Шильреф Светлана Александровна, КПТ-психолог,
КГБУСО «Комплексный центр социального
обслуживания населения города Славгорода»
Shilref Svetlana Aleksandrovna, CBT Psychologist,
KGBUSO "Comprehensive Center for Social Services
of the Population of the City of Slavgorod"

Холодкова Ольга Геннадьевна, Соавтор,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
Директор Институт психологии и педагогики,
Алтайский государственный педагогический университет
Kholodkova Olga Gennadevna,
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Altai State Pedagogical University

КОГДА ПРОФЕССИЯ НЕ ТВОЯ: РОДИТЕЛЬСКОЕ ДАВЛЕНИЕ КАК ФАКТОР НАРУШЕНИЯ СВЯЗИ МЕЖДУ ОСМЫСЛЕННОСТЬЮ ЖИЗНИ И САМОРЕГУЛЯЦИЕЙ У СТУДЕНТОВ СПО
WHEN THE PROFESSION ISN'T YOURS: PARENTAL PRESSURE AS A FACTOR DISRUPTING THE LINK BETWEEN MEANING IN LIFE AND SELF-REGULATION AMONG VOCATIONAL COLLEGE STUDENTS

Аннотация. Профессиональный выбор, осуществлённый под влиянием внешних факторов, например родительское давление, не требующее обсуждения, когда интересы и склонности юношей совершенно несовместимы с выбранной профессией. Ребенок пытается противостоять родителям и их выбору, но они не принимают во внимание решения ребенка.

В свою очередь, это нарушает интеграцию между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией. Тогда как осознанный выбор профессии способствует их согласованной работе и возможно минимальным профессиональным выгоранием. В статье представлены данные эмпирического исследования взаимосвязи между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией у обучающихся СПО педагогического и юридического направления. В результате исследования выявлено, что наличие взаимосвязи между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией у обучающихся СПО педагогического и юридического направления подтвердилось частично, поскольку во всей выборке и группе юристов имеются взаимосвязи, но у педагогов отсутствуют. Что определяет потребность в разработке психолого-педагогической программы: общей по структуре, но с разными акцентами для разных групп. В обеих группах испытуемых требуется осуществить работу по формированию навыков планирования своей жизни, осознанию своих ценностей. Однако, педагогов нужно научить чувствовать и действовать одновременно, а юристов действовать с чувством. Поскольку идеальный вариант – это когда человек и чувствует смысл, и способен его реализовывать

Abstract. This concerns career choices made under the influence of external factors-such as non-negotiable parental pressure-where the young person's interests and aptitudes are completely incompatible with the chosen profession. The young person attempts to resist their parents' choice, yet their own decisions are disregarded. This, in turn, disrupts the integration between life-meaning orientations and self-regulation, whereas a conscious career choice fosters their alignment and minimizes the risk of professional burnout. The article presents empirical research findings regarding the relationship between life-meaning orientations and self-regulation among students in secondary

vocational education specializing in pedagogy and law. The study revealed that the hypothesized link between life-meaning orientations and self-regulation was only partially confirmed: while correlations were found in the overall sample and within the law student group, they were absent among the pedagogy students. This highlights the need to develop a psycho-pedagogical program that is structurally unified yet tailored with different emphases for each group. For both groups, it is necessary to foster life-planning skills and an awareness of personal values; however, pedagogy students need to learn to feel and act simultaneously, whereas law students need to learn to act with a sense of feeling-since the ideal scenario is one where an individual both perceives a sense of meaning and possesses the capacity to realize it.

Ключевые слова: Саморегуляция, смысложизненные ориентации, смысл жизни, ценности, планирование, взаимосвязь.

Keywords: Self-regulation, life-meaning orientations, meaning of life, values, planning, interrelationship.

Введение. Профессиональный выбор, осуществлённый под влиянием внешних факторов, например родительское давление, не требующее обсуждения, когда интересы и склонности юношей совершенно несовместимы с выбранной профессией. Ребенок пытается противостоять родителям и их выбору, но они не принимают во внимание решения ребенка. В свою очередь, это нарушает интеграцию между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией. Тогда как осознанный выбор профессии способствует их согласованной работе и возможно минимальным профессиональным выгоранием.

Юношеский возраст, охватывающий период 16-18 лет, является одним из самых значимых и сложных этапов в развитии личности. Он занимает пограничное положение между детством и взрослостью. В это время происходят глубокие изменения в мышлении, эмоциях и социальных отношениях. Именно в юности складываются благоприятные условия для формирования системы ценностей, жизненных смыслов и механизмов саморегуляции [5].

Влияние выбранного направления подготовки (педагогический vs юридический) на личностное развитие проявляется в формировании различных ценностных ориентаций и паттернов саморегуляции. Как показывают исследования, будущие педагоги чаще ориентированы на просоциальные ценности, эмпатию и развитие других, тогда как будущие юристы – на структуру, правила и контроль [3].

По мнению Д.А. Леонтьева, смысложизненные ориентации являются системообразующим фактором развития самосознания личности. Они определяются жизненными целями, интересом и эмоциональной насыщенностью жизни, удовлетворённостью самореализацией, локусом контроля «Я» и локусом контроля «Жизнь» [1]. То, что придаёт жизни смысл, может лежать в будущем (цели), в настоящем (чувство полноты и насыщенности жизни) и в прошлом (удовлетворённость итогами прожитой жизни) [1].

Юношеский возраст (16-18 лет) является сензитивным периодом для формирования смысложизненных ориентаций. Как отмечает Л.С. Выготский [5], именно в этом возрасте происходит становление мировоззрения и самосознания. Это создаёт предпосылки для активного поиска жизненных смыслов.

Однако современная социальная ситуация развития вносит существенные коррективы в этот процесс. Исследования показывают, что внешние требования, предъявляемые к подросткам (ориентация на поступление, оценки, рейтинги), зачастую подменяют личный смысл навязанными целями [3]. Как следствие, подросток может испытывать состояние, которое Франкл определяет как «экзистенциальный вакуум». Оно проявляется в ощущении внутренней пустоты при формальном выполнении внешних требований [2, с. 78].

Особую остроту эта проблема приобретает в ситуациях, когда профессиональный выбор обучающегося осуществляется под влиянием родителей, а не на основе собственных смыслов и интересов [10]. Это создаёт риск рассогласования между личностными смыслами и профессиональной деятельностью. В результате возникает состояние «экзистенциального вакуума» и снижается осмысленность жизни [2]. В долгосрочной перспективе такой разрыв создаёт предпосылки для профессионального выгорания и личностного кризиса [10].

Проблема смысла и его поиска неразрывно связана с тем, как человек организует свою активность для достижения значимых целей. Если смысл задаёт вектор движения, то именно осознанная саморегуляция (самостоятельное управление своей активностью) выступает тем внутренним механизмом, который позволяет человеку планировать путь, контролировать свои действия и корректировать их при столкновении с препятствиями.

Саморегуляция деятельности и поведения – это процесс воздействия на собственное физиологическое, нервно-психическое, социально-психологическое, мотивационное состояние с целью стабилизации или улучшения характеристик деятельности, поведения, их адаптации к условиям внешней среды. Процесс обусловлен психологическими механизмами саморегуляции деятельности и поведения, функционирующими не только на высшем, полностью осознанном личностном уровне, но и на низших ее уровнях [14, с. 27].

В юношеском возрасте, когда формируются жизненные планы и происходит профессиональное самоопределение, становление произвольной регуляции приобретает особое значение [4, с. 4]. Именно учебно-профессиональная деятельность выступает ведущей сферой, в которой развиваются навыки самоорганизации и самоконтроля [6].

Исследования индивидуальных различий в осознанной саморегуляции позволяют по-новому взглянуть на проблемы психологии индивидуальных различий. В первую очередь – на влияние субъектной активности на проявления характера и темперамента [9]. Связь осознанной саморегуляции с личностными чертами была подтверждена в многочисленных эмпирических исследованиях [8]:

- Развитие осознанной саморегуляции опосредует влияние личностных предпосылок на поведение. Оно компенсирует крайние проявления соответствующих особенностей темперамента [9].
- Открытость новому опыту (по модели Big 5) коррелирует с общим уровнем осознанной саморегуляции. Это указывает на концептуальную близость этих конструктов [9].
- Чем выше уровень осознанной саморегуляции, тем ниже риск формирования антисоциального поведения [7].

Как показывают исследования, осознанная саморегуляция является не просто инструментом достижения целей. Она выступает важнейшим психологическим ресурсом, обеспечивающим успешность в учебной и профессиональной деятельности [4, с. 4]. Развитие индивидуальности как субъекта – это развитие целостной системы саморегуляции. Точнее, это развитие её проекций на всё более высокие уровни индивидуальности человека с использованием всё более широкого спектра психологических ресурсов [8, с. 43].

Теоретический анализ позволяет установить содержательную взаимосвязь между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией. Эти два психологических феномена образуют единый регуляторный комплекс, в котором: смысложизненные ориентации выступают как целеполагающий, мотивационный компонент [12], а саморегуляция выступает как инструментальный, процессуальный компонент [8].

Специфика взаимосвязи в юношеском возрасте. Именно в период ранней юности происходит активное становление обеих систем и их взаимная «притирка» и согласование [11, с. 67]. Этот процесс сопровождается высокой лабильностью и чувствительностью к внешним

воздействиям. Это делает его одновременно уязвимым и потенциально пластичным для целенаправленного психолого-педагогического влияния [3].

Однако, как показывают современные исследования, между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией не существует однозначной линейной связи. Её характер может опосредоваться различными факторами, в том числе направлением обучения [11]. Возможная специфика этих взаимосвязей у студентов педагогического и юридического направлений представляет особый интерес. Можно предположить, что:

- У студентов, обучающихся по направлению, соответствующему их внутренним смыслам, связь между смыслом и саморегуляцией будет выражена сильнее. Смысл становится регулятором деятельности.
- У студентов, чей выбор сделан под внешним давлением (родителей, окружения), эта связь может нарушаться. Смысл существует, но не становится инструментом регуляции. Либо регуляция развита, но лишена смыслового наполнения.

Следовательно, теоретический анализ позволяет обосновать предположение о том, что смысложизненные ориентации и саморегуляция взаимосвязаны. Однако характер этой взаимосвязи может различаться в зависимости от направления обучения и соответствия выбранной профессии личным смыслам обучающегося.

Целью нашего исследования является эмпирическая проверка предположения о том, что у студентов, обучающихся по направлению, соответствующему их внутренним смыслам, взаимосвязь смысла и саморегуляции выражена сильнее. У студентов, чей выбор сделан под внешним давлением, эта связь может нарушаться.

Гипотеза исследования. Существует взаимосвязь между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией у обучающихся СПО педагогического и юридического направления.

Методы исследования. Теоретический анализ научной литературы, моделирование, тестирование, эксперимент, методы статистической обработки результатов исследований.

Методики исследования:

1. Первая методика – это опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой [17, с. 75], позволяющая диагностировать степень развития осознанной саморегуляции и ее индивидуальные направления, компонентами которых являются частные регуляторные процессы.

Состоит из 46 утверждений и работает как единая шкала «Общий уровень саморегуляции», которая характеризует уровень сформированности индивидуальной системы саморегуляции произвольной активности человека.

Включает шкалы: Планирование, Моделирование, Программирование, Оценка результатов, Гибкость, Самостоятельность, а также интегральный показатель – Общий уровень саморегуляции.

2. Вторая методика – это тест «Смысложизненных ориентаций» (СЖО) Д.А. Леонтьева [17, с. 182], которая направлена на изучение смысложизненных ориентаций личности, составляющих основу образа Я. Цель: исследование «источника» смысла жизни, который может быть найден человеком либо в будущем (цели), либо в настоящем (процесс) или прошлом (результат), либо во всех трех составляющих жизни.

Включает шкалы: Цели в жизни, Процесс жизни, Результативность жизни, Локус контроля – Я, Локус контроля – Жизнь, а также Общий показатель осмысленности жизни.

В результате тестирования были подсчитаны баллы, набранные испытуемыми по каждой шкале, что выявляло присутствие каждой названной шкалы и позволяло определить степень выраженности у испытуемого той или иной шкалы и проследить, какие из пяти шкал проявлены в большей степени, а какие требуют усилий для их развития.

Результаты. Эмпирическое исследование проводилось на базе студентов СПО педагогического и юридического направлений подготовки, в нем приняли участие обучающийся системы СПО в возрасте от 16 до 18 лет. Выборка разделена на две группы по пятьдесят 54 человек каждая: студенты педагогического направления и студенты юридического направления.

На первом этапе рассчитаем описательные статистики для всей выборки и отдельно для каждой группы. А именно: среднее арифметическое, стандартное отклонение, минимальное и максимальное значение по каждой шкале обеих методик. Эти данные представим в виде отдельных таблиц: одна для всей выборки, одна для группы педагогов и одна для группы юристов.

На втором этапе проведем проверку распределения всех переменных на нормальность. Для этого используется тест Шапиро-Уилка отдельно по каждой группе и по каждой шкале.

Представим в таблице 1 результаты описательной статистики всей выборки по опроснику «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой.

Таблица 1

Описательная статистика всей выборки (ССПМ)

	Шкалы						
	Планирование	Моделирование	Программиро-вание	Оценивание результатов	Гибкость	Самостоятель-ность	Общий уровень саморегуляции
Существующие	108	108	108	108	108	108	108
Пропущенные	0	0	0	0	0	0	0
Mean (arithmetic)	5,972	5,176	5,694	5,481	5,574	5,306	28,79
Стандартное отклонение	1,979	1,734	1,726	1,597	1,536	1,993	5,409
Критерий Шапиро-Уилка	0,9448	0,9640	0,9578	0,9573	0,9514	0,9672	0,9875
Р-значение коэффициента Шапиро-Уилка	<,001	,005	,002	,002	<,001	,009	,416
Минимум	1,000	1,000	2,000	1,000	2,000	0,000	14,00
Максимум	9,000	9,000	9,000	9,000	9,000	9,000	40,00

Так, согласно представленной описательной статистики и результатов распределения всех переменных на нормальность, видим по шкалам: «Планирование» (0,001), «Моделирование» (0,005), «Программирование» (0,02), «Оценивание результатов» (0,002), «Гибкость» (0,001), «Самостоятельность» (0,009) – $p < 0.05$, распределение переменной отличается от нормального; по шкалам: «Общий уровень саморегуляции» (0,416) – $p > 0.05$, переменная распределена нормально.

Представим в таблице 2 результаты описательной статистики педагогов по опроснику «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой.

Таблица 2

Описательная статистика педагогов (ССПМ)

	Шкалы						
	Планирование	Моделирование	Программирование	Оценивание результатов	Гибкость	Самостоятельность	Общий уровень саморегуляции
Существующие	54	54	54	54	54	54	54
Пропущенные	0	0	0	0	0	0	0
Mean (arithmetic)	5,889	5,093	5,333	5,296	5,556	4,870	27,54
Стандартное отклонение	1,949	1,866	1,843	1,700	1,645	1,864	5,942
Критерий Шапиро-Уилка	0,9543	0,9429	0,9483	0,9578	0,9466	0,9501	0,9802
Р-значение коэффициента Шапиро-Уилка	,038	,012	,021	,055	,018	,025	,510
Минимум	1,000	1,000	2,000	1,000	2,000	1,000	14,00
Максимум	9,000	8,000	9,000	9,000	9,000	9,000	39,00

Так, согласно представленной описательной статистики и результатов распределения всех переменных на нормальность, видим по шкалам: «Планирование» (0,038), «Моделирование» (0,012), «Программирование» (0,021), «Гибкость» (0,018), «Самостоятельность» (0,025) – $p < 0.05$, распределение переменной отличается от нормального; по шкалам: «Оценивание результатов» (0,055), «Общий уровень саморегуляции» (0,51) – $p > 0.05$, переменная распределена нормально.

Представим в таблице 3 результаты описательной статистики юристов по опроснику «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой.

Таблица 3

Описательная статистика юристов (ССПМ)

	Шкалы						
	Планирование	Моделирование	Программирование	Оценивание результатов	Гибкость	Самостоятельность	Общий уровень саморегуляции
Существующие	54	54	54	54	54	54	54
Пропущенные	0	0	0	0	0	0	0
Mean (arithmetic)	6,056	5,259	6,056	5,667	5,593	5,741	30,04
Стандартное отклонение	2,023	1,604	1,535	1,479	1,434	2,039	4,535
Критерий Шапиро-Уилка	0,9198	0,9506	0,9518	0,9376	0,9355	0,9559	0,9785

Р-значение коэффициента Шапиро-Уилка	,001	,027	,030	,007	,006	,045	,438
Минимум	2,000	1,000	3,000	2,000	3,000	0,000	19,00
Максимум	9,000	9,000	9,000	9,000	8,000	9,000	40,00

Так, согласно представленной описательной статистики и результатов распределения всех переменных на нормальность, видим по шкалам: «Планирование» (0,001), «Моделирование» (0,027), «Программирование» (0,03), «Оценивание результатов» (0,007), «Гибкость» (0,006), «Самостоятельность» (0,045) – $p < 0.05$, распределение переменной отличается от нормального; по шкалам: «Общий уровень саморегуляции» (0,438) – $p > 0.05$, переменная распределена нормально.

Представим в таблице 4 результаты описательной статистики всей выборки по тесту «Смысложизненных ориентаций» (СЖО) Д.А. Леонтьева.

Таблица 4

Описательная статистика всей выборки (СЖО)

	Шкалы					
	Цели	Процесс	Результат	ЛК-Я	ЛК-жизнь	Общий показатель ОЖ
Существующие	108	108	108	108	108	108
Пропущенные	0	0	0	0	0	0
Mean (arithmetic)	29,38	26,72	22,89	19,04	28,74	92,37
Стандартное отклонение	7,133	6,782	4,543	4,644	5,947	18,26
Критерий Шапиро-Уилка	0,9783	0,9900	0,9829	0,9763	0,9875	0,9881
Р-значение коэффициента Шапиро-Уилка	,075	,608	,179	,051	,416	,458
Минимум	10,00	10,00	12,00	9,000	16,00	41,00
Максимум	42,00	42,00	35,00	28,00	42,00	132,0

Так, согласно представленной таблицы описательной статистики и результатов распределения всех переменных на нормальность, видим по шкалам: «Цели» (0,075), «Процесс» (0,608), «Результат» (0,179), «ЛК-Я» (0,051), «ЛК-жизнь» (0,416), «Общий показатель ОЖ» (0,458) – $p > 0.05$, переменная распределена нормально.

Представим в таблице 5 результаты описательной статистики педагогов по тесту «Смысложизненных ориентаций» (СЖО) Д.А. Леонтьева.

Таблица 5

Описательная статистика педагогов (СЖО)

	Шкалы					
	Цели	Процесс	Результат	ЛК-Я	ЛК-жизнь	Общий показатель ОЖ
Существующие	54	54	54	54	54	54
Пропущенные	0	0	0	0	0	0
Mean (arithmetic)	29,61	27,41	23,02	19,24	28,96	93,83

Стандартное отклонение	7,987	7,244	5,261	4,975	6,622	19,33
Критерий Шапиро-Уилка	0,9651	0,9871	0,9611	0,9710	0,9754	0,9848
Р-значение коэффициента Шапиро-Уилка	,116	,828	,077	,213	,329	,723
Минимум	10,00	10,00	14,00	9,000	17,00	51,00
Максимум	42,00	42,00	35,00	28,00	42,00	131,0

Так, согласно представленной описательной статистики и результатов распределения всех переменных на нормальность, видим по шкалам: «Цели» (0,116), «Процесс» (0,828), «Результат» (0,077), «ЛК-Я» (0,213), «ЛК-жизнь» (0,329), «Общий показатель ОЖ» (0,723) – $p > 0.05$, переменная распределена нормально.

Представим в таблице 6 результаты описательной статистики юристов по тесту «Смысложизненных ориентаций» (СЖО) Д.А. Леонтьева.

Таблица 6

Описательная статистика юристов (СЖО)

	Шкалы					
	Цели	Процесс	Результат	ЛК-Я	ЛК-жизнь	Общий показатель ОЖ
Существующие	54	54	54	54	54	54
Пропущенные	0	0	0	0	0	0
Mean (arithmetic)	29,15	26,04	22,76	18,83	28,52	90,91
Стандартное отклонение	6,230	6,280	3,736	4,325	5,240	17,19
Критерий Шапиро-Уилка	0,9765	0,9831	0,9633	0,9644	0,9738	0,9773
Р-значение коэффициента Шапиро-Уилка	,364	,643	,097	,109	,282	,393
Минимум	10,00	10,00	12,00	11,00	16,00	41,00
Максимум	42,00	39,00	29,00	27,00	39,00	132,0

Так, согласно представленной таблицы описательной статистики и результатов распределения всех переменных на нормальность, видим по шкалам: «Цели» (0,364), «Процесс» (0,643), «Результат» (0,097), «ЛК-Я» (0,109), «ЛК-жизнь» (0,282), «Общий показатель ОЖ» (0,393) – $p > 0.05$, переменная распределена нормально.

На третьем этапе выполним корреляционный анализ для проверки гипотезы исследования, которая гласит, что существует взаимосвязь между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией у обучающихся СПО педагогического и юридического направления, построим корреляционные матрицы между всеми шкалами СЖО и всеми шкалами ССПМ.

Согласно результатов распределения переменных на нормальность по опроснику «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой используем коэффициент

Спирмена, по тесту «Смысложизненных ориентаций» (СЖО) Д.А. Леонтьева используем коэффициент Пирсона.

Отразим корреляционные матрицы для всей выборки, групп педагогов и юристов на рисунках 1, 2 и 3.

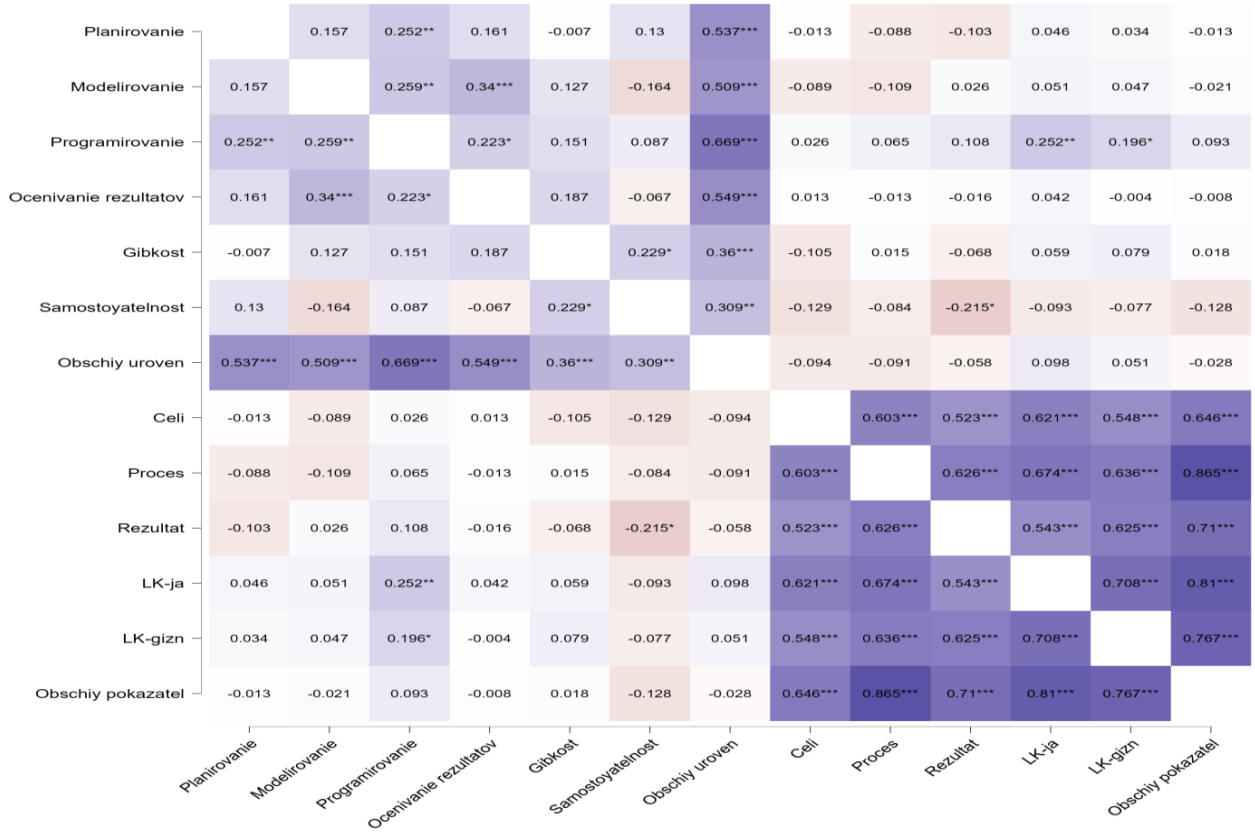


Рисунок 1. Корреляционная матрица всей выборки
(коэффициент корреляции Пирсона r)
*Примечание: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$*

Так, представленные данных корреляционной матрицы всей выборки, иллюстрирует наличие значимых взаимосвязей между шкалой методики СЖО «ЛК-Я» и шкалой методики (ССПМ) «Программирование» (r= 0,2520; p<0,01), шкалой методики СЖО «Результат» и шкалой методики (ССПМ) «Самостоятельность» (r= -0,2151; p<0,05), шкалой методики СЖО «ЛК-жизнь» и шкалой методики (ССПМ) «Программирование» (r= 0,1961; p<0,05).

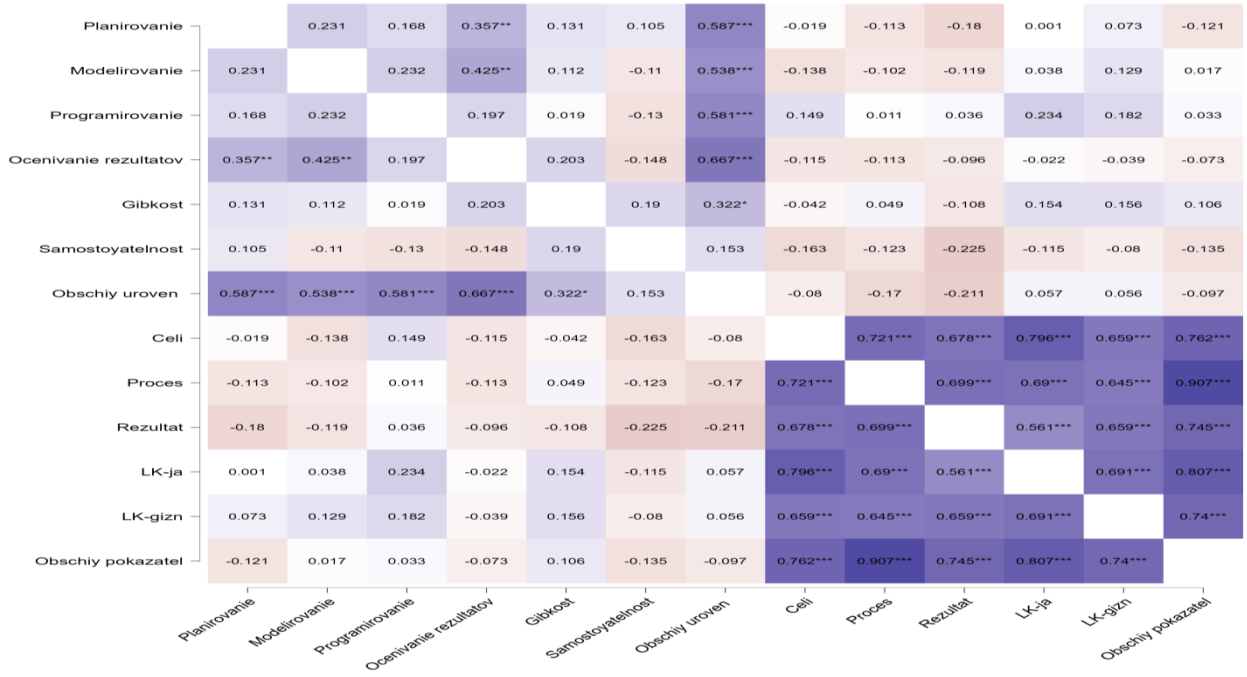


Рисунок 2. Корреляционная матрица группы педагогов (Коэффициент корреляции Пирсона r)
*Примечание: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$*

Так, представленные данные корреляционной матрицы всей выборки иллюстрирует отсутствие значимых взаимосвязей между шкалами методики СЖО «ЛК-Я» и шкалами методики (ССПМ).

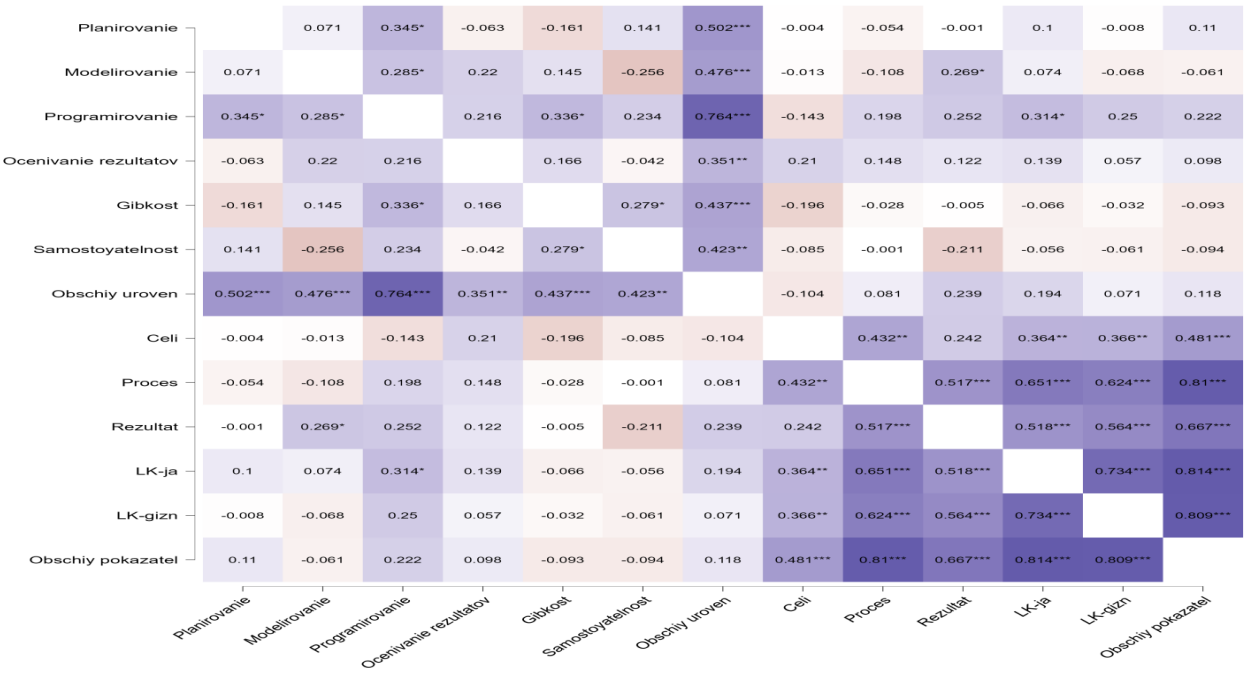


Рисунок 3. Корреляционная матрица группы юристов (Коэффициент корреляции Пирсона r)
*Примечание: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$*

Так, представленные данные корреляционной матрицы выборки юристов, иллюстрирует наличие значимых взаимосвязей между шкалой методики СЖО «ЛК-Я» и шкалой методики (ССПМ) «Программирование» (r= 0,314; p<0,05), шкалой методики СЖО «Результат» и шкалой методики (ССПМ) «Моделирование» (r= 269; p<0,05).

Следовательно, гипотеза о наличии взаимосвязи между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией у обучающихся СПО педагогического и юридического направления подтвердилась частично, поскольку во всей выборке и группе юристов имеются взаимосвязи, но у педагогов отсутствуют.

Следует отметить, взаимосвязь между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией имеет выраженную направленность. У юристов обнаружены значимые положительные корреляции между локусом контроля «Я» и программированием действий (r=0,314, p<0,05), а также между удовлетворённостью результатами жизни и моделированием условий деятельности (r=0,269, p<0,05). В свою очередь, у педагогов статистически значимых корреляций между шкалами СЖО и ССПМ не выявлено. Это может свидетельствовать о том, что профессиональный выбор, осуществлённый под влиянием внешних факторов (например родительское давление), нарушает интеграцию между смысложизненными ориентациями и саморегуляцией, тогда как осознанный выбор профессии способствует их согласованной работе и возможно минимальным профессиональным выгоранием.

Обсуждение. В результате исследования было определено, педагоги и юристы – это две группы с абсолютно разными проблемами, хотя и те, и другие учатся в системе среднего профессионального образования. У педагогов, как выяснилось, смысл жизни есть, и даже очень высокий – 93,83 балла. Они чувствуют, что их жизнь наполнена смыслом, они знают, зачем живут. Проблема в том, что превратить этот смысл в реальные дела они не могут. Саморегуляция у них низкая – всего 27,54 балла, а самостоятельность так совсем хромает. Они не умеют планировать, не могут заставить себя действовать, не видят связи между тем, что для них важно, и тем, что они реально делают каждый день. Получается, они как будто чувствуют что-то важное, но это чувство так и остаётся просто чувством, никуда не двигаясь. В свою очередь, у юристов картина зеркальная – напротив, умеют действовать, общий уровень саморегуляции у них высокий – 30,04 балла и самостоятельность хорошая. Они планируют, программируют, выполняют, но вот смысла в жизни у них меньше – 90,91 балла относительно педагогических – 93,83 балла. Складывается впечатление, что внутри нет глубины, не понимают зачем там они, в итоге нет настоящей ценности. К тому же, смысл и действия работают вместе. Чем выше у юристов ощущение контроля над жизнью, тем лучше они умеют строить планы и действовать. А у педагогов данная связь отсутствует. Смысл есть, но он не переходит в действия.

Заключение. Представленный материал позволяет прийти к следующему выводу, группа педагогов страдает от того, что не способна воплотить свой смысл, а группа юристов от того, что у неё недостаточно этого смысла. Соответственно, имеет место потребность в разработке психолого-педагогической программы: общей по структуре, но с разными акцентами для разных групп. В обеих группах испытуемых требуется осуществить работу по формированию навыков планирования своей жизни, осознанию своих ценностей. Однако, педагогов нужно научить чувствовать и действовать одновременно, а юристов действовать с чувством. Поскольку идеальный вариант – это когда человек и чувствует смысл, и способен его реализовывать.

Список литературы:

1. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). – М.: Смысл, 2000. – 18 с.

2. Франкл В. Человек в поисках смысла: сборник / пер. с англ. и нем. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

3. Кудрявцев В.Т. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие. – М.: Академия, 2007. – 320 с.

4. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека. – М.: Наука, 2001. – 192 с.

5. Выготский Л.С. Психология развития человека. – М.: Смысл; Эксмо, 2005. – 1136 с.

6. Кон И.С. Психология ранней юности: кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.

7. Моросанова В.И., Аронова Е.А. Саморегуляция и самосознание субъекта // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 1. – С. 14–22.

8. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2021. – № 1. – С. 3–37.

9. Моросанова В.И., Индина Т.А. Регуляторные и личностные предпосылки успешности профессионального самоопределения // Психологический журнал. – 2011. – Т. 32, № 4. – С. 32–44.

10. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности: учеб. пособие для вузов. – М.: ПЕР СЭ, 2001. – 511 с.

11. Гинзбург М.Р. Психологическое содержание личностного самоопределения // Вопросы психологии. – 1994. – № 3. – С. 43–52.

12. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М.: Смысл, 2003. – 487 с.

13. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. – М.: Наука, 1980. – 256 с.

14. Практикум по психологии личности / под ред. Н.В. Козлова. – СПб.: Питер, 2019. – 320 с.