

логия безопасности и психологическая безопасность: проблемы взаимодействия теоретиков и практиков. – Сочи : ФГБОУ ВО «СГУ», 2016. – С. 96–99.

2. Лыгина, А. Д. Психологический портрет игрока в настольные ролевые игры / А. Д. Лыгина, М. И. Яновский. – Текст : непосредственный // Личностные и ситуационные детерминанты поведения и деятельности человека. – Донецк: Донецкий национальный университет, 2022. – С. 147–151.

3. Causo, F. Defeating dragons and demons: consumers' perspectives on mental health recovery in role playing games / F. Causo, E. Quinlan. – Текст: непосредственный // Australian Psychologist. – 2021. – № 56 (3). – С. 256–267.

Марченко В.А.

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
Научный руководитель – Каратерзи В.А., старший преподаватель

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТУДЕНТОВ КАК ПОТЕНЦИАЛ ДЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

Формирование смысложизненных ориентаций играет огромную роль в нашей жизни. Вопросы о смысле жизни, наших целях, ценностях и месте в мире помогают нам найти направление и ощущение цели, которые помогают преодолевать трудности. Когда человек четко представляет и понимает то, что ему важно и чего он хочет достичь, он будет лучше справляться с жизненными трудностями.

Одним из первых, кто предложил психологическую теорию смысла жизни был А. Адлер. Он связывал смысл жизни с осознанием цели, помогающей преодолевать трудности. В. Франкл в работе «Поиск смысла жизни и логотерапия» (1990) выделил три компонента: стремление к смыслу, сам смысл и свободу воли. Он считал, что поиск смысла – врожденная потребность, доступная всем. По мнению В. Франкла, стремление к поиску и реализации смысла жизни является определяющим фактором мотивации поведения и формирования личности. Также он утверждает, что человек способен находить смысл даже в самых тяжелых условиях, если у него есть цель или ценность, которые он может преследовать [1].

Вопрос о смысле жизни активно изучался и советскими психологами. Л.С. Выготский в своих исследованиях подчеркивал, что в подростковом периоде происходит процесс овладения внутренним миром и формирование жизненного плана как системы адаптации, которая впервые осознается подростком. Этот этап развития характеризуется созданием предпосылок для осмысления жизни, становления личности и формирования мировоззрения. В подростковом возрасте возникает потребность в самопознании, которая реализуется через рефлекссию.

А.А. Бодалев определяет смысл жизни как ценность, отраженную в сознании и переживаниях человека, которая становится для него главным регулятором его поведения и самой большой ценностью [2].

Так, некоторые ученые (В.Э. Чудновский, Д.А. Леонтьев, Г.В. Акопов, А.В. Горбачева, З.К. Голышева) понятие смысла жизни отождествляют с понятием смысложизненных ориентаций. По мнению Д.А. Леонтьева смысложизненные ориентации как сложные социально-психологические образования порождаются реальными значимыми жизненными взаимоотношениями субъекта и бытия, они релевантны по отношению ко всему жизненному пути личности (включая прошлое, настоящее, будущее), задают вектор и границы самореализации личности как субъекта жизненного пути через структурную организацию жизненных целей – ценностей.

Д.А. Леонтьев выделяет два уровня составляющих смысла жизни: смысложизненные ориентации и локус контроля. Смысложизненные ориентации включают в себя цели в жизни, эмоциональную насыщенность и удовлетворенность самореализацией. Они связаны с тремя аспектами жизнедеятельности и временными ориентациями: целью, процессом и результатом. Первый аспект представляет собой цели жизни в определенной системе ценностей, процесс связан с эмоциональной насыщенностью жизни, а результат – с удовлетворенностью самореализацией. Локус контроля, в свою очередь, отражает уверенность в способности влиять на ход собственной жизни и самостоятельно осуществлять жизненные выборы [2].

Формирование смысложизненных ориентаций начинается в раннем возрасте и продолжается на протяжении всей жизни человека. Некоторые люди могут перенимать жизненные ориентации своих родителей или культурные традиции, в то время как другие развивают свои собственные, основанные на личном опыте и убеждениях. Двигаясь по жизни человек, сталкивается с различными ситуациями и вызовами, которые могут сформировать жизненные ориентации или бросить вызов существующим убеждениям. На формирование смысложизненных ориентаций могут влиять такие факторы как: культурное и социальное влияние, отношения с другими людьми, личный опыт, религия, профессиональное самоопределение, активная жизненная позиция [3].

По мнению Э.С. Берберян, в молодом возрасте люди часто ориентируются на свою профессиональную деятельность. Период юности часто называют «кризисным», так как он связан с самоопределением, выделении смысла жизни, выбором профессии и мировоззрения. Человеку не просто в юности выделить свои жизненные смыслы, подразумевающие под собой выбор одного конкретного направления из множества альтернатив. Следовательно, вопрос о смысле жизни в той или иной мере волнует каждого человека в молодом возрасте [4].

Материал и методы. Для решения исследовательских задач использовался: теоретический анализ научной литературы, эмпирический метод: Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) (Д.А. Леонтьев).

Результаты и их обсуждение. Исследование студентов методикой «Тест смысложизненных ориентаций» дало нам следующие результаты: 13% (4 человека) имеют высокий показатель осмысленности жизни, у 57% студентов (17 человек) выявлен средний показатель, а у 30% (9 человек) показатель ниже среднего. Студенты с высоким показателем осмысленности жизни воспринимают процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный процесс. Они имеют жизненные цели, удовлетворены прожитым отрезком жизни, считают, что они сами контролируют свою жизнь, свободно принимают решения. Студенты с уровнем ниже среднего затрудняются в определении жизненных целей и считают, что они не могут влиять на свою жизнь.

Вывод. Исследование показало, что 13% студентов имеют высокий уровень осмысленности жизни, обладают четкими целями и ощущением контроля над своей жизнью. У 57% выявлен средний уровень, что указывает на умеренную удовлетворенность жизни и наличие некоторых целей. 30% студентов демонстрируют отсутствие четких целей и ощущением потери контроля над происходящим. Эти данные подчеркивают необходимость развития у студентов навыков целеполагания и повышения уверенности в себе для улучшения их психологического благополучия и успешности.

Список использованной литературы:

1. Кубарь, И.О. Смысл жизни: теоретические подходы / И.О. Кубарь // Вестник Московской международной академии. – 2024 – № 1. – 101–105.

2. Федосеева, Т.Е. Специфика смысложизненных ориентаций старших подростков / Т.Е. Федосеева, Е.Б. Мамонова, В.В. Сульдина // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – №61-3. – 318–321 с.

3. Балина, Т.Н. Факторы формирования смысложизненных ориентаций / Т.Н. Балина, А.Н. Пудов // Вестник ТИУиЭ. – 2023. – №3 (39). – 60–64 с.

4. Попова, Т.А. Смыслы и ценности. Структурные компоненты смысложизненных ориентаций / Т.А. Попова, М.И. Цилина // Психологические проблемы смысла жизни и акме. – 2021. – №1. – 216–221 с.

Маслякова В.И.

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
Научный руководитель – Морожанова М.М., канд. психол. наук

ВЗАИМОСВЯЗЬ КОММУНИКАТИВНОЙ ТОЛЕРАНТНОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ БАРЬЕРОВ В МЕЖЛИЧНОСТНОМ ОБЩЕНИИ У КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ

Проблема коммуникативной толерантности всегда занимала важное место в психологии, но в последние годы она приобретает особую актуальность, поскольку возрастающая международная академическая мобильность студентов приводит к тому, что в ВУЗах расширяется взаимодействие представителей различных культур и национальностей. Сформированная толерантность, позволяет студентам легко вступать в коммуникативные связи с другими, способствует познанию позиции мнения другого, стабилизирует сам процесс коммуникации [1]. Всё это ведет к современному пониманию коммуникативной толерантности как социально и личностно значимой ценности [2], следовательно, наиболее актуальной задачей в настоящее время является разработка правил общения и взаимодействия людей, принципов толерантного общения [3]. Эти трудности невозможно решить без научного анализа и осмысления. Таким образом, целью настоящего исследования является изучение связи коммуникативной толерантности и эмоциональными барьерами в общении у китайских студентов.

Материал и методы. В исследовании приняли участие китайские студенты, обучающиеся в ВГУ имени П.М. Машерова в количестве 32 человек (в возрасте 20-34 лет). Психодиагностический инструментарий: методика «Диагностика эмоциональных барьеров в межличностном общении» В.В. Бойко, методика «Диагностика общей коммуникативной толерантности» В.В. Бойко, которые были переведены на китайский язык (метод двойного перевода) [2]. Методы обработки данных: описательные статистики, корреляционный анализ Пирсона.

Результаты и их обсуждение. Анализируя результаты, полученные по методике «Диагностика эмоциональных барьеров в межличностном общении» В.В. Бойко, можно отметить, что среднее по шкале «Неумение управлять эмоциями» составило $2,16 \pm 0,92$, что указывает на некоторую склонность к неумению управлять эмоциями и дозировать их. Среднее по шкале «Неадекватное проявление эмоций» $2,66 \pm 1,15$ указывает на умеренную неадекватность в проявлении эмоций в общении с другими людьми. По шкале «Неразвитость эмоций» среднее значение $2,47 \pm 1,27$ свидетельствует об умеренной негибкости, невыразительности эмоций. «Доминирование негативных эмоций» составляет $1,97 \pm 1,58$ и говорит об умеренном уровне доминирования, преобладания негативных эмоций. Показатель «Нежелание сближаться» $1,91 \pm 1,23$ свидетельствует об умеренном нежелании у студентов сближаться с другими людьми на эмоциональной основе. Результаты диагностики общей коммуника-