуалізації активно розробляв А. Маслоу. Він вважав, що самоактуалізація є найвищою потребою людини, відповідно до «піраміди потреб». Відповідно до його теоретичними положеннями, людина здатна до задоволення більш високих (з піраміди) потреб тільки після того, як задоволені нижчі. Отже, щоб людина змогла самоактуалізуватися, їй спочатку необхідно задовольнити всі інші потреби відповідно до піраміди [2].

За С.О. Мусатовим, самоактуалізованим людям властиве: більш яскраве і чітке сприйняття реальності, спонтанність, орієнтування на вирішення проблеми, пошук усамітнення для зосередження, незалежність у мисленні, пограничний або містичний досвід, щира доброта, благородство і повага, почуття гумору, креативність, культурна відкритість, усвідомлення власної недосконалості [3].

Майбутні психологи характеризуються високим рівнем креативності та контактності, статистичні відмінності у проявах самоактуалізації дівчат і хлопців спостерігаються за шкалами автономності, спонтанності та ціннісної спрямованості, тобто дівчата автономніші за хлопців, більш спонтанні, поділяють цінності, характерні для особистостей, які перебувають на шляху до самоактуалізації. Найвищі показники у майбутніх психологів виявлено за такими шкалами самоактуалізації як контактність, креативність та потреба у пізнанні, натомість найнижчі – за шкалами орієнтації у часі та спонтанності. Це характеризує майбутніх психологів як відкритих до нових вражень, творчих та нестандартних особистостей, схильних до діяльностей, що вимагають нестандартних і нешаблонних рішень, здатних встановлювати емоційні стосунки з іншими людьми. Водночас майбутні психологи із недовірою ставляться до оточуючого світу, орієнтовані на майбутнє, оскільки вважають, що тепер лише готуються до подальшого справжнього життя.

Загалом, отримані нами за різними методиками дані узгоджуються між собою, а тому можна зробити висновок, що досліджувані майбутні психологи мають наступний образ Я: вони

вважають, що запорукою успішного життя є креативність, вміння встановлювати стосунки із різними людьми, неконфліктність, переважання таких цінностей як життєрадісність (почуття гумору); незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче); відповідальність; терпимість (до поглядів і думок інших, вміння прощати іншим їх помилки); активна діяльність, емоційно насичене життя, матеріальна забезпеченість, наявність друзів, самостійність у вчинках і думках. Досліджувані майбутні психологи часто незадоволені своїм нинішнім становищем та схильні до особистісного розвитку.

Список використаних джерел

1. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентации (СЖО) / Д.А. Леонтьев – 2-е изд. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.
2. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – [3-е изд.]. – СПб.: Издательство «Питер», 2003. – 352 с.
3. Мусатов С. О. Психологія педагогічної комунікації: теоретико-методологічний аналіз / С. О. Мусатов. – Київ – Рівне, 2003. – 78 с.
4. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. и нем./ В. Франкл; Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева. М., 1990. – 140 с.