

На правах рукописи

Чулкова Мария Александровна

**ПРЕОДОЛЕНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНОЙ ИЗОЛЯЦИИ
СТАРШЕКЛАССНИКОВ НА ОСНОВЕ ФОРМИРОВАНИЯ
СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ**

Специальность 19.00.07 – педагогическая психология

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени кандидата
психологических наук

Екатеринбург 2008

Работа выполнена на кафедре общей и социальной психологии
ГОУ ВПО «Курганский государственный университет»

Научный руководитель: доктор психологических наук,
профессор Овчарова Раиса Викторовна

Официальные оппоненты: доктор психологических наук,
профессор Атаханов Разиюлло Атаханович

кандидат психологических наук,
доцент Токарева Юлия Александровна

Ведущая организация: ГОУ ВПО «Уральский государственный
педагогический университет»

Защита состоится «16» мая 2008 г. в 16.00 часов на заседании диссертационного совета ДМ 212.286.07 по защите докторских и кандидатских диссертаций при ГОУ ВПО «Уральский государственный университет им. А.М. Горького» по адресу: 620083, г. Екатеринбург, пр. Ленина, 51, комн. 248.

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке ГОУ ВПО «Уральский государственный университет им. А.М. Горького».

Автореферат разослан « ____ » _____ 2008 г.

Ученый секретарь диссертационного совета,
кандидат педагогических наук, доцент



Л.Г. Попова

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы. Социально-политические изменения в России, обуславливающие смену жизненных ориентиров и ценностей, оказывают большое влияние на развитие и становление личности. В этих условиях актуализируется проблема отдельно взятого человека и его способности сохранять свою целостность в существующей системе отношений с миром, с другими людьми, с самим собой. Одним из последствий дисгармонии в системе отношений часто становится более частная проблема межличностной изоляции, под которой понимается физическая и психологическая отдаленность от общества в целом, а также от значимых других, находящихся в близком окружении человека (С.Л. Рубинштейн, И.С. Кон, Х. Ремшмидт и др.).

Проблема межличностной изоляции особенно актуальна в юношеском возрасте (15–17 лет), который является определяющим для дальнейшего развития самосознания и формирования адекватной самооценки. Именно в этот период неудовлетворенность потребности во взаимоотношениях с другими людьми и связанное с этим острое переживание своего одиночества может стать причиной развития целого ряда отрицательных черт личности и особенностей поведения. В то же время, способность находиться в одиночестве, использовать это время для самопонимания и творческой самореализации есть необходимая часть взросления молодого человека, внутреннее условие формирования идентичности.

Практический интерес к изучаемой проблеме определяется потребностью каждого юноши осознать собственные возможности, успешно адаптироваться к динамично изменяющимся условиям современного общества и реализовать себя как личность. Для этого молодому человеку необходимо обладать способностями к активному и радикальному перестраиванию самих жизненных условий, способностями его к изменению и развитию самого себя. Вследствие этого становится необходимой ориентация современного образования на выполнение новой для него функции – выступать воспитательным пространством развития молодого человека, способного к самоопределению и саморазвитию. Такой взгляд особенно чётко и ясно отражается в парадигме развивающего образования и современных концепциях педагогической психологии и психологии развития (А.Г. Асмолов, В.С. Мухина, Р.В. Овчарова, И.С. Якиманская и др.).

Несмотря на существенные достижения отечественных (В.В. Абраменкова, О.Б. Долгинова, Я.Л. Коломенский, Н.А. Николаева, С.Г. Малышева, А.В. Мудрик, В.С. Мухина, А.Б. Орлов, Н.А. Рождественская и др.) и зарубежных (Р. Вэйс, В. Дерлега, К. Мустакас, Х. Салливан, У. Сандлер, З. Фрейд, Э. Фромм, Ф. Фромм-Райхманн, И. Ялом и др.) исследователей в изучении феномена межличностной изоляции, необходимо отметить ряд актуальных для юношеского возраста вопросов, которые требуют дальнейшей теоретической и экспериментальной проработки:

- существуют разногласия в определении самого понятия межличностной изоляции;

- недостаточно изучены ее причины, факторы и условия проявления в юношеском возрасте;
- остается открытым вопрос об особенностях смысловой сферы личности в условиях межличностной изоляции;
- не выяснены теоретические основания для разработки программ преодоления межличностной изоляции старшеклассников.

Необходимо также отметить, что в отечественной психологии и педагогике проблема межличностной изоляции традиционно решается в рамках деятельностного подхода посредством социально-психологических методов. При всей состоятельности этих методов, они имеют ряд ограничений, связанных с использованием манипулятивных технологий, которые только усугубляют разрыв людей друг с другом и окружающим миром.

В целом исследование данной проблемы обусловлено наличием следующих противоречий:

- между недостаточной теоретической разработанностью проблемы преодоления межличностной изоляции и её практической значимостью для каждого молодого человека;
- между определяющим влиянием жизненных смыслов на субъективное переживание одиночества и отсутствием программ преодоления межличностной изоляции старшеклассников через изменение их смысложизненных ориентаций.

Таким образом, преодоление межличностной изоляции в юношеском возрасте – одна из важных психолого-педагогических проблем, для решения которой необходима разработка адекватных методов, способов и технологий.

Это определило выбор **темы исследования**: «Преодоление межличностной изоляции старшеклассников на основе формирования смысложизненных ориентаций».

Объект исследования: соотношение межличностной изоляции и смысложизненных ориентаций старшеклассников.

Предмет исследования: межличностная изоляция старшеклассников и психологическая программа ее преодоления через формирование смысложизненных ориентаций.

Цель исследования: изучение особенностей межличностной изоляции старшеклассников и разработка психологической программы ее преодоления.

На основе выявленных противоречий и поставленной цели нами были сформулированы **гипотезы исследования**:

1. Межличностная изоляция старшеклассников и ее переживание как одиночества связана с особенностями их смысложизненных ориентаций, проявляется в объективном и субъективном аспектах.
2. Существуют половозрастные различия в проявлении межличностной изоляции и смысложизненных ориентаций.
3. Соотношение межличностной изоляции и смысложизненных ориентаций имеет определенную специфику, которая может служить основанием для выделения типологии старшеклассников.

4. Старшеклассники, изолированные от группы сверстников, отличаются от остальных по уровню переживания одиночества, особенностям смысложизненных ориентаций и характеру взаимоотношений с окружающими.

5. Возможно преодоление межличностной изоляции старшеклассников на основе формирования смысложизненных ориентаций.

В соответствии с целью были определены **задачи исследования:**

1. Теоретический анализ проблемы межличностной изоляции и ее преодоления в юношеском возрасте.

2. Эмпирическое исследование особенностей межличностной изоляции и смысложизненных ориентаций старшеклассников.

3. Определение типологии старшеклассников в зависимости от социального статуса, наличия переживания одиночества и уровня сформированности жизненных смыслов.

4. Выявление специфики смысложизненных ориентаций, уровня переживания одиночества и характера взаимоотношений с окружающими у «изолированных» старшеклассников.

5. Разработка и апробация программы преодоления межличностной изоляции старшеклассников через формирование смысложизненных ориентаций.

В качестве методологических и теоретических основ исследования были использованы:

- принципы системного и деятельностного подходов (Б.Ф. Ломов, А.Н. Леонтьев);

- принципы развития (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, Д.И. Фельдштейн);

- концепции персоногенеза и самосознания личности (В.С. Мухина, В.В. Столин);

- антропологическая трехмерная модель личности (В. Франкл).

В соответствии с предметом исследования использовались следующие **методы:** теоретический анализ литературы; эксперимент; контент-анализ; тестирование; анкетирование; психотренинг; методы параметрической и непараметрической статистики.

Методики: для исследования смысложизненных ориентаций в объективном аспекте: тест «СЖО» Д.А. Леонтьева; в субъективном аспекте: «Анкета о смысле жизни» В.Э. Чудновского;

для исследования межличностной изоляции в объективном аспекте: социометрия Дж. Морено; в субъективном аспекте: опросник «Одиночество» О.Б. Долгиновой.

В ходе исследования разработаны анкеты для изучения социально-педагогических условий межличностных отношений и переживаний одиночества.

Экспериментальной базой исследования явились общеобразовательные школы № 52, № 112 г. Челябинска. В исследовании приняли участие 339 учащихся 9–11 классов, в возрасте 15–17 лет.

Научная новизна исследования состоит:

- в анализе феномена межличностной изоляции как многомерной структуры, включающей в себя и объективные, и субъективные стороны, способной восприниматься индивидом, как в позитивном, так и в негативном аспекте;

- в изучении особенностей смысложизненных ориентаций у «изолированных» старшеклассников;
- в рассмотрении специфики переживания одиночества «изолированными» старшеклассниками;
- в разработке психологической программы преодоления межличностной изоляции старшеклассников через формирование их смысложизненных ориентаций.

Теоретическая значимость:

- в уточнении понятия межличностной изоляции старшеклассников;
- в выделении объективных и субъективных сторон межличностной изоляции;
- в выявлении соотношения смысложизненных ориентаций и межличностной изоляции;
- в изучении типологии старшеклассников по соотношению смысложизненных ориентаций и межличностной изоляции.

Практическая значимость исследования заключается в разработке психологической программы преодоления межличностной изоляции старшеклассников через формирование смысложизненных ориентаций. Данная программа может быть использована в работе школьных и социальных психологов в развивающих, профилактических и коррекционных целях. Диссертационное исследование вносит вклад в разработку модели психологического сопровождения изолированных старшеклассников.

Достоверность результатов исследования обеспечивается методологической обоснованностью поставленной в диссертации проблемы, применением комплекса методов и методик, соответствующих предмету и задачам исследования, результатами опытно-экспериментальной работы, репрезентативностью выборок, использованием компьютерных адекватных программ математической статистики Microsoft Office Excel 2000; United SPSS 11.0 – Data Editor for Windows, Statistica 6.0 for Windows.

Апробация и внедрение результатов исследования. Теоретические и экспериментальные данные исследования освещались на научно-практических конференциях г. Челябинска (2001 г., 2002 г., 2005 г.), г. Кургана (2004, 2006 гг.), г. Казани (2006 г.), Москвы (2007 г.); работа прошла апробацию на заседаниях кафедры общей и социальной психологии Курганского государственного университета, кафедры психолого-педагогических дисциплин Челябинского государственного педагогического университета (2007 г.). Коррекционная программа апробировалась на базе общеобразовательной школы № 52 г. Челябинска. По данной проблеме опубликовано 11 научных работ.

Положения, выносимые на защиту:

1. Межличностная изоляция в юношеском возрасте является барьером в системе значимых отношений и проявляется, с одной стороны, как неспособность быть с другими, а с другой стороны, как внутреннее деструктивное переживание одиночества, сопряженное с затруднениями в формировании смысложизненных ориентаций. Она может восприниматься индивидом как позитивно, так и негативно.

2. Между смысложизненными ориентациями и межличностной изоляцией существует обратная связь: в объективном аспекте отношение окружающих к молодому человеку есть результат его представления о себе, людях и мире; в субъективном аспекте подверженность одиночеству тем выше, чем ниже уровень осмысленности жизни и осознанности отношений с окружающими людьми.

3. С учетом социального статуса, наличия/отсутствия переживания одиночества и уровня сформированности жизненных смыслов выделено четыре типа: первый тип *«плывущие по течению»* характеризуется несформированностью смысложизненных ориентаций, наличием переживания одиночества и негативным отношением со стороны группы. Для представителей второго типа *«авторитетные лидеры»* характерными признаками являются: сформированность жизненных смыслов, высокое статусное положение и наличие переживания одиночества. Третий тип *«отвергаемые собой и другими»* характеризуется несформированностью смысложизненных ориентаций, низким статусным положением и отсутствием переживания одиночества. Четвертый тип *«сам для себя»* имеет высокий уровень сформированности смысложизненных ориентаций, обладает низким статусом в среде сверстников и может переживать одиночество конструктивно и использовать его для саморазвития. Отличительными гендерными характеристиками выделенных типов является преимущественно женский состав *«лидеров»* и преобладание лиц мужского пола в составе четвертого типа – обособленного и самодостаточного.

4. *«Изолированные»* старшеклассники чаще встречаются в возрасте 15 лет, чем на этапе окончания школы (17 лет), и характеризуются низким уровнем осознанности смысла жизни, затрудняются в профессиональном и личностном самоопределении, негативно оценивают свой жизненный путь, верят в его предопределенность и склонны выбирать неэффективную жизненную позицию. Для них характерна неудовлетворенная потребность в принятии их сверстниками, недостаток доверительных отношений с окружающими людьми, при этом они реже осознают свое одиночество, чем им сверстники.

5. Преодоление достигается за счет развития ответственности за осуществление жизненных целей и ценностей, организующих и направляющих жизнедеятельность субъекта; способности старшеклассника формулировать личностные смыслы, соотносить их с интересами общества, выстраивать гармоничные отношения с окружающими и использовать время одиночества для саморазвития.

Объем и структура диссертации. Диссертация состоит из введения, трёх глав, библиографического списка, состоящего из 172 работ, в том числе 16 работ зарубежных авторов. Иллюстрации к диссертации содержат 20 таблиц, 19 рисунков и 4 приложения на 27 листах. Объем работы без приложений составляет 157 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **Введении** обосновывается актуальность исследования, определяются объект, предмет, цель и задачи, формулируются гипотезы и положения, выносимые на защиту, раскрывается научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы, перечисляются используемые методы.

В первой главе «Проблема межличностной изоляции и ее преодоление в юношеском возрасте» определены основные понятия и методологические положения исследования, представлен анализ теоретических подходов к рассмотрению факторов межличностной изоляции в юношеском возрасте. Отдельное внимание уделяется особенностям взаимоотношений и смысложизненных ориентаций старшеклассников.

В параграфе 1.1. «Понятие и структура межличностной изоляции» проанализированы подходы зарубежных и отечественных авторов к пониманию проблемы межличностной изоляции, рассмотрены ее виды. В результате анализа уточняется определение межличностной изоляции, которая трактуется как физическая отстраненность от других людей (добровольная либо вынужденная), сопровождающаяся переживанием одиночества (позитивным, либо негативным).

Разводятся понятия изоляции, уединения и одиночества. Добровольная физическая отдаленность соответствует понятию «уединение». Под «одиночеством» следует понимать переживания человека (психическое состояние), вызванные его отделенностью, оторванностью от значимого окружения, сообщества людей, исторической реальности. Сделан вывод о том, что межличностная изоляция как проблема, связана с негативной формой переживания одиночества, которая сопровождается неспособностью быть с другими в отношениях.

Выделяются два аспекта межличностной изоляции: объективный (наличие ситуации изоляции) и субъективный (отношение человека к собственной изоляции). Приводится схема, характеризующая соответствующие виды межличностной изоляции (рисунок 1).

Исходя из представленной схемы, очевидно, что добровольная изоляция способствует саморазвитию, процессам переосмысления и выбору жизненных ориентиров. Последствия вынужденной изоляции могут быть разными, в зависимости от субъективного отношения человека к сложившейся ситуации – отсутствия либо наличия переживания одиночества. В первом случае активизируется механизм психологической защиты личности, который проявляется в форме ухода от реальности. Во втором – имеют место деструктивные процессы, связанные с проявлением агрессивных реакций, как в отношении себя, так и в отношении окружающих; либо процессы конструктивные, во многом сходные с процессами, происходящими в случае добровольной изоляции (уединения).



Рис.1. Структура и виды межличностной изоляции

В параграфе 1.2. «Факторы формирования межличностной изоляции, переживаемой как одиночество в юношеском возрасте» анализируются взгляды отечественных и зарубежных авторов, предпринимавших попытки определить причины межличностной изоляции, рассматриваются конструктивные и деструктивные способы переживания одиночества.

В результате анализа выделены четыре основных причины межличностной изоляции в юношеском возрасте: 1) необъяснимости процесса роста (нельзя разрешить противоречие «зависимость – автономия» на фоне речных психофизиологических изменений); 2) неспособность быть с другими и использование других в своих интересах; 3) активный рост самосознания и поиск смысла жизни; 4) давление ближайшего социального окружения, которое приводит к утрате спонтанности, способности выражать свои чувства и осознавать себя.

В качестве деструктивных способов переживания одиночества выделяются стремление уйти в какую-либо деятельность; самоизоляция; «слияние» с близким человеком или с группой. Т.е. «переход в уединенное» отнесено использование времени пребывания в одиночестве для творчества и саморазвития, которые являются основным ресурсом для поиска смысла жизни (Ф. Франкл, Э. Фромм, М. Бубер).

Делается вывод о том, что неспособность строить отношения с другими и поиск смысла жизни – имеют субъективный характер и требуют особого внимания при оказании психологической помощи на более высоком уровне (через изменение себя)

по преодолению межличностной изоляции, переживаемой как одиночество в юношеском возрасте. В силу своих возрастных особенностей, молодой человек может оказаться неспособным строить отношения с окружающими, а также конструктивно использовать время пребывания в одиночестве.

В параграфе 1.3. «Особенности межличностных взаимоотношений в юношеском возрасте» рассмотрены основные типы отношений, а также последствия, к которым приводит неспособность выстраивать отношения. Определено два типа межличностных отношений: 1) относительно благополучный, сопровождающийся принятием со стороны группы сверстников и переживанием чувства единства с ней; 2) относительно неблагополучный, когда человек оказывается изолированным от группы и болезненно переживает своё положение.

Показано, что, во-первых, неблагополучный тип отношений приводит к фрустрации потребности в общении со сверстниками и значимыми взрослыми (учителями, родителями), которая является одной из ведущих в юношеском возрасте. Во-вторых, ситуация изоляции отрицательно сказывается не только на успешности в деятельности молодого человека, но и на дальнейшем формировании его личности. В частности, могут сформироваться черты характера, препятствующие эффективной коммуникации, а также негативное отношение к себе и, как следствие – неадекватная самооценка.

Параграф 1.4. «Смыслоразнозначные ориентации и особенности их проявления в юношеском возрасте» включает анализ подходов к пониманию смысла жизни и смыслоразнозначных ориентаций в работах зарубежных и отечественных авторов, а также анализ особенностей смыслоразнозначных ориентаций в период юношества.

В качестве основы для изучения проблемы формирования смысла жизни выступают: деятельностный подход, предложенный А.Н. Леонтьевым; представления Л.С. Выготского о динамических смысловых системах индивидуального сознания личности; экзистенциальный анализ (логотерапия), создателем которого является В. Франкл. При анализе проблемы становления смысла жизни в юношестве особое внимание уделяется характеристике переломных моментов в возрастном развитии и их соотношению с особенностями жизненных смыслов.

В результате проделанного анализа делается вывод о том, что смысл жизни представляет собой интегративный феномен, связывающий объективные жизненные отношения субъекта, предметное содержание сознания, предмет и строение его деятельности. Содержание смысловой сферы личности раскрывается в ее структуре, имеющей уровневую организацию: от личностных смыслов и установок, обеспечивающих регуляцию деятельности, через формирование мотивов, диспозиций и смысловых конструктов, до становления личностных ценностей.

Выделяются точки соприкосновения в позициях деятельностного и экзистенциального (В. Франкл) подходов: смысл жизни представляет собой высшую ценность человека, при этом человек является творцом своей собственной судьбы и несет за нее личную ответственность. Формулируются

следующие рабочие определения. Смысл жизни – это базовая мотивационная тенденция личности, направленная на осознание сущности собственного «Я», места в жизни, жизненного предназначения. Смыслоразностные ориентации – это ценности и цели, которые задают направление и границы самореализации личности как субъекта жизненного пути.

Признается, что смысл жизни есть прижизненное приобретение человека, результат деятельности по преобразованию самого себя и своей жизненной ситуации. Смысл жизни в процессе возрастного развития облегчает межфазовые переходы; его деформация, сужение негативно сказываются на целостности личности.

Юношеский возраст выделяется в качестве сензитивного периода для проявления смысла жизни как психологического новообразования, которое развивается на основе становления главного мотива (жизненной цели), выявления и формулирования главной задачи, связанной с отдалённым будущим. Подчеркивается, что в этом возрасте внутренний мир и индивидуальные смысловые ориентации приобретают самодостаточность, переходящую в сверхценность. Здесь формируются предпосылки для становления высшей системы регуляции, характерной для зрелой автономной личности – системы, основанной на логике свободного выбора.

Вторая глава «Эмпирическое исследование межличностной изоляции и смыслоразностных ориентаций старшеклассников» включает описание методов эмпирического исследования, результаты изучения особенностей межличностной изоляции и смыслоразностных ориентаций, анализ и интерпретацию соотношения в проявлениях данных феноменов.

Параграф 2.1. «Организация и методы эмпирического исследования» содержит теоретическое обоснование и описание используемых методик, базы исследования и характеристики выборки.

Исследование особенностей межличностной изоляции осуществлялось с помощью: 1) социометрического теста Дж. Морено, который позволил определить статус каждого старшеклассника в группе сверстников (объективный аспект изоляции); 2) опросник «Одиночество» О.Б. Долгиновой и анкета «Дополни предложения» в авторской разработке, которые позволили выявить степень осознанности переживания одиночества и его устойчивости, а также характер эмоциональных переживаний, связанных с одиночеством (субъективный аспект изоляции).

Для *исследования особенностей смыслоразностных ориентаций* были использованы: 1) «Тест смыслоразностных ориентаций» Д.А. Леонтьева, который позволил изучить цели в жизни, процесс (интерес и эмоциональную насыщенность жизни), результативность (удовлетворенность самореализацией), а также две составляющих локуса контроля: локус контроля – Я (хозяин жизни) и локус контроля – Жизнь (управляемость жизни); 2) «Анкета о смысле жизни» В.Э. Чудновского, которая позволила исследовать особенности понимания учащимися понятия смысла жизни, отношения к его изменениям, а также факторы, влияющие на его становление.

Для выявления *социально-педагогических условий и межличностных отношений* (в семье, с учителями и сверстниками) автором была разработана и использована анкета для старшеклассников.

Для *математико-статистической проверки* выдвинутых гипотез использовались методы дескриптивной статистики (вычисление выборочной средней величины, стандартного отклонения, частотный анализ данных), сравнительного анализа (t-критерий Стьюдента, критерий Хи-квадрат), корреляционного анализа по методу Спирмена, кластерного анализа методом иерархизации данных и факторного анализа по методу главных компонент.

База исследования. В исследовании приняло участие 339 учащихся 9-11 классов общеобразовательных школ №112 и № 52 г. Челябинска в возрасте 15-17 лет. Из них: учащихся 9-х классов – 138 человек; учащихся 10-х классов – 92 человека; учащихся 11-х классов – 107 человек. Половозрастной состав выборки: юноши – 155 человек; девушки – 184 человека.

В параграфе 2.2. «Исследование особенностей межличностной изоляции старшеклассников» представлены результаты изучения социометрического статуса (объективный аспект изоляции) и переживаний одиночества (субъективный аспект изоляции). Описаны возрастные и гендерные особенности в характере межличностной изоляции, выявленные в процессе дескриптивного и сравнительного анализа данных.

Объективный аспект изоляции. Согласно результатам социометрического теста, количество испытуемых с низким статусом (56%) преобладает над количеством испытуемых с высоким статусом (44%). Из пяти уровней статуса на первом месте находятся пренебрегаемые учащиеся (41,6%), на втором – предпочитаемые (37,2%), на третьем – отвергаемые (8,5%), на четвертом – «звезды» (6,8%), на пятом – изолированные (5,9%).

При этом учащиеся старшего возраста реже оказываются в ситуации межличностной изоляции: в девятых классах каждый девятый учащийся – изолированный, а в одиннадцатых – каждый тридцать шестой (различия значимы при $p \leq 0,05$), что может быть вызвано недостаточной осознанностью у девятиклассников своего отношения к «другому».

В гендерном аспекте обнаружены достоверные различия по позитивным выборам: девушек выбирают чаще чем, юношей (различия значимы при $p \leq 0,05$). Кроме того, среди юношей отмечается больший процент низких статусов (68%), чем высоких (32%); у девушек же, наоборот, процент высоких статусов (54%) превышает процент низких (46%). При этом количество изолированных юношей (9,6%) превышает количество изолированных девушек (2,7%) в 3 раза.

Субъективный аспект изоляции. С помощью опросника О.Б. Долгиновой выявлялось наличие/отсутствие переживания одиночества; с помощью контент-анализа – глубина и качество этого переживания. Анализ результатов позволил выделить восемь уровней переживания одиночества старшеклассниками:

I. Осознает свое одиночество и свои чувства, позитивно переживает ситуацию межличностной изоляции, продуктивно использует время своего одиночества для творческого саморазвития (конструктивный уровень).

II. Может испытывать в ситуации одиночества как позитивные, так и негативные чувства, при этом осознанно принимает ситуацию одиночества и может быть в ней.

III. Осознает свое одиночество, испытывая при этом острые негативные переживания; пытаясь избежать этих переживаний, стремится любыми способами «прервать» свое одиночество.

IV. Находясь в ситуации межличностной изоляции, осознает свое одиночество, испытывая при этом негативные чувства.

V. Находясь в ситуации межличностной изоляции не осознает свое одиночество, причём данная ситуация вызывает у него положительные эмоции;

VI. Не осознает свое одиночество и не переживает его.

VII. Не осознает своего одиночества и своих чувств, при этом стремится любыми способами избежать «столкновения» с одиночеством.

VIII. Находясь в ситуации межличностной изоляции не осознает своего одиночества, причём данная ситуация вызывает у него отрицательные эмоции.

Выделенные уровни проявляются у старшеклассников следующим образом. Самый высокий показатель в выборке испытуемых отмечается по восьмому уровню переживания одиночества (23,4%). Каждый четвертый учащийся в ситуации одиночества испытывает острые негативные переживания, которые мешают ему осмыслить данную ситуацию (эмоциональный фон настолько высок, что отрицательные чувства «захлестывают» молодого человека, и места для осознания своего положения не остается).

Следующий по частоте встречаемости – второй уровень переживания одиночества (19,8%). Каждый пятый испытуемый, находясь в ситуации одиночества, понимает его и осознает свои чувства, принимает свое одиночество как данность и может находиться в нем без ущерба для себя. (Это есть, по-видимому, шаг к взрослости, когда юноша принимает ответственность за свой выбор и за свои чувства, в том числе, и отрицательные).

Первый (конструктивный) уровень переживания одиночества отмечается у 5,6% респондентов. Каждый восемнадцатый испытуемый, находясь в ситуации одиночества, принимает ответственность на себя, находит в данной ситуации положительные моменты и использует это время для саморазвития, самосовершенствования, творчества.

Возрастные и гендерные различия в субъективном переживании одиночества состоят в следующем. В одиннадцатых классах, в отличие от девярых, повышается ответственность за переживание одиночества, осознанный выбор и «осознанное проживание» своего одиночества, снижается уровень психологической защиты от пребывания в одиночестве, реже встречается избегание погружения в одиночество, повышается позитивное переживание одиночества.

Девушкам более свойственны негативные переживания одиночества, у них больше выражен механизм психологической защиты от этого состояния. Тем не менее, они больше, чем юноши, понимают свое одиночество и принимают на себя ответственность за него. Юноши в целом меньше осознают ситуацию одиночества и у них меньше опыта проживания своего одиночества, чем у

девушек. Вместе с тем, в сравнении с девушками, юноши чаще испытывают позитивные чувства в отношении одиночества и более склонны к конструктивному переживанию этого состояния.

В параграфе 2.3. «Исследование особенностей смысложизненных ориентаций старшеклассников» представлены результаты изучения уровня сформированности смысложизненных ориентаций (СЖО) старшеклассников и их особенностей с учетом возрастных и гендерных различий.

Уровень сформированности СЖО. Анализ данных, полученных с помощью теста Д.А. Леонтьева, свидетельствует о том, что средние показатели выборки находятся в зоне нормативных значений. При этом значимые различия по результатам теста в разных возрастных группах не зафиксированы.

Вместе с тем, прослеживаются различия (на уровне значимости $p \leq 0,001$) по всем субшкалам теста, указывающие на более высокий уровень смысложизненных ориентаций у девушек, чем у юношей. Девушки, в сравнении с юношами, более целеустремленны, ответственны за себя и свою жизнь, ориентированы на процесс жизни, склонны воспринимать свою жизнь как интересную и наполненную смыслом, ориентированы на будущую перспективу, а также более ориентированы на анализ и осмысление собственного жизненного опыта.

Структура СЖО. Исследование качественной составляющей смысложизненных ориентаций с помощью анкеты В.Э. Чудновского позволило выделить три блока, каждый из которых имеет свою гендерную и возрастную специфику:

I. Осознанность смысла жизни – понимание своего отношения к миру и к себе. К одиннадцатому классу и юноши, и девушки, как правило, яснее формулируют как общечеловеческий, так и личный смысл жизни.

II. Внутренняя мировоззренческая позиция – устойчивость системы отношений и взглядов человека на окружающую его действительность, на мир и свое место в нем. Как в девярых, так и в одиннадцатых классах личностная направленность преимущественно ориентирована в будущее; у юношей больший процентный показатель по шкале «Гедонистическая установка», тогда как у девушек увеличивается процентное число показателей по параметрам «Цель» и «Служение».

III. Частные значения смысла – подключенность индивидуального сознания к сознанию общественному, к культуре. Как в девятом, так и в одиннадцатом классах испытуемые отдают предпочтение профессиональному становлению и достижению успеха; у девятиклассников в большей степени выражена ориентация на взаимоотношения с семьей, друзьями или возлюбленными, а также на создание своей собственной семьи. При этом юноши в большей степени, чем девушки стремятся к достижению признания и успеха. Для девушек важнее получение образования, создание собственной семьи.

В параграфе 2.4. «Исследование особенностей старшеклассников со статусом «изолированные»» осуществлялся сравнительный анализ показателей субъективного переживания одиночества и смысложизненных

ориентаций изолированных с показателями по выборке в целом. Для выяснения факторов, способствующих межличностной изоляции, – сравнительный анализ группы изолированных старшеклассников и группы их сверстников, имеющих высокий статус в группе.

Специфика переживания одиночества. Показано, что изолированные старшеклассники реже осознают свое одиночество, чем им сверстники (31,6% и 42,3% соответственно), а значит, им сложнее объективно воспринимать ситуацию изоляции и предпринимать объективные шаги к ее преодолению.

Специфика смысложизненных ориентаций. Независимо от пола и возраста, изолированные старшеклассники имеют более низкий уровень осознанности смысла жизни, чем их сверстники (5,6% и 40,4% соответственно). В структуре СЖО для них характерна неудовлетворенность потребности в принятии и общении, фатализм, ориентация на материальные ценности, а также склонность к уходу от внешней и внутренней реальности. Кроме того, они затрудняются в самоопределении, негативно оценивают свой жизненный путь, верят в его предопределенность и выбирают неэффективную жизненную позицию.

Специфика социальной ситуации. Старшеклассники со статусом «изолированные» чаще воспитываются в неполной семье (45%) и чаще являются единственным ребенком (25%), чем их сверстники с высоким статусом в группе (30% и 20%). Основной проблемой для них является недостаток доверительных отношений с окружающими людьми. В первую очередь это взрослые, ассоциирующиеся с функцией контроля (отцы и учителя), во вторую – дети и подростки, общение с которыми носит вынужденный характер (сиблинги и сверстники). Взаимопонимание с отцами присутствует в 45% случаев, с учителями – в 15% случаев, с братьями и сестрами – в 33% случаев, со сверстниками – в 30%. При этом плохие отношения отмечаются с учителями (15%) и сиблингами (33%).

С учетом полученных результатов очевидной становится необходимость проверки гипотезы о связи межличностной изоляции со смысложизненными ориентациями, формирование которых, как следует из теоретического анализа проблемы, может оказаться решающим фактором в процессе психолого-педагогического воздействия на состояние и поведение изолированных старшеклассников.

В параграфе 2.5. «Анализ соотношения межличностной изоляции и смысложизненных ориентаций старшеклассников» показаны особенности взаимосвязи социального статуса, наличия переживания одиночества и уровня сформированности жизненных смыслов учащихся 9–11-х классов; на основании различий в соотношении перечисленных параметров выделяются четыре типа старшеклассников, дается описание каждого из них; выделяются пять факторов, характеризующих структуру этих соотношений.

Особенности взаимосвязи социального статуса, наличия переживания одиночества и уровня сформированности жизненных смыслов изучались методом корреляционного анализа, который показал следующее:

- социальный статус (социометрический тест) положительно связан с показателями осмысленности и процесса жизни (тест «СЖО» Д.А. Леонтьева)

на уровне значимости $p \leq 0,01$. Это свидетельствует о низком уровне осознанности жизни, ее эмоциональной насыщенности, а также о низкой удовлетворенности своей жизнью старшеклассников с низким социальным статусом;

- наличие переживания одиночества (тест «Одиночество» О.Б. Долгиновой) отрицательно связано с показателями осмысленности жизни, оценки результата жизни и локусом контроля жизни (тест «СЖО» Д.А. Леонтьева) на уровне значимости $p \leq 0,01$. Это свидетельствует о том, что старшеклассники с высоким уровнем смысложизненных ориентаций, убежденные в своей способности контролировать жизнь и воплощать принимаемые решения, меньше подвержены переживанию одиночества; кроме того, переживание одиночества не свойственно молодым людям, оценивающим пройденный отрезок своей жизни как позитивный и продуктивно прожитый.

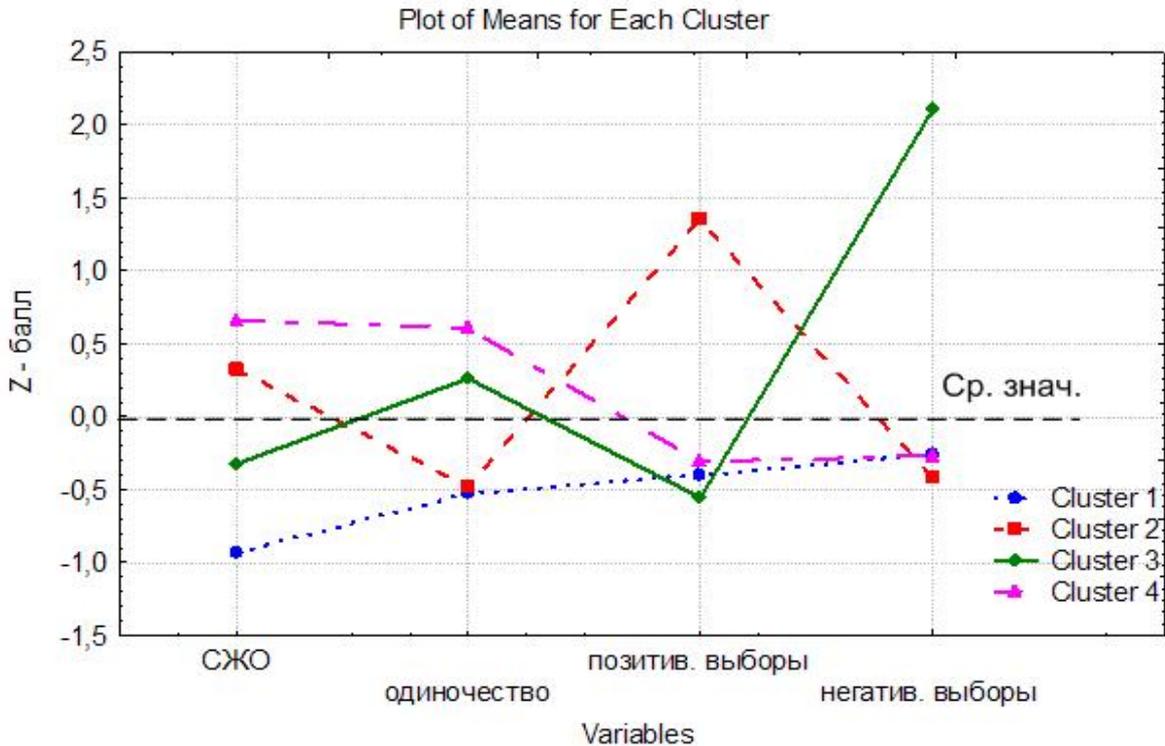
Типология старшеклассников выделена и описана посредством кластерного анализа по методу k-средних, в результате чего были выделены и описаны четыре типа-кластера (рисунок 2).

Тип **«Плывущие по течению»** объединил 28,9% испытуемых (в том числе, 53 девушки и 45 юношей), для которых характерны наличие переживаний одиночества и несформированность смысложизненных ориентаций, при негативном отношении группы к ним.

Тип **«Авторитетные лидеры»** объединил 21,8% испытуемых (в том числе, 59 девушек и 15 юношей), которым присуще переживание одиночества, сформированность жизненных смыслов и высокое статусное положение. Это лидеры, умеющие сформулировать текущие и перспективные цели, активно вовлеченные в жизненные процессы и обладающие авторитетом в своей среде.

Тип **«Отвергаемые собой и другими»** является самым малочисленным и составляет 12,7% испытуемых (в том числе, 20 девушек и 23 юноши). Для представителей этого типа характерно отсутствие переживания одиночества, несформированность смысложизненных ориентаций и низкое статусное положение. Это молодые люди, которые затрудняются в построении перспектив и адекватной оценке прожитого, испытывая на себе негативное отношение группы.

Тип **«Сам для себя»** объединяет самое большое количество испытуемых – 36,6% (в том числе, 55 девушек и 69 юношей). Его признаками являются отсутствие переживания одиночества, сформированность смысложизненных ориентаций и индифферентное отношение группы. Эти старшеклассники не стремятся проявлять себя в коллективе и следуют правилу «сам за себя».



| параметры \ кластеры | кластеры | | | |
|----------------------|----------|-------|-------|-------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| СЖО | -0,93 | 0,32 | -0,32 | 0,66 |
| Одиночество | -0,53 | -0,48 | 0,26 | 0,61 |
| Позитивные выборы | -0,40 | 1,36 | -0,55 | -0,30 |
| Негативные выборы | -0,25 | -0,43 | 2,10 | -0,27 |

Рис. 2. Средние значения параметров кластеров

Структура соотношения смысложизненных ориентаций и межличностной изоляции старшекласников охарактеризована на основе факторного анализа, проведённого с использованием статистического пакета Statistica 6.0. Вращение производилось методом Варимакс с нормализацией Кайзера. В результате выявлены 5 факторов, совокупный процент дисперсии которых составляет 71,4 (таблица 1).

Фактор I: «Осмысленность жизни». Значимые веса в нём имеют 15 показателей, связанных с наличием четких жизненных целей, стремлением к эмоционально яркой и насыщенной жизни, высокой удовлетворенностью жизненным опытом, представлением о себе как о сильной личности, а также принятием ответственности за себя и свою жизнь.

Фактор II: «Осознанное стремление к социальной полезности». Значимые веса в нём имеют 14 показателей, связанных с высоким социальным статусом в группе, стремлением к осознанному построению жизни, устойчивой и продуктивной внутренней мировоззренческой позицией.

Результаты распределения заданных переменных на факторы*

| Переменные | Фактор 1 | Фактор 2 | Фактор 3 | Фактор 4 | Фактор 5 |
|---|-------------|--------------|-------------|-------------|--------------|
| Социальный статус | 0,23 | 0,66 | 0,11 | 0,25 | – |
| Наличие одиночества | -0,17 | 0,33 | -0,34 | – | -0,63 |
| Переживание одиночества | 0,12 | -0,14 | – | – | -0,85 |
| Наличие жизненных целей | 0,81 | 0,24 | -0,10 | – | – |
| Насыщенность жизни | 0,77 | 0,15 | 0,15 | 0,19 | -0,28 |
| Оценка продуктивности жизни | 0,85 | 0,15 | 0,26 | 0,14 | – |
| Субъектность | 0,89 | 0,14 | -0,10 | 0,11 | – |
| Самоуправление | 0,87 | 0,20 | 0,11 | – | – |
| Осмысленность жизни | 0,83 | – | – | 0,11 | – |
| Осознанность жизни | 0,20 | 0,85 | – | – | – |
| Мировоззренческая позиция | 0,16 | 0,77 | – | – | 0,11 |
| Частные значения смысла жизни | -0,16 | -0,81 | – | 0,20 | – |
| Полноценность семьи | – | 0,10 | 0,82 | – | – |
| Гармоничность отношений в семье | 0,14 | – | 0,60 | 0,11 | 0,13 |
| Гармоничность отношений с учителями | 0,13 | 0,20 | 0,17 | 0,81 | 0,10 |
| Гармоничность отношений со сверстниками | 0,20 | -0,16 | – | 0,80 | -0,21 |
| % охваченной дисперсии (всего 71,4) | 33,6 | 13,5 | 9,2 | 8,2 | 6,8 |

* $n=339$, при $p \leq 0,05$ $r=0,10$; при $p \leq 0,01$ $r=0,14$; при $p \leq 0,001$ $r=0,18$

Фактор III: «Комфортность в семье». Значимые веса в нём имеют 10 показателей, связанных с социальной полноценностью семьи, устойчивостью семейных связей, социально-психологической комфортностью и доверительными отношениями с родителями.

Фактор IV: «Комфортность в учебном заведении». Значимые веса в нём имеют 9 показателей, связанных с благополучностью отношений в школе и авторитетностью для ребёнка учебного заведения в целом.

Фактор V: «Зрелое отношение к одиночеству». Значимые веса в нём имеют 7 показателей, связанных с низкой степенью переживания одиночества и высоким уровнем осознанности наличия либо отсутствия одиночества.

Третья глава «Разработка и апробация программы преодоления межличностной изоляции старшеклассников на основе формирования смысло-жизненных ориентаций» включает теоретическое обоснование программы в целом и ее отдельных составляющих, структуру программы, условия ее реализации, принципы и методы психологического воздействия. В последнем разделе главы приводятся результаты апробации и их интерпретация.

В параграфе 3.1. «Теоретические предпосылки преодоления межличностной изоляции в юношеском возрасте» дается определение понятия

«преодоления», исходя из которого, преодоление межличностной изоляции трактуется как усилия личности по устранению трудностей, которые возникают в ее отношениях с самим собой и окружающим миром. Делается акцент на внутренние ресурсы личности, которые необходимо поддержать и активизировать в процессе оказания помощи по преодолению. Актуальность внутренних ресурсов подтверждается результатами анализа взглядов представителей экзистенциального (В. Франкл, Э. Фромм, М. Бубер, Э. Мэй, И. Ялом) и деятельностного (Л.С. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, М. Муздыбаев) подходов в психологии личности.

Исходя из результатов анализа особенностей юношеского возраста (И.С. Кон, Э. Эриксон), делается вывод о том, что основным условием оказания психологической помощи старшеклассникам является содействие формированию смысложизненных ориентаций. Выбор данного пути преодоления обусловлен тем, что сформированные смысложизненные ориентации предполагают способность человека брать на себя ответственность за их осуществление. Ответственность, в свою очередь, является одним из критериев социальной компетентности – комплекса знаний, навыков и способов поведения, необходимых для адаптации к социальной среде.

В качестве методологической основы для разработки программы целесообразно использовать взгляды основоположников деятельностного (А.Н. Леонтьев) и экзистенциального (В. Франкл) подходов, которые содержат общую идею: каждый человек является активным творцом своей судьбы, полноценным «субъектом деятельности». Поскольку ключевыми категориями экзистенциального подхода являются смысл жизни, ответственное бытие и связь с окружающим миром, одним из основных методов воздействия, включенных в программу, может служить логоанализ В. Франкла.

Параграф 3.2. «Модель преодоления межличностной изоляции старшеклассников» содержит краткое теоретическое обоснование, опирающееся на результаты предыдущего анализа. Дается определение модели преодоления, под которой понимается обоснованная система, отражающая структурно-функциональные связи процесса оказания психологической помощи, представленные в необходимой наглядной форме, а также условия для получения нового, конструктивного опыта переживания одиночества в ситуации межличностной изоляции.

Структура модели представляет собой пять взаимосвязанных блоков (цель и задачи, содержание, личностный, процессуальный и диагностический блоки), опосредованных выполнением определенных функций (ценностно-смысловая функция, сущностно-смысловая характеристика процесса преодоления, личностно-ориентировочная, деятельностная и оценочно-рефлексивная функции).

Отдельное внимание уделяется содержательному блоку, который включает компоненты-факторы, выделенные в эмпирической части исследования. Делается вывод о том, что первый, второй и пятый факторы имеют особое значение для разработки основных этапов программы психолого-педагогического воздействия в юношеском возрасте, поскольку их содержание характеризует наличие сформированных жизненных смыслов, способность конструктивно переживать

состояние одиночества, а также активную включенность в социальные отношения.

Параграф 3.3. «Программа «Преодоление»» представляет собой описание цели, задач, форм реализации, методических средств и структуры программы.

Основной целью программы является обретение старшеклассниками, имеющими низкий статус самоуважения, веру в собственные силы через самосознание и переосмысление своей жизни.

Задачи программы:

- помочь старшеклассникам увидеть себя, свои ценностные установки, способ строительства отношений с другими, с миром; исследовать свой способ пребывания в мире, пересмотреть и расширить конструкты «Я и Мир», которые направляют жизнь;

- способствовать развитию самосознания и способности возвысится «над ситуацией», осознать основные причины непродуктивности своего взаимодействия;

- содействовать развитию доверия – безусловной веры в позитивную сущность самого себя, других и мира в целом;

- создать условия для формирования ценностей, позитивных установок в отношении себя и в исследовании своих эволюционных возможностей.

Форма реализации программы. Программа реализуется в виде личностно-ориентированного психологического тренинга.

Структура программы. Преодоление межличностной изоляции в юношеском возрасте подразумевает развитие ответственности за осуществление жизненных целей и ценностей, организующих и направляющих жизнедеятельность субъекта, и должна осуществляться в направлении от «внутреннего к внешнему». Данная работа должна осуществляться пошагово, что создаёт условия для понимания участниками своей экзистенциальной сущности, через формулирование жизненных смыслов к построению гармоничных отношений в социальном мире и преодолению межличностной изоляции.

Весь цикл состоит из 22 часов: 11 занятий по 2 часа. Программа включает в себя девять шагов, разделенных на два блока (рисунок 3).

Первый блок «Формирование самоидентичности» состоит из пяти шагов, направленных на осознание себя, своих положительных и отрицательных сторон, своего внутреннего потенциала; на формирование поиска смысла жизни; на понимание себя как уникального и ответственного существа.

Второй блок «Развитие понимания себя в структуре межличностных отношений» состоит из четырех шагов, направленных на осознание себя в «бытии с другими», на обучение более эффективным способам построения взаимоотношений с другими.

Содержание первого блока соответствует двум компонентам модели преодоления: «Осмысленность жизни» и «Зрелое отношение к одиночеству»; содержание второго блока – компонентам «Осознанное стремление к социальной полезности», «Комфортность в семье» и «Комфортность в учебном заведении».



Рис.3. Структура коррекционной программы

Методические средства, используемые в программе: диагностические процедуры, информирование, психогимнастические упражнения, анализ ситуаций, ролевые игры, домашнее задание и упражнения на межгрупповое взаимодействие.

Программно-методическое обеспечение включает диагностический инструментарий и программу тренинга, в которой каждое занятие расписано по схеме: цели, содержание занятия и описание упражнений, включающее необходимые материалы, время, инструкцию, обсуждение, рекомендации тренеру группы.

В параграфе 3.4. «Апробация и оценка эффективности программы» содержится описание состава, особенностей и условий проведения тренинговой группы, на которой проводилась апробация. Группа в составе 15 человек была сформирована из числа старшеклассников средней школы №52 г. Челябинска.

Работа проводилась в течение 2006-2007 учебного года и была организована по принципу добровольного участия. В составе участников представлены два типа: «Плывущие по течению» и «Сам для себя», выделенные в эмпирической части исследования.

В соответствии с разработанной моделью, эффективность программы анализировалась по следующим критериям: конструктивность отношения к одиночеству, сформированность смысложизненных ориентаций (объективные критерии) и отклики участников о результативности своей работы в группе через оценку внутриличностных изменений (субъективный критерий).

Сопоставление показателей по тестам «Одиночество» (О.Б. Долгинова) и СЖО (Д.А. Леонтьев), полученных до и после программы, показало наличие положительных сдвигов (критерий Хи-квадрат). Большинство из участников, негативно переживающих свое одиночество, после реализации программы перешли на адаптивный уровень переживания этого травмирующего состояния ($p \leq 0,001$), (рисунок 4). Достоверно ($p \leq 0,05$) повысились значения по параметрам смысложизненных ориентаций: «Процесс жизни», «Результат жизни», «Локус контроля – Я» и по общему показателю осмысленности жизни (рисунок 5).



Рис. 4. Тест «Одиночество»: сдвиг значений до и после проведения тренинга

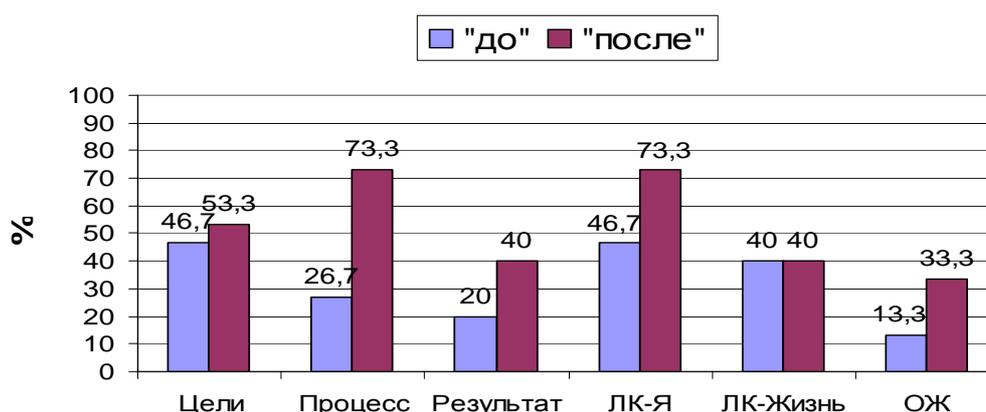


Рис. 5. Тест СЖО: сдвиг значений до и после проведения тренинга

Оценка внутриличностных изменений проводилась с помощью анализа ответов участников на вопросы анкеты Р. Кочюнаса. Вопросы анкеты позволили определить, какое влияние работа в группе оказала на их жизнедеятельность,

какие изменения в своей жизни они связывают с участием в тренинге, как изменилась их способность быть с другими в отношениях, каким образом они преодолевают состояние межличностной изоляции. О положительных изменениях можно судить, например, по таким высказываниям: «Я научилась помогать окружающим меня людям, и от этого я испытываю удовлетворение»; «В конце тренинга я осознал, что я делал много в жизни того, что не надо было. Сейчас буду учитывать мнение других, окружающих меня людей, заботиться о них постараюсь. Уже делаю в этом направлении первые шаги. Мама удивляется и радуется»; «После тренинга я поняла, кем я хочу быть, какую профессию выбрать».

Исходя из результатов качественного анализа субъективного мнения участников о результативности своей работы в группе и следуя логике феноменологического подхода, был сделан вывод о том, что основной результат реализации данной программы отсрочен во времени. Работа носит направляющий характер и способствует преодолению межличностной изоляции через изменение позиции молодого человека в отношениях со сверстниками. Результаты в целом хорошо согласуются с теоретическими предпосылками коррекционной программы и общей идеей исследования и подтверждают, что межличностную изоляцию в её субъективном аспекте можно успешно преодолевать через содействие формированию смысложизненных ориентаций.

В Заключении формулируются основные выводы теоретического и эмпирического исследования, отмечаются перспективы дальнейшего изучения проблемы.

Выводы представляют собой теоретические положения, подтвержденные данными эмпирического исследования:

1. Итоги изучения проблемы межличностной изоляции и особенностей ее проявления в юношеском возрасте состоят в следующем:

1.1. Под межличностной изоляцией понимается внешняя отдаленность (физическое отстранение) от других людей (добровольная либо вынужденная), которая сопровождается переживанием одиночества. Межличностная изоляция проявляется в двух аспектах: 1) объективном – физическая отдаленность человека от общества (вынужденная либо добровольная) и 2) субъективном – переживание одиночества (негативное либо позитивное). Межличностная изоляция как проблема связана с негативной формой переживания одиночества, которая сопровождается неспособностью быть с другими в отношениях.

1.2. Согласно результатам эмпирического исследования, межличностная изоляция в объективном аспекте – не очень распространенное явление (статус «изолированные» имеют 5,9% выборки старшеклассников); при этом она более характерна для юношей, чем для девушек, и чаще встречается в возрасте 15 лет (9-й класс), чем на этапе окончания школы (11-й класс). В субъективном аспекте для каждого четвертого старшеклассника характерны негативные переживания, связанные с одиночеством (23,4%). Конструктивное переживание одиночества, при котором молодой человек продуктивно использует это время для самовосстановления, саморазвития, творчества, встречается крайне редко (5,6% выборки).

2. Особенности юношеского возраста позволяют утверждать, что в этот период развития старшеклассникам необходима профессиональная психологическая помощь по преодолению межличностной изоляции, которая может осуществляться через содействие формированию смысложизненных ориентаций. В частности:

2.1. Согласно результатам теоретического анализа, в этом возрасте внутренний мир и индивидуальные смысловые ориентации приобретают самостоятельность, переходящую в сверхценность. Здесь формируются предпосылки для становления высшей системы регуляции, характерной для зрелой автономной личности – системы, основанной на логике свободного выбора.

2.2. Согласно результатам эмпирического исследования, в этом возрасте молодые люди, находящиеся в ситуации межличностной изоляции, имеют более низкий уровень сформированности смысложизненных ориентаций. Для них характерны затруднения в личностном и профессиональном самоопределении, негативная оценка прошлой и настоящей жизни, вера в предопределенность жизненного пути и склонность выбирать неэффективную жизненную позицию. Перечисленные проблемы более актуальны для учащихся 9-х классов (15 лет), чем на этапе окончания школы (17 лет).

2.3. Как показали результаты эмпирического исследования, существует статистически значимая связь ($p \leq 0,01$) между различными аспектами межличностной изоляции и особенностями смысложизненных ориентаций: низкий уровень осознанности жизненных смыслов, как правило, сочетается с низким статусом в группе и частым переживанием одиночества. При этом низкий статус (объективный аспект изоляции) сопровождается низкой удовлетворенностью своей жизнью в настоящем; а частое переживание одиночества (субъективный аспект изоляции) – низкой убежденностью в своей способности контролировать жизнь и низкой степенью удовлетворенности пройденным отрезком жизненного пути.

2.4. Особенности соотношения смысложизненных ориентаций и межличностной изоляции (в объективном и субъективном аспектах) позволяют выделить и описать четыре типа старшеклассников: «плывущие по течению», «авторитетные лидеры», «отвергаемые собой и другими», «сам для себя». В наиболее сложной ситуации находятся представители изолированного и отвергаемого типов. Это растерявшиеся в жизни молодые люди, которые затрудняются в адекватной оценке прожитого и построении перспектив, при этом сверстники относятся к ним негативно. Отличительными гендерными характеристиками выделенных типов является преимущественно женский состав «авторитетных лидеров» и преобладание лиц мужского пола среди представителей типа «сам для себя».

3. Одним из путей оказания психологической помощи старшеклассникам может служить программа, разработанная автором в процессе диссертационного исследования:

3.1. Исходя из результатов теоретического анализа, в качестве методологической основы для разработки программы были использованы идеи

деятельностного (А.Н. Леонтьев) и экзистенциального (В. Франкл) подходов, которые содержат общую идею: смысл жизни представляет собой высшую ценность человека, при этом человек является творцом своей собственной судьбы и несет за нее личную ответственность.

3.2. Поскольку ключевыми категориями экзистенциального подхода являются смысл жизни, ответственное бытие и связь с окружающим миром, в качестве основного метода оказания помощи был выбран логоанализ, разработанный автором на основе логотерапии В. Франкла.

3.3. В результате факторного анализа в структуре взаимосвязей смысложизненных ориентаций с психологическим феноменом межличностной изоляции выделено пять факторов: 1) «Осмысленность жизни», 2) «Осознанное стремление к социальной полезности», 3) «Комфортность в семье», 4) «Комфортность в учебном заведении» и 5) «Зрелое отношение к одиночеству». Первый, второй и пятый факторы имеют особое значение для разработки содержания и основных этапов программы, поскольку они характеризуют наличие сформированных жизненных смыслов, способность конструктивно переживать состояние одиночества и активно выстраивать отношения с окружающими.

3.4. Программа доказала свою эффективность при апробации. Наиболее чувствительными к развивающему воздействию оказались участники, негативно переживающие свое одиночество: большинство из них перешли на адаптивный уровень переживания этого травмирующего состояния.

Перспективы дальнейшего изучения проблемы. Проведенное исследование не исчерпывает всей глубины проблемы. Основной результат реализации программы отсрочен во времени, так как работа носит направляющий характер и влияет на преодоление межличностной изоляции через изменение отношения молодого человека к своей позиции в отношениях со сверстниками. В связи с этим возможно продолжение работы в двух основных направлениях:

- в русле педагогической психологии при разработке новых технологий дифференцированного подхода к преодолению межличностной изоляции;
- в русле социальной психологии, в аспекте выявления роли социально-психологических факторов, причин и условий межличностной изоляции в юношеском возрасте.

Содержание диссертации отражено в следующих публикациях автора:

Статья, опубликованная в ведущем рецензируемом научном журнале, определенном ВАК:

1. Чулкова, М.А. Субъективные и объективные стороны межличностной изоляции юношества / М.А.Чулкова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2007. – № 2. – С. 185 – 192, 0.5 п.л.

Другие публикации:

2. Чулкова, М.А. Конструктивное переживание одиночества как один из путей предупреждения девиантного поведения / М.А.Чулкова // Актуальные проблемы совершенствования правоохранительной деятельности в

современных условиях: Материалы межвузовской научно-практической конференции. – Челябинск: ЧЮИ МВД России, 2001. – Ч.2. – С. 74-76, 0,2 п.л.

3. Чулкова, М.А. Подходы экзистенциальной терапии в профилактике межличностной изоляции старшеклассника / М.А.Чулкова // Здоровьесберегающая педагогика в образовательном пространстве: проблемы, поиски решения и перспективы: Материалы региональной научно-практической конференции. – Челябинск: ЧГПУ, 2003. – С.42-48, 0,4 п.л.

4. Чулкова, М.А. Влияние смысложизненных ориентаций на межличностную изоляцию старшеклассников / М.А.Чулкова // Психология родительства и семейного воспитания: Материалы II международной научно-практической конференции. – Курган: КГУ, 2004. – С.128-130, 0,3 п.л.

5. Чулкова, М.А. Логотерапия как метод коррекции межличностной изоляции старшеклассника / М.А.Чулкова // Проблемы и перспективы подготовки педагогических кадров в системе регионального и дистанционного обучения: Материалы межвузовской научно-практической конференции. – Челябинск: ЧГПУ, 2005. – С. 128-130, 0,2 п.л.

6. Чулкова, М.А. Экзистенциальные подходы в психологическом консультировании / М.А.Чулкова, Е.А. Абросимова // Бехтерев В.М. и современная психология: Материалы III психологической конференции. – Казань: КГУ, 2005. – С. 172-178, 0,4 п.л. (автор. вклад 50 %).

7. Чулкова, М.А. Межличностная изоляция и способы ее коррекции / М.А.Чулкова // Модернизация системы профессионального образования на основе регулируемого эволюционирования: Материалы IV Всесоюзной научно-практической конференции. – Челябинск: Изд-во «Образование», 2005. – Ч. 6. – С.28-32, 0,3 п.л.

8. Чулкова, М.А. Возрастные и гендерные аспекты смысложизненных ориентаций старшеклассников // Психологические основы смысла жизни и акме: Материалы XII симпозиума. – М.: ПИ РАО, 2007. – С.148-153, 0,4 п.л.

9. Овчарова, Р.В., Чулкова, М.А. Исследование смысложизненных ориентаций старшеклассников / Р.В.Овчарова, М.А.Чулкова // Деструкции в самоопределении личности и способы их коррекции. – Курган: КГУ, 2006. – С.14-16, 0,4 п.л. (автор. вклад 50 %).

10. Чулкова, М.А. К вопросу о важности коррекции смысложизненных ориентаций старшеклассников в работе педагога-психолога / М.А.Чулкова // Развитие заочного педагогического образования и дистанционного обучения в условиях модернизации высшей школы: Материалы межвузовской научно-практической конференции. – Челябинск: ЧГПУ, 2007. – С. 139-143, 0,4 п.л.

11. Чулкова, М.А. Межличностная изоляция в структуре межличностных отношений / М.А.Чулкова, Н.Н. Пупкова // Развитие заочного педагогического образования и дистанционного обучения в условиях модернизации высшей школы: Материалы межвузовской научно-практической конференции. – Челябинск: ЧГПУ, 2007. – С. 143-146, 0,3 п.л.