

Поэтому мы можем сделать вывод, что использование защитного механизма может иметь конструктивный и разрушительный эффект. Конструктивные механизмы позволяют правильно переоценить ситуацию, найти альтернативную цель и идеальные средства для ее достижения в соответствии с пожеланиями и потребностями человека. Деструктивным эффектом является искажение и отрицание реальности, которое со временем может привести к патологическим изменениям личности человека. Актуальность проблемы связана с низкой осведомленностью современных людей о существовании защитных механизмов для каждой личности, которые, в свою очередь, помогают минимизировать негативные эмоции и чувства у людей, улучшают приспособляемость человека и играют важную роль в регулировании различных поведенческих факторов и поддержание нервно-психической стабильности.

Подводя итог, защитные механизмы – это метод, с помощью которого человек защищает себя от внутренней и внешней напряженности. Сначала они формируются в межличностных отношениях, после чего они становятся нашими внутренними чертами, то есть той или иной защитной формой поведения. Следует отметить, что человек обычно не использует защитную стратегию для разрешения конфликта или уменьшения беспокойства, а несколько. Но, несмотря на различия между некоторыми типами защиты, их функции схожи: они должны гарантировать стабильность и неизменность представлений личности о себе, мире вокруг него и явлениях, которые в нем происходят.

Литература

- 1 Будасси, С. А. Защитные механизмы личности. Программа спецкурса. Москва : Смысл, 1998. – 39 с.
- 2 Штроо, В. А. Защитные механизмы : от личности к группе // Вопросы психологии. – 1998. – № 4. – С. 54–58.

Е. В. Гутыро

Науч. рук. Н. Г. Новак,

канд. психол. наук, доцент

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, качество жизни – это восприятие индивидуумом своего положения в жизни, в контексте культуры и системы ценностей, в которой он живет, а также в связи с его целями и ожиданиями, стандартами и интересами [1, с. 3].

Качество жизни представляет собой многомерную структуру, включающую восприятие индивидуумом своего физического и психологического состояния, своего уровня независимости, своих взаимоотношений с другими людьми и личных убеждений, а также своего отношения к значимым характеристикам окружающей его среды. Это всегда субъективное понятие, поэтому для его измерения недостаточно одних статистических показателей, нужны субъективные представления индивидуума и его личная оценка своей жизни [2, с. 14]. На оценку качества жизни в разной степени оказывают влияние следующие характеристики: пол, возраст, социальный статус, экономическое положение, а также вовлеченность в трудовую деятельность и особенности культуры [1, с. 5].

Качество жизни студентов имеет свои особенности. Зачастую студенческая жизнь характеризуется не совсем здоровым образом жизни (неправильный режим труда и отдыха, нерегулярное питание, низкая физическая активность), а также высокими эмоционально-интеллектуальными нагрузками [3, с. 75].

Характер учебной деятельности, связанные с ней нагрузки, а также ее организация, наличие свободного времени – это все факторы, влияющие на качество жизни студентов. Важную роль играет благоприятная психологическая атмосфера и чувство психологической безопасности. Когда личность чувствует себя комфортно, она стремится к самореализации и

меньше подвержена стрессам [4, с. 64]. Также на качество жизни студентов влияют условия проживания (в общежитии или с родителями), уровень и источник доходов, занятость в свободное время, наличие социальной поддержки, забота о своем здоровье и др.

Высокое качество организации условий образования с учетом работоспособности студентов способствует высокому качеству жизни, и наоборот, нарушение режима дня, пониженная работоспособность влияют на эффективность обучения, а также способствуют повышенной заболеваемости, что в итоге сказывается на качестве жизни.

Литература

1 Агаджанян, Н. А. Качество и образ жизни студенческой молодежи / Н. А. Агаджанян, И. В. Радыш // Экология человека. – 2009. – №5. – С. 3–7.

2 Кутко, И. П. Качество образования – качество жизни / И. П. Кутко // Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2012. – № 17. – С. 11–16.

3 Макларен, Н. Б. Качество жизни и качество образования: проблема соотношения / Н. Б. Макларен, М. А. Шорохова, И. Л. Сироткина // Интеграция образования. – 2015. – № 4. – С. 72–77.

4 Канаев, Ю. С. Проблемы повышения качества жизни студентов / Ю. С. Канаев // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2012. – № 4. – С. 63–66.

Е. В. Дмитрикова

Науч. рук. С. А. Вальченко,

ст. преподаватель

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ КАК СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КАТЕГОРИЯ

Основу для понимания научной сущности категории «взаимодействие» дает общая педагогика. С педагогической точки зрения взаимодействие рассматривается как «прямое или косвенное воздействие субъектов этого процесса друг на друга, порождающее их взаимную связь» [1, с. 65].

Данное воздействие может быть как личностно-развивающим, так и личностно-тормозящим. Для личностно-развивающего педагогического взаимодействия присущи особые формы общения, основанные на понимании, признании и принятии ребенка как личности, умении встать на его позицию, опираясь на эмоциональное состояние и самочувствие, его интересы и потребности. Поэтому основой общения является сотрудничество и партнерство, что позволяет учащемуся проявлять активность, изобретательность, самостоятельность.

В социальной педагогике, как и в любой человековедческой науке, взаимодействие также глубоко исследуется. А. В. Мудрик в своем пособии «Введение в социальную педагогику» посвятил взаимодействию отдельную главу. По его мнению, «взаимодействие можно рассматривать как организацию совместных действий индивидов, групп, организаций, позволяющую им реализовать какую-либо общую для них работу» [2, с. 63]. Основу взаимодействия в социальной педагогике составляет личностный подход, определяющий характер взаимодействия с личностью и коллективом на основе субъект-субъектных отношений в целостном воспитательном процессе.

Социально-педагогическое взаимодействие как научная категория имеет сложную структуру и охватывает широкий диапазон функций. Результат взаимодействия объективно направлен на установление благоприятных взаимоотношений ученика с педагогами, родителями и ровесниками. С другой стороны, посредством взаимодействия социальный педагог оказывает влияние на сознание, волю и поведение воспитанников, что способствует их значительному личностному самоизменению, формированию должных норм и привычек поведения.