

ИССЛЕДОВАНИЕ ОСМЫСЛЕННОСТИ ЖИЗНИ СРЕДИ МОЛОДЁЖИ

Шульга К.В.,

студентка 3 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – М.Е. Шмуракова, канд. психол. наук, доцент

Смысл не один единый: в человеке их много и на каждую деятельность приходится свой. Но они не существуют изолированно друг от друга, а наоборот – находятся в тесной взаимосвязи между собой. Сами же смыслы являются тем, что изменяет действительность, реализуя реальные отношения субъекта к окружающей его реальности [1].

В чём смысл жизни – вопрос абстрактный. Но в факт остаётся в том, что она должна быть осмысленной. Причём не только на когнитивном уровне, но и на эмоциональном: роль и место субъекта в процессе жизнедеятельности должны быть полностью осознаваемыми, а образы восприятия при осмысленной жизни ярко окрашены и подкреплены реальным опытом [2]. Осмысленная жизнь – это та, которая подвластна индивиду, подконтрольна ему и его собственным взглядам. Можно ли сказать, что к юности жизнь должна получить статус осмысленности? Должен ли человек в возрасте 20-ти лет точно и чётко знать свои цели и ценности жизни? Именно эти вопросы и объясняют *актуальность* данной проблемы. *Цель работы:* выяснить уровень осмысленности жизни у молодых людей.

Материал и методы. Для написания работы был проведён анализ научной литературы по исследуемой проблеме; эмпирическое исследование уровня смысложизненных ориентаций (СЖО) Джеймс Крамбо, Леонард Махолик (адаптация – Д.А. Леонтьев). Эмпирическое исследование проведено на базе ВГУ имени П.М. Машерова и ВГМУ. Объём выборки составляет 21 человек, средний возраст которых – 20 лет.

Результаты и их обсуждение. В результате проведённого исследования было выявлено, что большинство молодых людей имеют средний уровень осмысленности жизни по общему показателю. Ниже приведена таблица с последующим подробным описанием результатов.

Таблица 1 – Результаты проведённого исследования по методике «Тест смысложизненных ориентаций (СЖО), или тест осмысленности жизни (Джеймс Крамбо, Леонард Махолик (адаптация – Д.А. Леонтьев))»

Шкала	Уровень, %		
	низкий	средний	высокий
Общий показатель	10	61	29
Цели	10	52	38
Процесс	14	72	14
Результат	10	47	43
Локус контроля–Я	5	62	33
Локус контроля–Жизнь	10	61	29

Как видно из таблицы, около половины студентов (52%) демонстрируют средний уровень по шкале «Цели в жизни». 10% испытуемых не наметили никаких целей: демонстрируя низкий балл, такие люди живут только тем, чем есть сейчас, или тем, что было вчера. 38% испытуемых напротив наполнили свою жизнь рядом целей, чтобы напитать существование осмысленностью. Однако высокие показатели могут также свидетельствовать и о нереалистичном восприятии будущего: иными словами, человек имеет грандиозные планы, но не прилагает никаких усилий для их реализации. Соответственно, средние показатели по данной шкале демонстрируют промежуточный вариант: цели есть, но они, возможно, переменчивы и не точны.

72% студентов продемонстрировали средний результат по шкале «Процесс». Причём 14% студентов продемонстрировали как высокие, так и низкие показатели по данной шкале. Высокие показатели говорят нам о том, что человек живёт по принципу

«Жить, чтобы жить». Иными словами, сам процесс проживания жизни и есть её смысл. Испытуемые же с низкими показателями демонстрируют неудовлетворённость сложившимися обстоятельствами и сетуют на то, как живут на сегодняшний день. 72% испытуемых в свою же очередь стремятся к тому, чтобы жить текущим, однако при этом имеют некоторые недовольства относительно имеющегося.

Чуть меньше половины студентов продемонстрировали средний показатель по шкале «Результат». 43% респондентов, демонстрирующих высокие показатели по шкале характеризуют свою жизнь как результативную, продуктивную и осмысленную. И лишь 10% испытуемых демонстрируют неудовлетворённость достигнутым и прожитым. Соответственно, 47% респондентов имеют как области, удовлетворяющие их своими результатами, так и те, что приносят некоторое разочарование.

Примерно одинаковое количество испытуемых, с разницей в 1%, демонстрируют средний уровень по шкалам «Локус контроля–Я» (62%) и «Локус контроля–Жизнь» (61%). 5% испытуемых продемонстрировали низкие результаты по первой шкале и характеризуются убеждённой уверенностью в том, что жизнь им не подвластна: она находится в руках других людей или высших сил. Испытуемые, продемонстрировавшие высокие показатели – им противоположны. А остальное большинство убеждено в том, что в жизни есть как вещи, подвластные человеческой воле, так и те, на которые повлиять, грубо говоря, невозможно. 10% испытуемых, продемонстрировавших низкие показатели по второй шкале, можно назвать фаталистами, убежденными в том, что свобода выбора – лишь иллюзия; в свою же очередь 29% респондентов демонстрируют другую сторону реальности: человек контролирует жизнь и свободно принимает решения.

Заключение. Обретение смысла жизни помогает человеку воспринимать свою собственную жизнь не как совокупность отдельно взятых событий, картинок и эпизодов, а вообразить себе «жизненное пространство личности» своеобразной целостностью, которая в свою очередь является носителем некоторых особенностей: тесной взаимосвязью между жизненными этапами, своеобразием каждого из них, «конечностью» самого жизненного пространства.

Однако важно понимать, что формирование смысла жизни – крайне сложный и относительно длительный процесс. Всё это связано с тем, что прийти к умозаключению индивид должен самостоятельно в результате длительного поиска и освобождения себя самого от навязанных стереотипов, идей, взглядов и убеждений предыдущих поколений [3].

1 Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д.А. Леонтьев – М.: Смысл, 2003. – 487 с.

2 Шакуров, Р.Х. Психология смыслов: теория преодоления / Р.Х. Шакуров // Вопросы психологии. – 2003. – № 5. – С.18–33.

3 Чудновский, В.Э Смысл жизни и судьба человека / В.Э. Чудновский // Общественные науки и современность. – 1998. – №1. – С.175–183.

4 Шмуракова, М. Е. К вопросу о терминальных ценностях студентов в современных условиях / М. Е. Шмуракова, Е. И. Солейко // Психологический Vademecum. Метатеория: социокультурно-контекстуальная интердетерминация диалогизма : сборник научных статей. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2022. – С. 345-348.

ВЫЯВЛЕНИЕ УРОВНЯ ЭМПАТИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЛЮДЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Янкович А.С.,

студентка 2 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Королькова Л.В., ст. преподаватель

Способность к эмпатии, то есть способность понимать и разделять эмоции и состояния других людей, является важным аспектом межличностных взаимодействий. Она позволяет нам сочувствовать, поддерживать и понимать других людей, создавая эмоциональную связь и улучшая качество наших отношений. Однако у лиц с инвалидностью эмпатические возможности могут быть нарушены или изменены [1].