

Журавская Л. С.

студентка 3 курса заочного отделения

ОНУ им.И.И.Мечникова

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ КАК ПОКАЗАТЕЛИ САМОРЕАЛИЗАЦИИ

Человеческая цивилизация постоянно развивается и совершенствуется, и это развитие не было бы возможным без развития и самосовершенствования каждой личности, каждого индивида по отдельности. Смысложизненные ориентации каждого человека - это набор свойственных только данной личности ценностей и целей, которые она выбрала как основополагающие своего существования. Выбор жизненного пути, самоопределение становятся для человека тем мотивационным центром, который определяет самореализацию.

Смысл жизни каждого человека уникален, хотя существуют и смысловые универсалии - ценности, представляющие собой обобщенные типичные смыслы.

Термин «самореализация» часто встречается в психологической литературе, но имеет свои оттенки значения у разных авторов. Так, многие этот термин расшифровывают, как неотъемлемую часть длительного процесса самосовершенствования, поиска смысла своего существования. В других источниках, самореализация - это осуществление возможностей развития Я или сбалансированное и гармоничное раскрытие всех аспектов личности; развитие генетических и личностных возможностей. Наконец, самореализацию иногда понимают, как «преодоление себя» — путь к подлинному себе, реализация себя.

Нами было проведено пилотажное исследование с целью апробации возможностей опросника «Смысложизненные ориентации (СЖО)» для исследования самореализации. Для этого испытуемые

были протестированы и проинтервьюированы. Все участники исследования не имели видимых признаков депрессии, в соответствии с требованиями опросника. Первый блок вопросов разработанного нами интервью ориентирован на определение отношения испытуемых к самореализации, второй – на апробацию теста СЖО.

В 1 блок вошли, например, такие вопросы: «Какие именно смысложизненные ориентиры с вашей точки зрения важны? Часто ли вы задаетесь вопросами, которые прочли в тесте? Открыли ли вы для себя что-то новое в процессе прохождения теста? Метафорически, как бы вы представили себе самореализацию?» и т.д. Во второй блок вошли, например, такие: «Понравился ли Вам тест? Понятна ли была Вам инструкция? Интересно ли было отвечать на вопросы? Легко ли было отвечать на вопросы? Отвлекались ли Вы на другие мысли во время теста? Что вы чувствовали, когда проходили тест?» и т.д.

Полученные результаты позволяют предположить, что изучение самореализации личности с помощью теста СЖО имеет некоторые ограничения:

1. Предложенная процедура исследования не позволяет дифференцировать неосознаваемые смысложизненные ориентации от актуально осознаваемых и поверхностных.

2. В зарубежном варианте феноменологического подхода с помощью эссе изучалось распределение смыслов, но концептуальное отождествление «смысла жизни» с «личным смыслом» изначально является искажающим фактором, т.к. личностный смысл является субъективной эмоциональной формой отражения жизненного смысла конкретной реальности. Попытки искусственно преодолеть поверхностность выявляемых смыслов осуществляются с помощью внешних признаков.

3. Выделенные исследователями типы смыслов - "Цели в жизни"; "Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни";

"Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией"; "Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни)"; "Локус контроля – жизнь или управляемость жизни") не охватывают всего смыслового поля – необходимо присутствие категории «разное или другое». При адаптации к русской выборке Д.А. Леонтьевым, смысловое содержание категорий существенно изменилось, но также остался не поддающийся типологизации некоторый объем смыслового поля («разное»).

4. Психометрический подход (Тест СЖО) предоставляет возможность измерения интенсивности как осмысленности жизни в целом, так и отдельных (выделенных Д.А. Леонтьевым) смысложизненных ориентаций - целевой ориентации, ориентации на эмоциональную насыщенность жизни, ориентации на результативность жизни. Это позволяет выявить степень реализованности жизненных смыслов на разных этапах жизни, но не раскрывает качественной специфики социального контекста жизненных ситуаций.

5. Самореализация – это большое емкое понятие. Тест СЖО ее рассматривает, как подведение итогов и удовлетворенность ими, как нечто уже достигнутое или не достигнутое. На наш взгляд, самореализация - это процесс длиною в жизнь, а не только ориентировка на уже достигнутое в прошлом и подведение итогов.

6. Поскольку жизненный смысл субъекта, его СЖО, возникают в процессе жизненных отношений, то необходимо более адекватно выявить смысловую связь между субъектом и комплексными объектами жизненного мира. Интерпретация субъектом существа различных связей между собой и объектом в сознании отражается в виде структуры СЖО. Данную интерпретацию возможно выявить в результате анализа взаимоотношений главных жизненных целей, представляющих собой возможность самореализации и реализации смысла жизни личности.

7. Осмысление жизненных целей создает возможность осознания реципиентами смыслов благодаря направленной рефлексии главных жизненных целей и их реализации. Решение «задачи на жизнь» происходит в результате перехода от актуальной жизненной ситуации к заданной идеальной, через заданную ситуацию поиска смысла жизни и завершается в ситуации субъективного понимания по отношению к своему жизненному пути.

8. Оставляя за жизненными ситуациями моделирующую роль, субъективное понимание задает процесс осознания очевидных, скрытых и потенциальных смыслов.

9. В процессе осмысления жизненных ситуаций необходимо выявить отношение к реальным жизненным противоречиям, ситуациям противодействия жизненным обстоятельствам. Это дает определенное представление об объекте в структуре личности, что способствует становлению нового содержания. В зависимости от количественной выраженности данных категорий и рассматривается структурная композиция СЖО.

10. Тест СЖО не позволяет в моделируемой ситуации осознания испытуемыми смысложизненных ориентаций, в процессе осмысления жизненных смыслов, выявить отношение к: саморазвитию, определению ценности жизни, статуса, стремления к положительным эмоциям; стабильности; достижению целей; реальной жизненной самореализацией. В ситуациях противодействия жизненным обстоятельствам есть возможность осознать и преодолеть препятствия на жизненном пути и это способствует становлению нового содержания самореализации.

Именно нахождение смыслов и есть и исток, и источник и течение одновременно. Высокая значимость достижений, социальных успехов и т.д., становятся смысловым ориентиром в самореализации.