

## **К ИССЛЕДОВАНИЮ ПРОБЛЕМЫ СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ И ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ЛИЧНОСТИ**

Сложившиеся динамические условия жизни общества ставят перед современной личностью новые задачи, успешность выполнения которых зависит от уровня развития мобилизационных возможностей, гибкости и адаптивности человека. Именно эти качества выражаются в психологической категории «hardiness» – выносливость, прочность и устойчивость личности или ее жизнестойкость.

Способность человека «жить полноценной жизнью», получать удовольствие от разнообразной деятельности и достойно преодолевать трудности, возникающие на пути к поставленной цели, является показателем сформированности его смысложизненной системы и уровня ее осознания или же понимание человеком смысла своей жизни. Так, для В.Франкла «смысл» является движущей силой человеческого поведения, то есть, осуществляя смысл, человек осуществляет тем самым себя, а разрушение существующей смысловой системы, ее переоценка или неразвитость, может привести к состоянию «экзистенциального вакуума» и спровоцировать невроз смысла, что проявляется в апатии, депрессии и потере интереса к жизни [3]. Поэтому, поиск и осознание личностью смысла является основой и стимулом для активной деятельности в познании мира и построения траектории жизненного пути. Как утверждает Д.Леонтьев, смысл не является единичным элементом в сознании личности «смысловая структура», которая включает: личностный смысл, смысловую установку, мотив, смысловую диспозицию, смысловой конструкт и личностные ценности [1]. Каждый элемент данной структуры, его особенности и уровень развития является своеобразным и уникальным для каждого человека. Поэтому, развитие смысловой системы должно

предусматривать ряд аспектов, которые интегрируют как общие, так и индивидуальные характеристики этого образования.

Устойчивость личности, способность адекватно оценивать ситуацию и свои возможности в ней можно развивать путем целенаправленного воздействия и работы над каждым компонентом смысловой системы. Элементы смысловой сферы достаточно явно перекликаются со структурными компонентами жизнестойкости личности, такими как: вовлеченность, контроль, принятие риска. Так вовлеченность выражает отношение личности к собственной деятельности. Чем больше удовольствия получает человек от личной активности, тем выше показатель его вовлеченности. Второй компонент - контроль, демонстрирует готовность личности к противостоянию внешним обстоятельствам и способность влиять на результат. Самостоятельное принятие решений является показателем развитого компонента контроля. Принятие риска является третьим компонентом. Его сущность заключается в активном освоении опыта, несмотря на трудности, которые могут возникать на пути к поставленной цели [2]. Прежде чем приступать к развитию жизнестойкости человека, необходимо определить наличие основополагающего элемента - смысла, или же осмысленность жизни. Так, при помощи методики «СЖО» Д.А.Леонтьева можно исследовать представления личности о собственном будущем по таким шкалам как осмысленность жизненной перспективы, интерес к жизни, степень удовлетворения жизнью, локус контроля. Полученные результаты дают возможность произвести глубокий анализ с целью определения потенциальных возможностей личности или же наличия проблем. Кроме этого, показатели шкал дают информацию о компонентах жизнестойкости личности. В частности, шкалы процесса жизни и результативности, демонстрируют отношение личности к собственной деятельности, эмоциональную насыщенность и удовлетворенность или

неудовлетворенность тем, что человек имеет в данный момент. Следует отметить, что указанные данные демонстрируют корреляционные связи с компонентом вовлеченности. Шкала локуса контроля - Я, коррелирует с компонентом контроля. Высокие баллы по данной шкале свидетельствуют о том, что личность считает себя сильной и имеет возможности и свободу выбора, в зависимости от выбранных целей и имеющихся смыслов жизни. Соответственно, такой компонент структуры жизнестойкости как принятия риска, отражается показателями шкалы локуса контроля - жизнь. Высокие баллы дают возможность сделать выводы, что личность имеет убеждения относительно выбора поступков, которые приведут к тому или иному результату, их прогнозирования и коррекции.

В зависимости от композиции полученных результатов, можно делать начальные выводы относительно уровня развития и сформированности смысловой сферы личности.

Таким образом, определено, что система смысло-жизненных ориентаций имеет прямую связь с таким личностным образованием как «жизнестойкость». А развитие смысловой системы личности, сформированность ее компонентов и формы проявления на различных уровнях является основополагающим звеном в исследовании и формировании устойчивости и адаптивных возможностей человека.

#### Список используемой литературы

1. Леонтьев Д. А. Психология смысла : природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2003. — 487 с.
2. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. — 63 с.
3. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. — 372 с.