

2. Губина, О. Н. Оценка и анализ качества жизни и профессиональной адаптации студентов медицинского вуза: дис. ... канд. тех. наук: 05.13.01 / О. Н. Губина; Воронеж. гос. мед. акад. им. Н.Н. Бурденко. – Воронеж, 2007. – 129 л.

3. Журавлева, А. Е. Жизненные ценности и качество жизни белорусских старшеклассников и студентов / А. Е. Журавлева, Н. Г. Новак // Педагогика современности. Науч. альманах. – 2014. – 3–4 (4). – С. 68 – 71.

4. Использование опросника качества жизни (версия ВОЗ) в психиатрической практике: пособие для врачей и психологов / авторы-сост.: Г. В. Бурковский [и др.]; под ред. М. М. Кабанова. – СПб., 1998. – 55 с.

5. Масловский, С. Ю. Субъективные показатели качества жизни больных шизофренией при проведении поддерживающей психофармакотерапии / Масловский С. Ю. // Обозр. психиатрии и мед. психол. им. В. М. Бехтерева. – 2004. – № 3. – С. 14–16.

6. Новик, А. А. Руководство по исследованию качества жизни в медицине / А. А. Новик, Т. И. Ионова; под ред. акад. РАМН Ю. Л. Шевченко. – 2-е изд. – М., 2007. – 320 с.

7. Тищенко, Е. М. Оценка качества жизни студентов медицинского университета, проживающих в общежитии / Е. М. Тищенко [и др.] // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. – 2011. – № 1. – С. 68–70.

8. Рычкова, С. В. Качество жизни детей школьного возраста и влияние на него хронической гастродуоденальной патологии: автореф. дисс. ... док. мед. наук: 14.00.09 / С. В. Рычкова; С.-Петерб. гос. мед. акад. последиплом. образования. – СПб., 2007. – 43 с.

9. Ткаченко, Г. А. Влияние реконструктивно-пластических операций на качество жизни больных раком молочной железы в отдаленном периоде / Г. А. Ткаченко [и др.] // Вопросы онкологии. – 2008. – № 6. – С. 724–728.

SUBJECT OF EDUCATIONAL PROCESS'S QUALITY OF LIFE STUDIES

Novak Natalya – PhD, associate professor of the department of psychology, educational establishment «Francisk Skorina Gomel State University», Gomel, Republic of Belarus, natalya_novak_80@mail.ru

Zhuravleva Alina – senior teacher of the department of psychology, educational establishment «Francisk Skorina Gomel State University», Gomel, Republic of Belarus, alina_sweetsmile@mail.ru.

Keywords: quality of life, senior pupils, students, satisfaction with the conditions of life, mental and psychological health, psychological and physical condition, physical health, and relationships with others.

The article deals with the problem of life quality as a subjective criterion for the level of development and degree of satisfaction by the human of needs and interests which suit the life values. The results of the study and a meaningful characteristic of the five-factor structure of the quality of life of modern senior pupils and students, a psychological interpretation of selected structural components are given.

УДК 159.923.2-053.67:316.36-056.83

О. А. Короткевич,

старший преподаватель кафедры социальной и педагогической психологии, учреждение образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины», Гомель, Республика Беларусь, olankor@yandex.ru.

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК ИЗ АЛКОГОЛЬНЫХ СЕМЕЙ

Ключевые слова: самореализация, юношеский возраст, алкогольная семья, созависимость, синдром взрослого ребенка алкоголика.

Проблема самореализации имеет междисциплинарный характер. Согласно мнению А. Маслоу, самоактуализация – это постоянный, непрерывный, не имеющий конца, процесс развития своих потенциальностей, динамичный и непрекращающийся процесс развития личности. В юности становятся ведущими вопросы самоопределения, поиска своего пути, жизненных ориентиров и направленности личности. Проживание в алкогольной семье приводит к формированию у детей и юношей синдрома взрослого ребенка алкоголика (ВРА), который определяется как комплекс личностно закреплённых схем социально-психологического функционирования, значительно затрудняющих социальную адаптацию. Анализ данных по критерию общей самоактуализации личности в группе испытуемых из алкогольных и неалкогольных семей позволили сделать вывод о том, что 70 % юношей и девушек из алкогольных семей находятся на низком уровне самоактуализации личности. Результаты исследования могут применяться в практике психологического консультирования взрослых

детей алкоголиков и психопрофилактике нарушений, вызванных взрослением в алкогольной семье.

Актуальность исследования продиктована стремительно изменившимися условиями развития современного общества. Вступление Беларуси в мировое сообщество, процессы демократизации, интеграции и глобализации выдвигают качественно новые требования к подготовке специалистов. Современная социально-экономическая среда испытывает потребность в креативных, пассионарных личностях, способных оперативно и адекватно разрешать сложные проблемы, стремящихся к интенсивному саморазвитию и полноценной самореализации в обществе.

Проблема самореализации личности стала предметом психологических и педагогических исследований относительно недавно: в начале 70-х гг. XX века она рассматривалась в рамках гуманистической психологии, в работах А. Маслоу, К. Роджерса, Э. Фромма и др. Работы представителей системного исследования самореализации личности посвящены следующим проблемам: самореализации в основных сферах жизнедеятельности (Л.А. Коростылева, Л. И. Ожигова, Л.В. Попова); специфике профессиональной самореализации (С.А. Воломеев, Р.Г. Гаджиева, О.И. Пустовит); личностным детерминантам самореализации (И.В. Костакова, З.Ш. Мухтарова); гендерным стереотипам и самореализации (Е.А. Денисова, Чжан Тэн); взаимосвязи самореализации и социально-психологической адаптации (И.В. Кулагина).

А. Маслоу и К. Роджерс определяли самореализацию (самоактуализацию) личности как базовую потребность, как «полное использование талантов, способностей, возможностей и т.п.». Процесс самоактуализации, по А. Маслоу, – это постоянный, непрерывный, не имеющий конца, процесс развития своих потенциальностей, то есть динамичный и непрекращающийся процесс развития личности [1].

П.М. Якобсон, затрагивая проблему самореализации, исходит из понятия зрелой личности и выделяет следующие критерии ее становления: социальную зрелость, которая выражается в том, насколько адекватно понимает человек свое место в обществе. Причем социальная зрелость обуславливает и предполагает наличие психологической зрелости (не только многообразные и глубокие знания о различных аспектах социальной и природной действительности, но и внутреннюю затронутость личности этими фактами, «живой отклик на важные явления социальной жизни, понимание отношений людей, их внутренней жизни») [2, с. 189].

М.Р. Гинзбург вводит термин «жизненное поле личности», которое рассматривает как совокупность индивидуальных ценностей и смыслов и пространства реального действия – актуального и потенциального, охватывающего прошлое, настоящее и будущее. С психологической стороны прошлое существует как опыт, будущее – как проект, а настоящее – как действительность. Данные характеристики находятся между собой в сложном взаимодействии, и, собственно, они, по словам М.Р.

Гинзбург, конституируют жизненное поле личности. Функции этих компонентов исследователь определяет следующим образом: психологическое прошлое – воплощение прошлого опыта; психологическое настоящее – саморазвитие (самопознание и самореализация); психологическое будущее – обеспечение смысловой и временной перспективы. При этом психологическое прошлое по отношению к психологическому настоящему задает границы и характер саморазвития, обуславливает его успешность или неуспешность, вследствие чего по отношению к психологическому будущему либо обеспечивает и придает уверенность человеку, либо подрывает и делает его действия сомнительными. Это означает, что на основе прошлого опыта, успеха или неудачи в реализации тех или иных задач у человека формируются ожидания своего будущего, в котором также прогнозируется успех или неудача [3].

Специфика самореализации личности в юности обусловлена тем, что на данном возрастном этапе становятся ведущими вопросы самоопределения, поиска своего пути, жизненных ориентиров и направленности личности, активизируются такие важные процессы, как развитие мировоззрения, становление целостного представления о себе, формирование чувства индивидуальной самоидентичности, преемственности и единства.

Одной из причин обострения демографических и социальных проблем в Беларуси и России является злоупотребление алкоголем, которое приводит к глубокому кризису института семьи: неудовлетворенности в интимных отношениях, конфликтным ситуациям (в связи с растущими финансовыми затруднениями, безответственным отношением к детям, неверностью супруга(-и) или другими стресс-факторами в семье), что повышает риск насилия между партнерами.

По данным Всемирной организации здравоохранения Беларусь занимает 11-е место по потреблению чистого этилового спирта на человека с показателем 11,2 литров чистого этанола на душу населения старше 15 лет. По данным американского агентства Bloomberg, Беларусь – мировой лидер по потреблению алкоголя. По информации агентства среднестатистический белорус выпивает в год 18,9 литров спиртного [4].

Все семьи с проблемой алкогольной зависимости характеризуются *дисфункциональностью*, основными признаками которой являются недостаток внимания членов семьи друг к другу, в особенности родителей к детям; непостоянство и непредсказуемость жизни семьи; отрицание реальности членами семьи (наличие семейных секретов); запреты на свободное выражение своих потребностей и чувств, эмоциональные репрессии; ригидность, деспотичность взаимоотношений и др. [5, с. 66].

Тяжесть последствий взросления в семье алкоголика зависит от степени заболевания, типа родителей-алкоголиков и индивидуальной

восприимчивости ребёнка. И все же большинство детей, выросших в алкогольных семьях, усваивают вполне предсказуемые модели и, при отсутствии определённого лечения, передадут эти модели уже своим детям в процессе воспитания. У. Смит очертила круг главных проблем, которые получают «в наследство» внуки алкоголиков: трудности во взаимоотношениях, незнание языка чувств, низкая самооценка, повышенная раздражительность [6].

Как следствие реагирования детей на стрессовые ситуации сосуществования с алкоголиком становится формирование у них синдрома взрослого ребенка алкоголика (ВРА), который определяется как комплекс личностно закреплённых схем социально-психологического функционирования, сформированных в ситуации проживания в алкогольной семье. Им присущи такие общие черты как: низкая самооценка; неверие в собственные силы; неумение дифференцировать и понимать свои чувства; недоверие к себе и к миру; неумение строить отношения с другими; склонность к переживанию одиночества и депрессии, что значительно затрудняет социальную адаптацию [7, с. 12-13].

Проявления синдрома ВРА многогранны, так как находят выражение в трансформации всех сфер жизни молодого человека. Прежде всего, это сложности в отношениях с людьми, неумение справляться с жизненными трудностями, а также проблемы определения собственных потребностей и переживаний, личностные нарушения (низкая самооценка, склонность к суициду и др.), негативные изменения эмоциональной сферы (депрессивность, раздражительность, личностная тревожность и др.), склонность к алкоголизации и другим формам зависимого поведения [7, с. 12-13].

В исследовании принимали участие 360 человека (198 девушки и 162 юноши), в возрасте 17-21 года, из них 90 респондентов из алкогольных семей и 270 респондентов из неалкогольных семей.

В качестве основного психодиагностического инструментария ими использовался самоактуализационный тест (САТ), представляющий собой созданную на кафедре социальной психологии МГУ группой психологов (Л.Я. Гозманом, Ю.Е. Алешинной, М.В. Загикой, М.В. Крозом) русскоязычную адаптацию опросника РОІ (Опросник личностных ориентаций) Эверетта Шострома, ученика А. Маслоу.

С помощью «Анкеты социологического исследования» нами были сформированы две группы испытуемых по критерию наличия опыта взросления в алкогольной семье. Нами были получены следующие результаты: 25 % ответили, что в их семье один или оба родителя злоупотребляют алкоголем. Среди группы юношей и девушек из алкогольных семей 6 % ответили, что алкоголем злоупотребляет мать, а 92,5 % указали на то, что алкоголем злоупотребляет отец или отчим, 1,5 % отметили алкогольную зависимость обоих родителей. Длительность злоупотребления алкоголем родителем варьирует от 6-7 лет до

длительного, то есть, как отмечали респонденты, «всегда», «всю жизнь», «сколько помню».

Кроме того, 76 % опрошенных отметили, что злоупотребление алкоголем имело негативные последствия для здоровья злоупотребляющего, такие как травмы, отравление алкоголем, инфаркт, инсульт и так далее. 81 % респондентов указали, что злоупотребление алкоголем сопровождалось проявлением психологического насилия (унижение, оскорбления, угрозы, издевательства и другое). Более половины юношей и девушек (66 %) указали на то, что злоупотребление алкоголем сопровождалось проявлением физического насилия злоупотребляющего по отношению к членам семьи или к нему лично.

Подавляющее большинство юношей и девушек из алкогольных семей (86 %) отметили, что злоупотребление алкоголем родителя воздействовало на такие аспекты их жизни как: отношения с окружающими (9 %); отношения с родителями (или другими близкими родственниками) (85 %); уверенность в собственных силах (3 %); умение справляться с жизненными трудностями (3 %).

Далее перейдем к обработке и анализу данных, полученных с помощью самоактуализационного теста (САТ). Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты самоактуализационного теста в группе испытуемых из алкогольных и неалкогольных семей

Название шкалы	1 группа (юноши и девушки из алкогольных семей), n=90		2 группа (юноши и девушки из неалкогольных семей), n=270	
	Высокий уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Низкий уровень
«Ориентация во времени»	27 %	73 %	56 %	44 %
«Поддержка»	23 %	77 %	68 %	32 %
«Ценностные ориентации»	25 %	75 %	56 %	44 %
«Гибкость поведения»	24 %	76 %	66 %	34 %
«Сензитивность»	37 %	63 %	48 %	52 %
«Спонтанность»	28 %	72 %	56 %	44 %
«Самоуважение»	28 %	72 %	78 %	22 %
«Самопринятие»	34 %	66 %	63 %	37 %
«Взгляд на природу человека»	47 %	53 %	54 %	46 %
«Синергичность»	49 %	51 %	48 %	52 %
«Принятие агрессии»	78 %	22 %	68 %	32 %
«Контактность»	26 %	74 %	73 %	27 %
«Познавательные потребности»	24 %	76 %	49 %	51 %
«Креативность»	18 %	82 %	47 %	53 %

По основным параметрам самоактуализационного теста можно сделать вывод, что юноши и девушки из алкогольных семей испытывают сложности в ориентации во времени: либо живут прошлым (их мучает раскаяние за совершенные поступки, беспокоят воспоминания о нанесенных им обидах, они испытывают постоянные угрызения совести), либо живут будущим (строят неосуществимые планы, надеются на невозможное, ставят перед собой нереальные цели). Юноши и девушки из алкогольных семей пользуются преимущественно внешней поддержкой. Только треть (37 %) опрошенных из алкогольных семей способны глубоко и тонко ощущать себя, свои собственные переживания и потребности, а также способны спонтанно выражать свои чувства, быть самим собой. Большинство из них (72 %) недостаточно уважают себя, а более половины (53 %) считают, что зло – это характерное свойство природы человека. Среди 78 % респондентов из алкогольных семей распространено мнение, что агрессивность и гнев присущи природе человека и могут проявляться в межличностных контактах. Большинство опрошенных из данной группы (68 %) испытывают определенные трудности в общении.

Анализ результатов САТ по критерию общей самоактуализации личности в группе испытуемых из алкогольных и неалкогольных семей позволили сделать вывод о том, что 70 % юношей и девушек из алкогольных семей находятся на низком уровне самоактуализации личности, в то время как, только для 25 % юношей и девушек из неалкогольных семей характерны такие показатели.

Таким образом, опираясь на полученные результаты, можно сказать, что уровень самоактуализации выше среди респондентов из неалкогольных семей. Результаты исследования могут применяться в практике психологического консультирования взрослых детей алкоголиков и психопрофилактике нарушений, вызванных взрослением в алкогольной семье.

Список цитированных источников

1. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
2. Куликов, Л.В. Психология личности в трудах отечественных психологов / Л.В. Куликов. – СПб.: Питер, 2000. – 480 с.
3. Гинзбург, М.Р. Психологическое содержание личностного самоопределения / М.Р. Гинзбург // Вопросы психологии. – 1994. – № 3. – С. 43-52.
4. Беларусь – на первом месте в мире по потреблению алкоголя? // Бесплатное лечение алкоголизма как альтернатива кодированию