

Секция «Психология»

Экзистенциалы бытия и обживание жизненных событий во внутреннем мире в ранней молодости

Дягилева Анастасия Ивановна

Студент

Омский государственный педагогический университет, Центр магистерской подготовки, Омск, Россия

E-mail: diagileva.n@yandex.ru

В возрасте ранней молодости человек задумывается над определением себя в мире. Своеобразный фокус мировоззренческих проблем – это проблема смысла жизни. Зачем и для чего жить? Есть ли в моей жизни какой-то смысл? Это очень серьезные вопросы, которыми занимается экзистенциальная психология, от решения которых нередко зависит жизнь юношей и девушек. Они переживают конфликты и радости, размышляют над трудными жизненными ситуациями и организацией своего поведения в мире. Пытаясь ответить на эти важные насущные вопросы для себя, они строят жизненные планы и обдумывают возможность самоопределиться. Таким образом, молодые люди погружаются в свой внутренний мир со своими переживаниями и размышлениями. Проблема внутреннего мира в отечественной и зарубежной психологии в последнее время стала достаточно актуальной (В. И. Слободчиков, В.Д. Шадриков, Г. Херманс).

В связи с этим проблема нашего исследования звучит следующим образом: как в ранней молодости происходит обживание жизненных событий во внутреннем мире и каким образом этот процесс взаимосвязан с основными экзистенциалами бытия. Исходя из проблемы целью нашего исследования было изучить взаимосвязь экзистенциалов бытия и обживания жизненных событий во внутреннем мире в ранней молодости. При исследовании мы использовали такие методики как «Шкала экзистенции (Existenzskala)» А. Лэнгле и К. Орглер и «Обживание внутреннего мира» А.С. Шарова. В исследовании приняли участие 40 человек в возрасте 23-25 лет.

В результате исследования мы пришли к следующим выводам:

1. Характеризуя экзистенциалы бытия, в ранней молодости существенную роль играет способность ориентироваться в этом мире, принимать решения и ответственно воплощать их в жизнь, меняя ее таким образом в лучшую сторону (экзистенциональность - 80,2%). При этом они обладают способностью справляться с самими собой и с миром и могут пойти на внутренние и внешние требования и предложения, соотнося их с собственными ценностями (наполненность – 80,2%). Для того, чтобы сориентироваться в мире и их жизнь была наполнена они проявляют самотрансценденцию (79,6%), которая помогает им почувствовать, что для них является самым важным и правильным с точки зрения их ценностей, а так же способность экзистенциально быть с другими людьми и дать им затронуть свои чувства. При этом они пытаются найти в мире возможности для собственной реализации (свобода – 70,4%). Но при этом, они склонны откладывать неприятные решения в долгий ящик. Легко отвлекаются, даже если чем-то заняты. Они бывают рассеяны и не удовлетворяются тем, что делают, так как часто чувствуют, что не сделали чего-то важного (ответственность - 70,2%). Девушки и юноши стараются жить в мире более согласованно со своими ценностями и смыслами, поэтому они работают со своим внутренним миром, это проявляется в самодистанцировании. А значит,

они активно строят своё внутреннее пространство, могут отойти от себя на определенную дистанцию и взглянуть на себя и свои действия со стороны.

2. Результаты исследования видов и функций обживания жизненных событий во внутреннем мире в ранней молодости показывают нам, что для юношей и девушек в этом возрасте ключевую среди видов обживания более свойственно переживание (88,25%). Они склонны переживать по поводу неудачной сдачи экзамена, переживать за близких людей, переживать трудные жизненные ситуации. А также размышления (87,3%) над смыслом жизни, над своими вредными привычками. Они любят размышлять о том, что жизнь прекрасна. Размышляют о своем будущем, ведь им 23 – 25 лет и жизнь только начинается, многое еще предстоит пережить, многому научиться. Конечно, им свойственно и чувство тревоги, которое сопровождается переживанием за близких им людей или даже размышления о своем будущем. Среди функций обживания жизненных событий важную роль играет организация (72,85%) себя в мире, целостная организация своей жизни. Позитивные переживания помогают им эффективно организовывать свой день. Анализируя сделанное, они используют это в организации будущих проектов. Пытаясь организовать себя они настраиваются (67,25%). Обсуждение предстоящей деятельности с другом помогает им настроиться на нее. Девушкам и юношам свойственно желание изменить себя (66,25%), своих отношений, ценностно-смысловой сферы. Например, прочитанная книга может изменить их отношение на некоторые вещи, процессы или события. Рефлексия взаимодействий (65,85%) с внешним миром так же является важной функцией обживания жизненных событий во внутреннем мире молодых людей.

3. Выявлены корреляционные взаимосвязи между показателями экзистенциалов бытия, функциями и видами обживания жизненных событий во внутреннем мире. Наиболее сильная взаимосвязь функции обживания ослабление проявляется по отношению к персоне (0,5). Снимая напряжение они более открыто воспринимают мир и самих себя. Самодистанцирование помогает им утвердиться в себе (0,49). Ослабляя чувство тревоги они прикасаются к ценностным основаниям мира и воспринимают собственную затронутость в этом чувствовании (0,47). Воплощение собственных решений в жизнь способствует самоутверждению молодых юношей и девушек (0,47). Обживание иных реальностей помогает им самодистанцироваться (0,44), а также более открыто воспринимать мир и самих себя (0,41). Наполненная смыслом экзистенция помогает им утвердиться в себе (0,38). Для молодых людей характерно переживать глубокие внутренние отношения, чувствовать экзистенциальную значимость происходящего, что приводит к изменению себя (0,35). Таким образом, работа во внутреннем мире помогает молодым юношам и девушкам жить более экзистенциально исполнено, что помогает им чувствовать себя личностями, жить осмысленно и с внутренним согласием.

Литература

1. Майнина, И.Н., Васанов А.Ю. Стандартизация методики «Шкала экзистенции» Ленгле А., Орглер К. // Психологический журнал. — 2010. — Том 31, № 1. — С. 87—99.
2. Слободчиков, В.И. Психологические проблемы становления внутреннего мира человека // Вопросы психологии. - 1986. - N-6. - С. 14-23.

3. Шадриков, В.Д. Мир внутренней жизни человека. — М.: Университетская книга, Логос, 2006. — 392 с.
4. Шаров, А.С. О-граниченный человек: значимость, активность, рефлексия: Монография. — Омск: Изд-во ОмГПУ, 2000. — 358с.
5. Шаров, А.С. Психология культуры: развитие и образование человека. Омск: Изд-во ОмГПУ. 2013. — 210 с.
6. Hermans, H. J. M. The Construction and Reconstruction of a Dialogical Self / H. J. M. Hermans // Journal of Constructivist Psychology. - 2003. - V. 16 (2). - P. 89-130