

выявлен высокий уровень субъективного переживания одиночества, статистически значимо выше, чем доля юношей и девушек с высоким уровнем жизнестойкости (при $p \leq 0,01$).

Список использованных источников

1 Ильина, В. А. Теоретические направления изучения одиночества в зарубежной психологии / В. А. Ильина // Вестник Университета Российской академии образования. – 2007. – № 3. – С. 67–69.

2 Слободчиков, И. М. Современные исследования переживания одиночества / И. М. Слободчиков // Психологическая наука и образование. – 2007. – № 3. – С. 27–35.

3 Богомаз, С. А. Жизнестойкость человека как личностный ресурс совладания со стрессами и достижения высокого уровня здоровья / С. А. Богомаз // Материалы научно-практических конгрессов IV Всероссийского форума «Здоровье нации – основа процветания России». – 2008. – Т. 2. – С. 24–27.

УДК 159.923.2-053.67

Е. А. Счастливая

Научный руководитель: О. В. Маркевич, старший преподаватель
УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»,
г. Гомель, Беларусь

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ САМООТНОШЕНИЯ ЛИЧНОСТИ И СКЛОННОСТИ К САМОРАЗРУШЕНИЮ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

В статье анализируются результаты эмпирического исследования психологических характеристик самоотношения личности и склонности к саморазрушению в юношеском возрасте, так как именно в этом возрасте осуществляется глубинное преобразование ранее сформировавшихся психологических структур, образование самоотношения на качественно новом уровне, связанное с изменением специфики отношения к себе.

Ключевые слова: самоотношение, самосознание, саморазрушение, юношеский возраст, самоуверенность, самообвинение.

В настоящее время к наиболее важным направлениям современных исследований в научном сообществе следует отнести изучение саморазрушающего поведения в юношеском возрасте. Саморазрушающее поведение несовершеннолетних на сегодняшний день рассматривается как одна из наиболее опасных, распространенных социальных проблем, угрожающих обществу.

Самоотношение как продукт самосознания и, одновременно, условие, способствующее приобретению внутренней согласованности личности, служит источником установок и ожиданий, определяет интерпретацию полученного опыта, а также контролирует поведение индивидуума.

В исследованиях самоотношения большой интерес представляет именно юношеский возраст, поскольку в этом периоде формируются нравственные и моральные принципы, формируется мировоззрение [1, с. 7].

В юношеском возрасте происходит ряд эмоционально-личностных изменений, которые способствуют актуализации темы опасности для юношей и девушек. В этом возрасте одной из значимых тем размышлений становится чувство необратимости времени, которое сосуществует с нежеланием замечать его течение, с ощущением остановки времени. Особо остро звучит тема смерти. Осознание собственной смертности провоцирует размышления о смысле жизни, ценности личных достижений [2, с. 102].

Низкий уровень самосознания, низкая самооценка, негативное самоотношение и негативное представление о собственном теле в юношеском возрасте ведут к повышению риска возникновения и использования неэффективных стратегий поведения, а также к закреплению модели саморазрушающего поведения.

В проведенном эмпирическом исследовании приняло участие 40 человек в возрасте от 16 до 18 лет: 16 девушек и 24 юноши, учащиеся выпускных классов школ г. Микашевичи. Были использованы методики: тест «Склонность к саморазрушению», методика исследования самоотношения С. Р. Пантелеева.

По результатам теста «Склонность к саморазрушению» подавляющее большинство респондентов (87,5 %) имеет низкий уровень склонности к саморазрушающему поведению, что говорит об отсутствии синдрома саморазрушения у девушек и юношей из данной выборки. Часть респондентов (12,5 %) имеет средний уровень склонности к саморазрушающему поведению. Данный уровень говорит о возникновении синдрома саморазрушения в редких случаях, например, в кризисных ситуациях. Высокий, а также очень высокий уровни выявлены не были.

Результаты исследования компонентов самоотношения говорят о следующем: большинство респондентов (72,5 %) имеют средний уровень по шкале «Закрытость», что соответствует избирательному отношению юношей и девушек к себе. Меньшее количество испытуемых (27,5 %) имеют высокие значения по данной шкале, что отражает у них выраженное защитное поведение.

По шкале «Самоуверенность» большинству респондентов (60 %) свойственно то, что в привычных для себя ситуациях они сохраняют работоспособность, уверенность в себе и ориентацию на успех начинаний. При неожиданном появлении трудностей нарастают тревога и беспокойство. Другая часть респондентов (40 %) имеет высокие значения, что говорит о выраженной самоуверенности, ощущении силы собственного «Я», высокой смелости в общении у данных юношей и девушек.

По шкале «Саморуководство» подавляющее большинство респондентов (60 %) раскрывают особенности отношения к своему «Я» в зависимости от степени адаптированности в ситуации. Высокие значения по шкале имеют 37,5 % респондентов, они основным источником развития своей личности, регулятором достижений и успехов считают себя.

Наименьшее количество респондентов (2,5 %) верят в подвластность своего «Я» внешним обстоятельствам и событиям.

По шкале «*Отраженное самоотношение*» преобладающее большинство (80 %) респондентов обладают избирательным восприятием отношения окружающих к ним. Часть респондентов имеет высокие значения (20 %), что указывает на восприятие этими юношами и девушками себя принятыми в окружающем мире.

Большинство респондентов (67,5 %) по шкале «*Самоценность*» имеют средние значения, что означает избирательное отношение юношей и девушек к себе. Высокие значения имеют 30 % респондентов, они высоко оценивают свой духовный потенциал, богатство своего внутреннего мира, склонны воспринимать себя как индивидуальность и высоко ценить собственную неповторимость. Наименьшее число респондентов (2,5 %) имеет низкие значения по данной шкале, что говорит о глубоких сомнениях этих юношей и девушек в уникальности своей личности, недооценке своего духовного «Я».

По шкале «*Самопринятие*» более половины респондентов (67,5 %) имеют средние значения, что отражает избирательность отношения этих девушек и юношей к себе, склонность принимать не все свои достоинства и критиковать не все свои недостатки. Часть респондентов (22,5 %) имеет низкие значения. Таких юношей и девушек характеризует негативный фон восприятия себя, склонность воспринимать себя излишне критично. Высокие значения имеет наименьшая часть респондентов (10 %) – это характеризует склонность данных юношей и девушек воспринимать все стороны своего «Я», принимать себя во всей полноте поведенческих проявлений.

По шкале «*Самопривязанность*» подавляющее большинство респондентов (87,5 %) имеет средние значения, что указывает на избирательность отношения к своим личностным свойствам, на стремление к изменению некоторых своих качеств при сохранении других. Высокие значения имеет 7,5 % респондентов, что отражает высокую ригидность «Я»-концепции у таких юношей и девушек, наличие стремления сохранить в неизменном виде свои качества, требования к себе, видение и оценку себя. Наименьшая часть респондентов (5 %) имеет низкие значения, что характеризует эту группу как готовых к изменению «Я»-концепции, открытых новому опыту познания себя, поиску соответствия реального и идеального «Я».

Наибольший процент респондентов (57,5 %) по шкале «*Внутренняя конфликтность*» имеет средние значения, что характерно для юношей и девушек, у которых отношение к себе, установка видеть себя зависит от степени адаптированности в ситуации. Другая часть респондентов (42,5 %) имеет низкие значения, что наиболее часто встречаются у тех, кто, в целом, положительно относится к себе, ощущает баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями, довольны сложившейся жизненной ситуацией и собой.

По шкале «*Самообвинение*» большинство респондентов (60 %) имеют низкие значения, что говорит о тенденции данных юношей и девушек к

отрицанию собственной вины в конфликтных ситуациях. Защита собственного «Я» осуществляется у них путем обвинения преимущественно других, перенесением ответственности на окружающих за устранение барьеров на пути к достижению цели. Средние значения имеют 32,5 % респондентов, что указывает на избирательное отношение юношей и девушек к себе. Обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих. Высокие значения можно наблюдать у 7,5 % респондентов. Это испытуемые, которые видят в себе прежде всего недостатки, готовы поставить себе в вину промахи и неудачи.

Таким образом, полученные результаты проведенного исследования говорят о том, что особенности некоторых компонентов самоотношения в юношеском возрасте взаимосвязаны со склонностью к саморазрушающему поведению. Респондентам юношеского возраста, которым свойственно повышенное самообвинение, враждебное отношение к собственному «Я», свойственна и склонность к саморазрушению. Учитывая выявленные закономерности, нами были разработаны практические рекомендации по снижению уровня склонности к саморазрушающему поведению для юношей и девушек и также их родителей.

Список использованных источников

- 1 Конюх-Синица, С. А. О ценностях и социальных ориентациях учащихся / С. А. Конюх-Синица // Сацыяльна-педагагічная работа. – 2000. – № 3. – С. 6–10.
- 2 Развивающаяся личность в зеркале угроз / Под ред. В. Г. Маралова. – Череповец: ФБГОУ ВПО ЧГУ, 2013. – 144 с.

УДК 159.923:613.9-053.67:316.62

Д. А. Чуянова

Научный руководитель: О. А. Короткевич, старший преподаватель
УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»,
г. Гомель, Беларусь

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ

В статье обоснована значимость популяризации здорового образа жизни среди молодёжи, охарактеризованы основные компоненты здорового образа жизни и отношения к здоровью, как социокультурного феномена. Автором описаны основные результаты эмпирического исследования психологических особенностей отношения к здоровью юношей и девушек с разным уровнем жизнестойкости.

Ключевые слова: здоровье, отношение к здоровью, здоровый образ жизни, жизнестойкость, вовлеченность, контроль, принятие риска, юношеский возраст.