

РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ ЧЕРЕЗ САМОРЕАЛИЗАЦИЮ ЖИЗНЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ

Аннотация. Внимание исследователей акцентировано на показателях развития личности молодых людей с позиций самореализации, поскольку это не только отражение психологического комфорта или не комфорта, но и готовности к деятельностному преобразению себя – самосовершенствованию, в том числе и в отношении развития, формирования и сохранения здоровья.

Ключевые слова: студенты, самореализация, психологическое здоровье.

Поскольку развитие можно рассматривать как смену состояний, каждое из которых характеризуется определенной устойчивостью и способностью к изменениям, в нашем исследовании мы акцентировали внимание на показателях развития личности молодых людей с позиций самореализации, поскольку это не только отражается на психологическом здоровье человека, но и свидетельствует о его готовности к деятельностному преобразению себя – самосовершенствованию, в том числе и в отношении развития, формирования и сохранения здоровья.

Ряд авторов, изучающих развитие человека считают его способность к активности – изменению действительности, людей и самого себя, важной способностью, обеспечивающей успешность развития [3]. Формами такой активности могут быть инициатива и ответственность – самореализация. Потребность самореализации (самоутверждения, самоактуализации в социальном пространстве), а она сильна в каждом человеке, опирается на те, или иные ценности, в том числе и духовные (служение людям, обществу, осознание своего предназначения, смысла жизни и т.д.). Также осознание себя субъектом жизни, способным самостоятельно проектировать, планировать, осуществлять свой жизненный путь, изменяя свою личность на его протяжении является решающим признаком личностной зрелости [2]. Психологический комфорт, который ощущает личность в данном обществе напрямую зависит от возможностей к самореализации и безусловно может влиять на физическое здоровье человека как непосредственно, так и опосредованно – че-

рез способность активно улучшать свое здоровье (здоровьесберегающая деятельность).

Взрослость – самый продолжительный и значимый период жизни, начало которого чаще всего относят к 18-20 годам [1]. Статус взрослого человека основан на обладании всеми правами и обязанностями, часть уже пройденного жизненного пути доступна для оценки другими людьми и собственной самооценке на основе «субъективной картины жизненного пути» с рефлексией на предмет соответствия достигнутого поставленным целям. На этапе юности в период получения образования, эта рефлексия как правило осуществляется под доминантой усвоенных социальных и культурных норм конкретного общества, однако могут появляться признаки личности, неудовлетворенной своей реализацией, которая находится в поиске новых путей самоактуализации. Очень важным в этот период представляется способность молодых людей к контакту и взаимодействию с внешним миром (близким окружением – друзьями и родственниками, к восприятию и активному участию в жизни общества, позитивной реакции на общественные явления и жизненные ситуации).

Исходя из этого нами было организовано исследование, к которому были привлечены студенты третьего курса Академии управления при Президенте Республики Беларусь в возрасте 19-21 года. Число респондентов составило 56 человек.

Целью исследования было определить жизненные ориентиры современной молодежи, характер психологических страхов, самооценку реализованности в учреждении образования, взаимодействие с друзьями и семьей, ожидания завтрашнего дня и отношение к культурным ценностям и ценностям здорового образа жизни.

Анализ ответов участников исследования показал следующее.

1) На вопрос «*Жизненные ориентиры*» – большинство ответили «материальный достаток, деньги» (83%), вторая позиция приоритетов – «семья, счастье и здоровье близких» (70%), на третьей позиции – «здоровье» (31%). «Самореализация», «удовлетворенность работой» – по 20,5%. Желание «быть в духовной гармонии с внешним миром» в качестве жизненного ориентира назвали 21%. «Хорошее положение в обществе = престиж» и «Полезность для общества и семьи = человек с большой буквы» упомянули в качестве жизненных целей практически одинаковое количество респондентов, соответственно 12% и 10,5%. «Возможность жить в соответствии с моральными ценностями» – 5% (и это очень хорошо, что молодежь понимает, что несоответствие структуры ценностей личности ценностям ориентирам общества однозначно приводит к нарушению психологического здоровья); «поддер-

жать родителей (в качестве жизненного ориентира глубокая любовь к семье)» (6%), «мама (глубокая любовь к матери) (5%), «получать наслаждение (я и только я)» (5%), «быть с друзьями (боязнь одиночества)» (5%), «любовь близких (боязнь разочаровать близких, боязнь одиночества)» (5%), «быть хорошей матерью, женой» (3%). Других вариантов ответов не отмечено.

При этом, 89% молодых людей готовы «драться за свои ценности», «рисковать», «преодолевать жизненные трудности и обстоятельства»; 10,5% – предпочитают «плыть по течению», «не выделяться».

2) На вопрос «*Что вас тревожит?*» или чего боится современная молодежь подавляющее большинство ответили – «одиночества» (84%). На втором месте страх «не реализоваться», «прожить пустую жизнь» и более конкретная формулировка перечисленных – «не найти понравившуюся работу» (53%). Тревогу за «собственное здоровье», «здоровье близких» высказали 47%. Опасаются «за социальную стабильность, не чувствуют уверенности в будущем» и «невозможность обеспечить семью, дать образование детям» – по 31%. По поводу «ранней смерти» тревожатся 10,5%. Далее следовали одиночные ответы: «быть плохим специалистом», «боязнь принять неверное решение, сделать неправильный выбор», «отступить от целей», «разочаровать близких» «собственная ничтожность», «встретить людей, которые тебя будут использовать» – по 5%.

Результаты свидетельствуют, что доминирующими остаются приоритеты ценностей личного развития, стремление к личному успеху, чувство самосохранения (своего физического и психологического благополучия) и глубокие семейные связи. Общественные цели, отношение окружающих не являются доминирующими.

3) На вопрос об ощущении «*Возможности реализовать себя*» мнения респондентов распределились практически поровну: считают, что могут «реализоваться в учреждении образования, могут проявить себя» – 52,3%, «не смогли влиться в образовательное пространство, не могут в нем найти себя и развиваться» – 47,7%

Следует также отметить, что восприятие образования у современной молодежи несколько иное, сегодня – это уже не цель сама по себе, а лишь средство для достижения поставленных целей. Из разряда ценностей само по себе, образование перешло в разряд инструментария по достижению ценностей. Около 6,7% считают, что образование следует продолжать и после окончания обучения по данной специальности, необходимо освоить еще и другие профессии.

4) При ответе об «*Ожиданиях завтрашнего дня*» выявлено, что 54,5% молодых людей с уверенностью и оптимизмом смотрят в завтрашний день;

36,3% – сомневаются, что их жизнь сложится удачно; 9% – со страхом и пессимизмом ждут завтрашний день.

5) Оценивая отношение к традиционным ценностям – *«Семья как базовая ценность»* следует отметить, что для молодежи семья остается базовой ценностью и ассоциируется как «любовь, поддержка» и «источник личного счастья» (18,9%). Свободное время с семьей проводят 47% молодых людей, 33% в случае неблагоприятных общественных потрясений обратятся за помощью к семье, 30% в случае чрезвычайных ситуаций будут действовать по алгоритму действий своих родителей. Доверие к семье самое сильное у 83%. Сверстникам доверяют 38,5%; «СМИ», «никому» и «только себе» – по 3% респондентов.

Вместе с тем, изменения современного мира актуализируют проявление собственной активности в поиске путей решения жизненных задач. Многие молодые люди готовы к этому, например, 24% ответили, что в случае возникновения проблем сами будут искать выход из сложных ситуаций, не прибегая к «возможно устаревшим» алгоритмам своих родителей.

6) На вопрос *«как я взаимодействую с друзьями в свободное время»* за небольшим перевесом респонденты ответили, что в живом общении (офлайн) (62,1%), виртуальное взаимодействие (онлайн) предпочитают – 37,9%.

7) В разделе анализа *«отношения к плохой компании»* респондентам были заданы вопросы: об алкоголе, курении, наркомании, нетерпимости к представителям других национальностей или рас, хамстве и грубости, жестоким отношении к животным.

Комментировать свое отношение к алкоголю отказались 31,5% респондентов, «сам не пью, но других не осуждаю» – 28%, «категорически против» – 19% и по 10,5% – «пробовал, пью по праздникам» и «выпиваю часто».

В отношении курения напротив доминирующим был ответ «категорически против» (37,5%), «сам не курю, но других не осуждаю» – 23%, «отвечать отказываюсь» – 17,8%, по 10,7% – «курю часто» и «курить пробовал».

Настораживающим является факт, что при 93% единодушном ответе «категорически против» на вопрос о наркотиках, 7% респондентов высказали толерантность к употребляющим наркотики – «сам не пробовал, но других не осуждаю».

«Хамство, грубость, нецензурная брань»: 29% – отказались отвечать, 27% – пробовали употреблять, 22% – «категорически против», 16% – спокойно относятся, когда при них хамят и выражаются, 5% – честно признались, что сами употребляют нецензурщину и грубость, сделав в ответах поправку – «в зависимости от обстоятельств».

В отношении представителей других национальностей или рас, большинство белорусских студентов традиционно проявили себя на сто процентов толерантными – 70,3%; готовы быть толерантными на пятьдесят процентов – 24%, на сто процентов нетолерантны – 1,8%, «если кто-то высказывает нетолерантность, то не осуждаю» – 1,8%, «отказываюсь отвечать» – 1,8%.

Категорически против жестокости к животным – 98%, отказались отвечать – 2%.

В ранжированном виде молодые люди категорически не приемлют: жестокое отношение к животным, наркотики, радикализм и шовинизм, курение, алкоголь, хамство и нецензурную брань.

Заключение. Приоритетными для современной молодежи являются ценности личностного развития. Важное место в жизненных ориентирах принадлежит материальным и финансовым средствам как инструменту и возможности по реализации своих жизненных планов. А также семье, как необходимому фактору социальной поддержки на жизненном пути. Причем семейные узы достаточно крепки, привязанность к семье выражена как на основе безграничной любви, так и на основе необходимой оценки себя извне – «боюсь не оправдать ожидания близких». При оценке степени доверия и влияния: семья на первом месте, сверстники, друзья – на втором, на третьем – средства массовой информации.

Вторым из доминирующих источников формирования ценностей и влияния на личность молодого человека является коллектив сверстников, друзей, коммуникации с которым осуществляются в равной степени как, реально, так и виртуально. Частота и качество реальных или виртуальных коммуникаций по мнению молодежи существенно не различаются.

Молодежь готова отстаивать свои жизненные интересы, активно участвовать в их продвижении. Анализ самореализации в образовательном пространстве по характеру распределения ответов респондентов указывает на несформировавшееся видение молодых людей в отношении ее: одни считают, что возможность реализоваться зависит от самого человека, его активности и желания; другие считают, что педагоги, администрация и работники учреждения образования предоставили недостаточно возможностей для их самореализации.

Большинство молодых людей поддерживают культурные ценности общества, отрицательное отношение к вредным привычкам, к жестокости; в незначительной степени выражены радикальные настроения, склонность к хамству и нецензурной брани, что свидетельствует о необходимости активизации мер по искоренению этих проявлений у молодежи на уровне ментальных установок.

В медицине и психологии достаточно подтверждений ведущей роли духовности в иерархии путей становления и развития здоровья. Такие свойства и качества личности как целеустремленность, ответственность, настойчивость, уверенность в действиях, устойчивость к внешним воздействиям, склонность к самосовершенствованию, обеспечению безопасности, наличие моральных принципов и идеалов, обеспечивают адекватную адаптацию и активное противодействие негативным влияниям извне, защиту от них, что уже в полной мере должно проявляться в начальный период взрослой жизни. Это особенно важно видеть в молодых людях, готовящихся к профессиональной деятельности в сфере управления, поскольку особенно в современных условиях последствий глобального кризиса и требований устойчивого развития психологическое здоровье руководителя, духовное богатство, гармония и эмоциональный комфорт имеют решающее значение для эффективности его профессиональной деятельности и самореализации как личности в целом.

Библиографический список

1. Акмеология: учебник / под общ ред. А.А. Деркача. – М.: РАГС, 2002. С. 52.
2. Рубинштейн, С.Л. Человек и мир / С.Л. Рубинштейн. – М.: Наука, 1997. 191 с.
3. Слободчиков, В.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – М.: Школьная пресса, 2000. С.143.

Колесникова И.С., Кетриш Е.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПОДРОСТКОВ С
ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ**

Аннотация. Предполагается, что разработка и реализация методика организации образовательного процесса по физической культуре подростков с девиантным поведением будет эффективной при соблюдении следующих условий: создание положительной психологической атмосферы и благоприятной материально-пространственной среды; использование ситуации успеха, положительно и позитивно влияющие на воспитание и перевоспитание