

Методика "Жизненное предназначение"

Методика разработана с целью изучения жизненных ориентаций и особенностей их осуществления в процессе жизнедеятельности.

Жизненные предназначения - это изначально заданные природные ориентации человека, его общая жизненная направленность, выражающая предрасположенность к определенному типу функционирования, стилю деятельности, типу отношений к себе, людям и Миру в целом. У большинства подростков и взрослых обнаруживается целая система предназначений и вытекающих из них жизненных задач. Они могут заявлять о себе и одновременно, и последовательно. В определенный период жизни на передний план выходит одна или две наиболее актуальные жизненные ориентации и задачи.

Как и другие личностные образования, предназначения имеют полярную, двойственную природу, что нашло отражение и в данной методике, входящей в пакет методик "Гармония" для изучения степени гармоничности и действенности базовых компонентов личности (см. методики "Базовые стремления", "Образ жизни", "Культурно-психологический потенциал" и др.). Методика позволяет выявлять как **содержание**, так и **характер осуществления** жизненных предназначений.

В данной методике достаточно высокая степень оптимальности (гармоничности) процесса осуществления жизненных задач определяется через комплекс характеристик локуса контроля, осознанности и действенности предназначений, жесткости и широты жизненных ориентаций. Рассматриваются в первую очередь внутренние факторы, в большей или меньшей степени благоприятствующие организации успешного процесса самореализации предназначений. Оптимальным считается наличие у испытуемого этих особенностей на достаточно высоком уровне. Однако выраженность таких характеристик на близком к максимальному или на максимальном уровне считается уже не оптимальной, а псевдооптимальной, псевдовысокой. Методика в большей степени выявляет, помимо содержания предназначений, факторы, организующие процесс самореализации жизненных предназначений, а также показатель включенности опрашиваемого в их осуществление. Фундаментальная характеристика **общей гармоничности и конструктивности жизни личности** включает в себя и другие важные аспекты ее мотивации и жизнедеятельности, например, ценностные и процессуальные стороны образа жизни, особенности культурно-психологических стремлений и умений, общекультурных тенденций, и т.п.

Минимальный возраст для работы по методике - 14-15 лет.

Инструкция: Вам предлагается ответить на вопросы, касающиеся содержания Ваших главных жизненных ориентаций и особенностей их осуществления в процессе жизни. Выбирайте свой ответ из пяти возможных ответов по общей Шкале.

Шкала возможных ответов:

1 2 3 4 5

Нет Скорее, нет Когда как Скорее, да Да

Если, например, на вопрос №4 Вы выбрали ответ "Скорее, нет", то напротив номера этого вопроса в бланке ответов нужно поставить цифру "4". Таким образом даются ответы на все вопросы, кроме последнего №23. На него нужно дать письменный словесный ответ.

Вопросы к методике:

1. Мне больше нравится работа с четкими, подробными инструкциями, до мелочей определяющими, что и как нужно делать, с жестким графиком работы и сроками выполнения.
2. Большую часть жизни я хочу посвятить творчеству.
3. Часто мне хочется что-то делать знакомым, известным способом, чем постоянно искать какие-то новые, неизвестные мне пути.
4. Я скорее выберу работу со свободным графиком посещения, в которой имеется широкий простор для творчества и дается лишь самая общая задача.
5. В жизни я предпочел бы руководить людьми, направлять и контролировать их.
6. По натуре я скорее помощник и исполнитель.
7. Мне удается хорошо организовывать различные дела.
8. Я чаще предпочитаю роль подчиненного, а не руководителя.
9. Важнейшей задачей моей жизни является помочь другим людям.
10. В жизни главное для меня - это удовлетворение собственных желаний, получение удовольствий.
11. Одной из важных задач своей жизни считаю создание семьи (или жизнь в семье, если она есть).
12. Я предпочитаю больше заботиться о себе, чем помогать другим.
13. Считаю себя хозяином своей судьбы.
14. Я хорошо понимаю, к чему я больше всего предназначен в жизни.
15. Мой жизненный путь, видимо, больше зависит от внешних обстоятельств.
16. Мое жизненное предназначение совершенно туманно для меня.
17. Каждому человеку природой дано только одно жизненное предназначение.
18. Человек в течение жизни обычно выполняет несколько больших жизненных задач.
19. Думаю, что мне удастся выполнить мое главное предназначение.
20. Я уже осуществляю свое главные жизненные задачи.
21. В жизни я в основном ориентируюсь на решение ситуативных, суетных задач (на бытовые, учебные, рабочие и другие текущие вопросы).
22. Что бы я ни делал, в конечном итоге возвращаюсь к размышлениям над общечеловеческими и мировыми вопросами.
23. Мое жизненное предназначение состоит в ...(дайте письменный ответ).

КЛЮЧ

Содержание жизненных предназначений (ЖП)

1 Исполнитель - творец

Исполнитель, рутина	1, 3
Творец, творчество	2, 4

2. Руководитель - подчиненный

Руководитель, руководство	5, 7
Подчиненный, подчинение	6, 8

3. Поддержка других - поддержка себя

Поддержка других	9,11
Поддержка себя	10,12

4. Ситуативная ориентация - Духовная ориентация

Ситуативная	21
Духовная (широкомасштабная, общечеловеческая, космическая)	22

Внутриличностные факторы, благоприятствующие или не благоприятствующие осуществлению предназначений

1 Локус контроля (степень управления своей судьбой)

Внутренний	13
Внешний	15

2. Осознанность жизненных предназначений (ЖП)

Высокая	14
Низкая	16

3. Жесткость направленности ЖП

Однонаправленность	17
Разнонаправленность (несколько ЖП)	18

4. Вера в осуществимость ЖП,

Наличие активного процесса осуществления ЖП	19
	20

Осознанность ЖП в верbalном плане

23

-
Благоприятствующими факторами являются:

внутренний локус контроля (№ 13), высокая осознанность ЖП (№ 14), гибкость - разнонаправленность личности (№ 18), вера в осуществимость ЖП (№ 19).

Не благоприятствующими - преобладающий внешний локус контроля, низкая осознанность ЖП, однонаправленность жизненных ориентаций (соответственно пункты №№ 15, 16 и 17).

Прямыми показателем наличия процесса реализации ЖП является **действенность ЖП** (№ 20)..

Обработка результатов:

Определяется выраженность как содержательных характеристик жизненных ориентаций испытуемого, так и характеристик организации процесса их осуществления.

Анализ содержания жизненных предназначений (ориентаций)

1. Выявление преобладающих жизненных ориентаций в четырех полярных парах предназначений: Исполнитель - Творец, Руководитель - Подчиненный, Поддержка себя - Поддержка других, Ситуативная ориентация - Духовная (широкомасштабная) ориентация.

По каждому типу ориентаций (кроме Ситуативной и Духовной) вычисляются средние арифметические баллы (см. Ключ к методике). **Выраженной ориентацией** считается та, средний балл которой больше или равен **3,5 балла**. Смотрим в полярных парах, какая ориентация сильнее, т.е. является преобладающей, и является ли она выраженной.

Возможны случаи, когда у опрашиваемого нет выраженных ориентаций, или, наоборот, когда у него сразу несколько таких предназначений.

2. Затем определяется, на каком **уровне** выражена каждая жизненная ориентация (см. таблицу 1). Когда ориентация определяется только по одному ответу (это Ситуативная и Духовная ориентации), то уровни определяются в таких случаях по упрощенным правилам: ответы "4" или "5" - высокий уровень (B), ответ "3" - средний (C), ответы "1" или "2" - низкий уровень (H).

3. По группе также вычисляется по каждому типу ориентаций **процент случаев выраженных жизненных ориентаций**: число таких случаев с данной ориентацией делится на число испытуемых в группе и умножается на 100 %.

Кроме того, по каждому типу ориентаций по группе испытуемых вычисляется среднее арифметическое. Вообще средние желательно вычислять по каждому вопросу методики, так как это дает возможность проведения более тонкого анализа выраженности не только ориентаций, но и их составляющих.

Показатели организации и активности процесса осуществления жизненных предназначений

4. Далее по ответу на вопрос № 20 определяется важный показатель - **уровень действенности жизненных предназначений - уровень Джп**, т.е. уровень активности процесса их осуществления. Так как здесь уровень определяется только по одному ответу, то применяем для этого упрощенные правила определения уровня (см. пункт 2 "Обработки результатов" настоящей методики). Уровень общегруппового среднего определяется по таблице 1, в колонке Хср - 3,00.

5. Наконец, определяем комплексный показатель - **гармоничность внутриличностных факторов осуществления жизненных предназначений (Гожп)**. Это показатель благоприятности выраженности таких характеристик как локус контроля, осознанность предназначений, жесткость направленности предназначений, вера в их осуществление - для реализации своих жизненных ориентаций. Достаточно высокая выраженность благоприятствующих признаков этих факторов говорит лишь о потенциально гармоничных внутренних условиях для реализации предназначений, а не о самом уровне их осуществления, который может быть связан и с необходимыми внешними, материальными и социально-психологическими, условиями.

А) Сначала все ответы "2", если они есть, по вопросам №№ 13, 14, 18, 19 переводим в ответ "1" балл.

Б) По "отрицательным" вопросам №№ 15, 16 и 17 переводим баллы по Обратной шкале к "позитивному" виду:

"Отрицательные" ответы переводим (->) "Положительные" ответы

1 -> 5, 2 -> 4, 3 -> 3, 4 -> 1, 5 -> 1

В) Вычисляем показатель Гожп:

Гожп = (сумма баллов по №№ 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19) / 7 .

Это среднее арифметическое баллов по благоприятным личностным факторам, потенциально способствующим осуществлению жизненных предназначений.

Г) По таблице 1 определяем уровень выраженности показателя Гожп, беря во внимание диапазоны уровней первой колонки, так как среднее арифметическое большинства обследованных групп находится близко к $X_{ср} = 3,25$ балла.

Таблица 1. Примерные уровни гармоничности личностных характеристик (балльные показатели)

УРОВЕНЬ	Гармоничность характеристик (при $3,1 < X_{ср} < 3,4$) ($X_{ср} - 3,25$ балла)	% от Max балла 5,принимаемого за 100 %	Гармоничность характеристик (при $3,125 < X_{ср} < 3,375$) ($X_{ср} - 3,00$ балла)	% от Max балла 5,принимаемого за 100 %
ВЫСОКИЙ	3,61 - 4,30	65,1 - 82,5	3,41 - 4,20	60,1 - 80,0
ПСЕВДО-ВЫСОКИЙ	4,31 - 5,00	82,6 - 100,0	4,21 - 5,00	80,1 - 100,0
СРЕДНИЙ	2,91 - 3,60	47,6 - 65,0	2,61 - 3,40	40,1 - 60,0
НИЗКИЙ	1,50 - 2,90	12,5 - 47,5	1,50 - 2,60	12,5 - 40,0

Примечание: для определения уровня гармоничности показателя Гожп методики "Жизненное предназначение" применяем уровни для $X_{ср} = 3,25$ балла. Лица с псевдовысоким уровнем часто обнаруживают завышенную, нереалистичную самооценку и высокие амбиции, что создает состояние потенциальной неустойчивости в стрессогенных обстоятельствах. Поэтому этот уровень оценивается как более низкий, чем высокий уровень гармоничности личностных характеристик. Эти рассуждения относятся к большинству особенностей личности.

Д) Дополнительно может быть определен показатель уровня конструктивности осуществления жизненных пред назначений - уровень Кожп. Он учитывает как уровень потенциальной гармоничности личностных факторов осуществления ЖП - уровень Гожп, так и уровень действенности ЖП - уровень Джп. Предпочтение при определении уровня Кожп отдается уровню Джп. В итоге получаем уровень не потенциальной, а реальной гармоничности осуществления жизненных пред назначений.

Уровень конструктивности (реальной гармоничности) осуществления ЖП - уровень Кожп - определяем по таблице 2.

Таблица 2. Шкала определения уровня реальной гармоничности целостных показателей базовой личности (для методик пакета "Гармония" - здесь для показателя уровня конструктивности осуществления жизненных пред назначений)

№№	Уровень Гарм-сти осуществления ЖП (Ур Гожп)	Уровень Действенности ЖП (Ур Джп)	Уровень Конструктивности осуществления ЖП (Ур Кожп)
1	В	В	В
2	ПВ	В	В
3	С	В	В
4	В	ПВ	ПВ
5	ПВ	ПВ	ПВ
6	С	ПВ	ПВ
7	В	С	С
8	ПВ	С	С
9	С	С	С
10	Н	В	С
11	Н	ПВ	С
12	Н	С	С
13	В	Н	Н
14	ПВ	Н	Н
15	С	Н	Н
16	Н	Н	Н

Примечание: В - высокий уровень, ПВ - псевдовысокий уровень, С - средний уровень, Н - низкий уровень гармоничности результатов по методике. Ур Гожп - уровень потенциальной гармоничности факторов осуществления жизненных пред назначений, Ур Джп - уровень действенности жизненных пред назначений, Ур Кожп - уровень конструктивности (реальной гармоничности) осуществления жизненных пред назначений.