

УДК 159.9.

Взаємозв'язок стилю життя особистості та особливостей самоактуалізації студентів різної професійної спрямованості

Поліванова О.Є.

Стаття посвячена изучению взаимосвязи стиля жизни и особенностей самоактуализации студентов различной профессиональной направленности. Проанализированы различные подходы к понятию «стиль жизни», рассмотрены современные исследования стиля жизни студенческой молодежи. Показано, что стиль жизни – это индивидуально-личностная форма проявления социально-типичной жизнедеятельности личности, включающая внутренние и внешние характеристики. Различия в стилях жизни в исследуемых группах обусловлены профессиональной направленностью данных групп. Так, основой стиля жизни в группе психологов являются особенности взаимоотношений с окружающими людьми, в группе дизайнеров основой формирования стиля жизни являются потребности, связанные с особенностями их деятельности. Компонентами стиля жизни, обуславливающие процесс самоактуализации исследуемых групп, является ориентация на себя и стремление к самовыражению.

Ключевые слова: стиль жизни, профессиональная направленность, самоактуализация, студенческая молодежь.

Стаття присвячена вивченню взаємозв'язку стилю життя та особливостей само актуалізації студентів різної професійної спрямованості. Проаналізовано різні підходи до поняття «стиль життя», розглянуто сучасні дослідження стилю життя сучасної студентської молоді. Показано, що стиль життя – це індивідуально-особистісна форма прояву соціально-типової життєдіяльності особистості, що включає зовнішні та внутрішні характеристики. Різниця стилів життя досліджуваних обумовлена професійною спрямованістю досліджуваних груп. Так, основою стилю життя у групі психологів є особливості їх взаємовідносин з оточуючими, в групі дизайнерів основою формування стилю життя є потреби, що пов'язані з особливостями їх діяльності. Компонентами стилю життя, що обумовлюють процес самоактуалізації в обох групах, є орієнтація на себе та прагнення до самовираження.

Ключові слова: стиль життя, професійна спрямованість, самоактуалізація, студентська молодь.

The article is concerned with the relationship of lifestyle and features self actualization of students of different professional orientation. Analyze the various approaches to the concept of «life style», deals with modern life style research students. It is shown that lifestyle it is individual-personal form of manifestation of social life of a typical person, which includes internal and external characteristics. Differences in lifestyles between groups caused professional orientation of these groups. So base of the style of life in a group of psychologists are features of relationships with other people, in the group of designers basis for the formation of lifestyle needs are related to the characteristics of their activities. Components of lifestyle, causing the process of self-actualization groups studied, is to focus on yourself and the desire for self-expression.

Keywords: lifestyle, professional orientation, self-actualization and students.

Складність та багатогранність діяльності, які виконує сучасна людина, вимагає від неї певного ставлення до свого життя, формування індивідуального способу поведінки, необхідності усвідомлення власного стилю життя.

Дослідження стилю життя як психологічної проблеми знаходяться у широкому колі досліджень розвитку особистості. Однак по цей час не існує теорії, яка інтегрувала у собі всі погляди на цю проблему. Використання категорії «стиль» настільки поширене, що в різних сферах знань стиль вважається поняттям міждисциплінарним, яке входить до категоріального апарату філософії, психології, літератури, мистецтвознавства, лінгвістики, біології та ін. [1, 3, 8].

В багаточисленних визначеннях стилю відбивається, перш за все, установка дослідників на розуміння проблеми індивідуальності, а також їх погляди на характер взаємозв'язку людини з оточуючим світом. Досить поширеною є точка зору, згідно якої стиль – це і є індивідуальність особистості. При цьому підкреслюється превалююча роль особистісного фактора в процесі формування стилю та його структури [1].

Уявленню про стиль як спосіб самокерування творчої спонтанної індивідуальності протистоїть розуміння стилю як формальної характеристики, яка ніяк не пов'язана з сутністю особистості. Так звані «формалісти» вважали неприйнятним зв'язок між проявами стилю та якісною своєрідністю особистості. Така очевидна несиметричність зберігається і в роботах сучасних авторів [1,3,8].

Поняття «стиль життя» у науковий обіг вводить М.Вебер, який розглядає його, насамперед, в соціологічному контексті як критерій соціальної стратифікації, чинник, що інтегрує певну соціальну групу й водночас перешкоджає переходу особи із однієї групи в іншу [1]. Подальший розвиток зазначеної проблеми пов'язаний із феноменологічною традицією, зокрема, з іменем визначного австрійського вченого Альфреда Адлера, який тлумачить стиль життя як прояв індивідуальної цілісності особистості, що активно прагне досконалості.

У вітчизняній психології існує багато різних поглядів на цю проблему.

Ю. М. Швалб вивчав проблему стилю у контексті соціальних, економічних і політичних змін у країні, і, перш за все, звертав увагу та те, яким чином вони впливають на спосіб життя особистості. З його точки зору стиль життя особистості змінюється під впливом, з однієї сторони, об'єктивних факторів, а з іншої – суб'єктивних, до яких він відносить систему мотивів та цінностей, що впливають на відношення до дійсності. Об'єктивний смисл і суб'єктивна оцінка можуть бути різноспрямованими. Так, існують ситуації, що мають позитивний смисл, однак людина має негативне відношення, іноді буває навпаки. Необхідно наголосити, що одні і ті ж самі зміни можуть впливати по-різному на стиль життя людей і це залежить від їх відношення до певної соціальної групи. Так, психолог виділяє базові

характеристики категорії стиль життя і це: 1. Стиль життя в психологічному плані є набором цінностей та норм, що визначають поширення й передачу від покоління до покоління певних моделей поведінки; 2. Стиль життя – сукупність стійких способів та форм організації соціокультурного життя людей; 3. Стиль життя представляє собою певну цілісну характеристику буття індивіда та соціуму. Тобто Ю.М. Швалб вважає, що стиль життя виникає внаслідок взаємодії зовнішніх та внутрішніх факторів [11].

Також на взаємодії зовнішніх та внутрішніх факторів в розумінні стилю життя наполягає і Т. Титаренко, що описує стиль життя у контексті життєвого шляху особистості. З однієї сторони на людину впливає зовнішній світ, а з іншої людина проєцирує у зовнішній світ свої індивідуальні особливості. Тобто Т. Титаренко визначає життєвий стиль як цілісність, що поєднує внутрішній психічний світ і зовнішні його прояви в поведінці, спілкуванні, діяльності. Життєвий світ є результатом саморозвитку, самовдосконалення, розвитку особистісних цінностей та змістів, структурування щодо них зовнішньої дійсності. У структурі життєвого світу Т. Титаренко визначає такі специфічні координати, як простір значимих відносин і час становлення особистості, тобто психологічний простір і психологічний час. Ці просторово-часові характеристики забезпечують ціннісне підпорядкування навколишньої дійсності. Одиницею виміру простору життєвого світу є відносини, що розкривають особистісні рубежі, моральні межі, а одиницею виміру часу стає індивідуальний ступінь самореалізації. У психологічному часі здійснюється складний синтез біологічного і соціального часу, в якому розгортається людське життя. Залежно від того, як людина на певних етапах свого життєвого шляху звужує, розширює, прискорює чи сповільнює перехід власного психологічного часу, вона по-різному бачить навколишній світ і себе саму, перебуває з цим світом у злагоді чи конфлікті, приймає власну індивідуальність або відкидає її, прагне до самовдосконалення або продовжує далі будувати складніші психологічні захисти. Що ж стосується психологічного простору, то він виступає всередині простору соціального, видозмінюючи його характеристики [9].

Проблема стилю життя сучасної молоді в наш час є досить актуальною та досліджуваною. Існують різні підходи до розуміння стилю життя сучасної молоді: він відбиває і широкий спектр соціальних орієнтацій та зв'язків у процесі власної життєдіяльності із соціальним простором сучасного буття [5], пошук власних форм соціального самоствердження, вибір власних способів життєдіяльності, становлення індивідуальності [6], відображає погляди на основні детермінанти стилютворення якими є цінності особистості [10], наголошується особливі функції стилю життя, а саме він повинен створювати дистанцію між різними соціальними групами та допомагати визначити приналежність до певної соціальної групи та адаптуватися до соціальних умов, що зазнають змін [5]. Тобто стверджується, що стиль життя студентів під час їх навчання активно розвивається і переходить на більш якісну ступінь свого розвитку.

Таким чином, проблема формування стилю життя є особливо актуальною в період становлення особистості, опанування нею нових форм соціальної діяльності і, перш за все, професійного самовизначення. Тому метою нашої роботи є дослідження взаємозв'язку стилю життя та особливостей самоактуалізації студентів різної професійної спрямованості. Об'єктом нашого дослідження є стиль життя. Предметом дослідження є взаємозв'язок стилю життя і самоактуалізації студентів різної професійної спрямованості.

Виходячи з наведеного теоретичного огляду, у якості зовнішніх проявів стилю життя ми досліджували особливості взаємовідносин з оточуючими, а внутрішніх - ціннісну сферу та сферу потреб. Крім того, на наш погляд, формування власного стилю життя тісно пов'язане з самоактуалізацією особистості, яка може виступати, як фактор, що сприяє, так і фактор, який перешкоджає цьому процесу.

Для вирішення цих завдань, ми використали наступні методи: методика «САТ»; методика «Діагностика сфери потреб» (В.В. Скворцов, модифікація І.А. Акіндинової); методика «Морфологічний тест життєвих цінностей» та методика «Діагностика міжособистісних відносин» (Т. Лірі).

У дослідженні приймали участь 2 групи випробуваних. Перша група – це студенти ХПУ імені Г. Сквороди, що навчаються на факультеті дизайну реклами. Друга група студентів – студенти ХНУ імені В.Н. Каразіна, що навчаються на факультеті психології. Вікові межі цих груп – від 19 – 23 років.

Нами були отримані наступні результати.

Як було показано вище, за зовнішній компонент стилю життя ми взяли взаємовідносини з оточуючими. Результати дослідження цієї характеристики показали, в групі психологів вираженість цих показників значно вище ($p=0,045$), за винятком такого стилю взаємовідносин як підозрілість, який переважає у дизайнерів. Крім того, слід зауважити, що в групі психологів найбільш вираженим є такий стиль поведінки з оточуючими як авторитарний. Тобто, можна вважати, що у формуванні стилю свого життя психологи, перш за все, використовують власну домінуючість та наполегливість у стосунках з оточуючими, в той час як у групі дизайнерів явної тенденції до домінування, як і до активного використання інших способів встановлення стосунків з іншими, виявлено не було.

Дослідження внутрішніх компонентів стилю життя показало певні особливості по групах. Значимих розбіжностей між показниками цінностей ми отримали за цінностями «досягнення» ($p=0,027$), що переважає у психологів, та «креативність» ($p=0,012$), що переважає у дизайнерів. При цьому можна виділити певну тенденцію: в групі психологів переважають такі цінності як духовне задоволення, соціальні контакти, особистісний престиж, досягнення, при цьому ці цінності можуть бути реалізовані в будь-яких сферах життя. В групі дизайнерів більш важливими є не конкретні цінності, а ступінь їх

реалізації у певних сферах життя, перш за все, таких як сфера професійної діяльності, сфера освіти та сфера захоплення. Єдиною сферою, яка значущо виражено у групі психологів є сфера сімейного життя ($p=0,03$).

Вивчення потреб як внутрішнього компоненту стилю життя показало, що в групі психологів найбільш виражені матеріальні потреби, в той час як в групі дизайнерів переважають потреби у визнанні та самовираженні. Це можна пояснити саме недостатньою задоволеністю матеріальних потреб у групі психологів, ніж у групі дизайнерів. Таким чином, стиль життя групи психологів у більшій мірі характеризується зовнішньою спрямованістю, так як основою формування певних стилів життя є міжособистісні відносини. В свою чергу, можна сказати, що основою життєвого стилютворення групи дизайнерів реклами є внутрішні компоненти, до яких в даному випадку відноситься сфера потреб.

Вивчення особливостей самоактуалізації показало, що значущі розбіжності між групами виявлено лише за показниками, які недостатньо виражені. Як в групі психологів, так і в групі дизайнерів найбільш вираженим компонентом самоактуалізації є самоповага, тобто вони цінують свої достоїнства, позитивні властивості характеру, поважають себе за них. В той же час, в групі дизайнерів є недостатньо вираженим такий показник як креативність, а в групі психологів – контактність. Можна припустити, що саме по цих параметрах випробувані пред'являють до себе завищені вимоги, що яскраво демонструє особливості самоактуалізації в досліджуваних групах.

Дослідження взаємозв'язку компонентів стилю життя та самоактуалізації показало наступне. В групі психологів, процес самоактуалізації пов'язаний з такими компонентами стилю життя як: авторитарний (0,4, $p=0,024$) та егоїстичний (0,364, $p=0,037$) типи відносин, такі цінності як досягнення (0,345, $p=0,032$), духовне задоволення та збереження індивідуальності, а також з потребою у самовираженні (0,339, $p=0,049$). Компоненти стилю життя, що найбільш негативно впливають на процес самоактуалізації це: незадоволеність потреби у безпеці (-0,433, $p=0,015$), підкорюючий тип відносин (-0,4, $p=0,024$), а також така цінність як особистий престиж.

В групі дизайнерів реклами процес самоактуалізації пов'язаний з такими зовнішніми компонентами стилю життя як: егоїстичний (0,482, $p=0,007$) та агресивний (0,423, $p=0,018$) типи відносин та з внутрішніми компонентами стилю життя: соціальні потреби (0,372, $p=0,034$) та потреба у самовираженні (0,363, $p=0,037$) та такою цінністю як креативність (0,337, $p=0,05$). Найбільш негативно впливає на процес самоактуалізації в групі дизайнерів потреба у безпеці (-0,355, $p=0,041$), дружній (-0,35, $p=0,043$) та залежний (-0,367, $p=0,036$) типи взаємовідносин. Тобто, при незадоволенні потреби у безпеці та таких типах взаємодії процес самоактуалізації стає неможливим.

Таким чином, проведене дослідження дозволяє нам зробити наступні висновки:

1. Стиль життя – це індивідуально-особистісна форма прояву соціально-типової життєдіяльності особистості, що включає зовнішні та внутрішні характеристики. До зовнішніх характеристик відноситься сфера міжособистісних відносин, до внутрішніх – ціннісна сфера та сфера потреб.

2. У групі психологів найбільш вираженими є зовнішні характеристики стилю життя, такі як авторитарний та альтруїстичний типи міжособистісних відносин. Для групи дизайнерів характерним є більша вираженість внутрішніх компонентів стилю життя, а саме – креативність, розвиток особистості та духовне задоволення.

3. І у групі психологів, і у групі дизайнерів найбільш вираженим компонентом самоактуалізації є самоповага.

4. Компонентами стилю життя, що обумовлюють процес самоактуалізації, в обох групах є орієнтація на себе та прагнення до самовираження.

5. Найбільш ускладнюють процес самоактуалізації у групі психологів такі компоненти стилю життя як покірність та невпевненість у собі, прагнення до особистого престижу та незадоволеність потреби у безпеці. У групі дизайнерів найбільше ускладнюють процес самоактуалізації такі компоненти стилю життя як спрямованість на інших та незадоволеність потреби у безпеці.

Таким чином показано, що стилі життя кожної групи певним чином відрізняються і різниця між ними пов'язана саме з професійною спрямованістю цих груп. Так, професія психолога передбачає спілкування, тому основою стилю їх життя є взаємовідносини з іншими людьми. В свою чергу, інша група досліджуваних – дизайнери реклами – формують свій стиль життя на основі наявності у них певних потреб, що пов'язано з особливостями творчої діяльності цієї категорії опитуваних. Виходячи з цього, найбільший інтерес викликає дослідження мінливості стилю життя особистості у зв'язку з реальними особистісними та професійними досягненнями.

Список літератури

1. Бондар Т.В. Категорія «стиль життя» та його інтерпретації // Вісник ХНУ ім. В.Н.Каразіна. - 2008.
2. Ігнатенко О.А. Особливості процесу самоактуалізації студентів різних спеціальностей. // www.pnbuv.gov.ua.
3. Коваль А.В. Категорія «стиль життя» та її соціокультурна експлікація: Автореферат дис. АПН України. Ін-т вищ. освіти. — К: 2002.
4. Леонтьев Д.А. Самоактуализация как движущая сила личностного развития: историко-критический анализ // www.psychology-online.net.
5. Пилаева Т.В. Стили життя студентської молоді: типологія та детермінанти: Автореферат дис. Харківського національного університету ім.В.Н.Каразіна. –Х.: 2009.

6. Приходько Т.В. Стилї життя молодї в умовах сучасного українського буття: Автореферат дис. Київського політехнічного інституту. – К.: 2007.
7. Соломка Т. Самоактуалізація студентів під час професійної підготовки // Соціальна психологія. - №4 -, 2006.
8. Стилї життя личности: теоретические и методологические проблемы / Отв. ред. Л.В. Сохань, В.А. Тихонович. – К.: Наукова думка, 1982. – 372 с.
9. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості у межах і за межами буденності. -К: Либіль, 2003.
10. Чміль Л.Б. Психологічні особливості стилю життя студентської молоді: Автореферат дис. Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна. – Х: 2010.
11. Швалб Ю. Психологічні критерії визначення стилю життя // Соціальна психологія. - №2. - 2003.