

УДК 316.61:316.477:159.922.8

Е.А. Будникова

E.A. Budnikava

Научный руководитель О.А. Короткевич

Scientific adviser O.A. Karatkevich

Учреждение образования «Гомельский государственный университет
имени Франциска Скорины», г. Гомель

Educational Establishment "Francisk Skorina Gomel State University", Gomel

sapatkova@mail.ru

**Проблема формирования стратегии жизненного пути личности
в юношеском возрасте**

**The problem of forming the strategy of the life path of personality
in adolescence**

В настоящее время, в отличие от предыдущих десятилетий, когда существовал приоритет общественных ценностей, а личная жизнь человека отодвигалась на второй план, проблемы личности перестают быть второстепенными. С развитием демократического общества у человека появляется возможность выбора из большего количества жизненных стратегий, что позволяет достигать более высокой степени самореализации.

Проблема формирования стратегии жизненного пути занимает далеко не последнее место в формировании культуры здоровья. Существует множество определений термина «культура здоровья», каждое по-своему раскрывает данное понятие. В научном исследовании, посвящённом анализу современных подходов к изучению феномена культуры здоровья, на Восьмой Международной научно-практической интернет-конференции «Научный потенциал 2012» приведено определение культуры здоровья, данное В.А. Скуминым в 1995 году: «Культура здоровья – фундаментальная наука о

человеке и его здоровье, интегральная отрасль знания, разрабатывает и решает теоретические и практические задачи гармоничного развития духовных, психических и физических сил человека, его оптимальной биосоциальной адаптации к среде обитания»[1].

О.С. Васильева, Е.А. Демченко под стратегией жизни понимают такой способ бытия, систему ценностей и целей, реализация которых, согласно представлениям человека, позволяет сделать его жизнь наиболее эффективной. По мнению авторов, наиболее важными характеристиками жизненной стратегии являются уровень ответственности, степень осмысленности жизни, система ценностей и отношений человека. Основными показателями эффективности стратегии жизни человека являются его удовлетворенность жизнью и психическое здоровье [2].

Конструирование жизненного пути личности можно представить как совокупность средств, форм и методов достижения человеком своих жизненных целей, при помощи, которых человек может оптимально сформировать и эффективно реализовать личную жизненную стратегию.

Период юности характеризуется самоопределением личности практически во всех сферах жизнедеятельности. На этом этапе завершается физическое созревание и формирование первичной социализации личности. Мировоззренческий поиск в юношеском возрасте обуславливает социальную ориентацию личности, способствует осознанию себя частицей, элементом социальной общности, выбору своего будущего социального положения и способов его достижения. Механизм формирования жизненного пути личности представляется как процесс, в основе которого лежат социальные потребности индивида, служащие формированию системы ценностных ориентации, выполняющей роль регулятора социального поведения в краткосрочной и долгосрочной перспективах, что соответствует тактике и стратегии жизни индивидов. Жизненные стратегии можно классифицировать по различным основаниям, но в целом их можно дифференцировать на несколько основных типов: стратегии самореализации, стратегии достижения успеха и

повседневные (обыденные) стратегии [3].

В юношеском возрасте проблема жизненного самоопределения в социальном и личностном аспектах стоит особенно остро. Выбор направления и характера самореализации, осуществленный в данный период, во многом определяет дальнейший жизненный путь человека. По сути, речь идет о формировании стратегии жизненного пути как способа самореализации и адаптации молодого человека в социальной системе. Все варианты стратегии могут способствовать или препятствовать адаптации личности в социуме, в зависимости от того, насколько оптимальным, то есть позволяющим молодому человеку максимально продуктивно и конструктивно реализовать свой личностный потенциал, является выбор. В этой связи особую актуальность приобретает проблема выделения личностных характеристик, определяющих содержание выбора. При этом некоторые личностные характеристики могут способствовать выбору как оптимальной, так и неоптимальной стратегии жизни. Под оптимальной стратегией жизни понимается способ самореализации в социальной системе, позволяющий максимально реализовать личностный потенциал и достичь личностно значимых целей.

В соответствии с поставленной целью и задачами данной работы на базе учреждения образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины» было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие 54 студента разных факультетов в возрасте от 19 до 22 лет.

Основным методом сбора информации выступило психологическое тестирование, осуществляемое с помощью опросников. Для выполнения поставленных задач были использованы следующие методики: тест «Индекс жизненной удовлетворенности» в адаптации Н. В. Паниной; методика «Оценивание насыщенности пятилетних интервалов» (Е.И. Головаха, А.А. Кроник), методика «Главные жизненные цели».

В результате анализа данных, полученных с помощью теста «Индекс жизненной удовлетворенности», можно констатировать, что у 42 % испытуемых был выявлен низкий индекс жизненной удовлетворённости, у 41 %

– средний индекс жизненной удовлетворённости и 17 % – индекс жизненной удовлетворённости выше среднего. В нашей выборке испытуемых с максимальным индексом жизненной удовлетворённости, выявлено не было.

Кроме того, по шкале «интерес к жизни», у большинства 65 % респондентов выявлена выраженная степень энтузиазма, увлечённого отношения к обычной повседневной жизни. По шкале «последовательность в достижении целей», которая отражает особенности отношения к жизни, у 69 % испытуемых диагностированы высокие показатели, то есть они решительны, стойки, направлены на достижение целей. А треть опрошенных (31 %) пассивно примиряются с жизненными неудачами, покорно принимают всё, что приносит им жизнь.

По результатам, полученным по шкале «согласованность между поставленными и достигнутыми целями», можно сказать, что более чем половина испытуемых (59 %) не убеждены в том, что они достигнут или способны достичь тех целей, которые считают для себя важными. Тем не менее, 57 % испытуемых имеют высокую самооценку, а 70 % испытуемых удовлетворены жизнью и оптимистично настроены. И только треть опрошенных (30 %) не удовлетворены существующим порядком вещей.

По методике «Оценивание насыщенности пятилетних интервалов» (Е.И. Головаха, А.А. Кроник), нами были получены результаты, свидетельствующие о том, что 15 % испытуемых оценивают свой психологический возраст ниже календарного, что является показателем чрезмерного оптимизма, уверенности человека в том, что все еще можно успеть, а планы и ожидания рассчитаны на больший период хронологического времени, чем тот, которым человек располагает в действительности. У трети опрошенных (31 %) психологический и календарный возрасты совпадают, что свидетельствует о зрелости личности, адекватности опыта человека и его жизненных планов. Практически у половины (54 %) психологический возраст выше календарного, что может говорить о неоправданном пессимизме и неумении ставить реалистичные цели, формировать планы на будущее.

Качественная обработка полученных ответов методики «Главные жизненные цели» показала, что на первое место испытуемые ставят учёбу – самосовершенствование (хотят окончить университет, получить диплом, владеть иностранным языком в совершенстве, получить права на вождение автомобиля, хотят проходить курсы, повышающие квалификацию и т.д.); на второе – работу (по специальности, свой бизнес, с хорошей должностью и т.д.); на третье – материальное благополучие (испытуемые хотят достойную зарплату, собственное жильё и авто, материальную возможность обеспечить себя и своих родных, иметь финансовую возможность ездить отдыхать за границу, как минимум 2 раза в год и т.д.); на четвертом месте – семья (замужество (или женитьба), свадьба, дети); на пятое место ставят отдых.

Жизненная стратегия – это постоянное приведение в соответствие своей личности характера и способа своей жизни, построение жизни, сначала исходя из своих индивидуальных возможностей и данных, а затем из тех, которые вырабатываются в жизни. Стратегия жизни состоит в способах изменения, преобразования условий, ситуаций жизни в соответствии с ценностями личности, в отстаивании главного ценой уступок в частном, преодолении своей боязни потерь и в нахождении самого себя. Формируя свою стратегию или стратегии жизненного пути, личность должна сохранить индивидуальность, свое Я, и одновременно не потерять связь с реальностью и адаптироваться к существующим условиям. Наличие стратегии жизни дает личности возможность гармоничного развития духовных, психических и физических сил в процессе самореализации личности.

Список используемой литературы

- 1.Скумин В. А. Культура здоровья: избранные лекции. [Текст] – Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2002. – 264 с.
2. Васильева О.С., Демченко Е.А. Изучение основных характеристик жизненных стратегий человека [Текст] // Вопросы психологии. – 2001.-№3.-385с.
- 3.Абульханова-Славская К.А. Стратегии жизни. [Текст] – М.:Мысль,2001. – 268 с.