

мы педагогической по форме и психопрофилактической по содержанию работы со студентами, базирующейся на данных системного мониторинга психологического статуса студентов. Основываясь на критерии адаптированности личности как объективном показателе уровня ее психологического благополучия, такой мониторинг должен включать также оценку выраженности психологических ресурсов адаптации личности, прежде всего, осмысленности жизни, а также информацию о предшествующей подверженности психологической травматизации. На основе данных такого мониторинга появится возможность оценить реальную потребность в психопрофилактике и адресной психологической поддержке студентов, а также разработать методы неспецифической психолого-педагогической психопрофилактики, включенной в образовательный процесс, опирающейся на его организационные формы, использующей его содержание, а также методы оценки эффективности этой работы.

Литература

1. Александрова, Л. А. Психологические ресурсы адаптации личности к условиям повышенного риска природных катастроф: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2004 – 24 с.
2. Анцыферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анцыферова // Психол. журнал. – 1994. – Т. 15, № 1. – С. 3–18.
3. Березин, Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф. Б. Березин. – Л.: Наука, 1989. – 270 с.
4. Гумилев, Л. Н. Этногенез и биосфера Земли / Л. Н. Гумилев. – Л.: Гидрометеоздат, 1990. – 528 с.
5. Котенева, А. В. Психическое состояние и эффективность деятельности. Психическая травматизация у студентов / А. В. Котенева // Мир психологии. – 1998. – № 2. – С. 50–57.
6. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс. – Л., 1970. – С. 178–208.
7. Леонтьев, Д. А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Д. А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова / под ред. Б. С. Братуся, Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – Вып. 1. – С. 56–65.
8. Маклаков, А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А. Г. Маклаков // Психол. журнал. – 2001. – Т. 22, № 1. – С. 16–24.
9. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990.
10. Maddi, Salvatore R., Khoshaba, Deborah M. Hardiness and Mental Health // Journal of Personality Assessment, 1994 Oct. – Vol. 63 (n2). – P. 265–274.

УДК 159.922.8

З. М. Ахметгалеева

РАЗВИТИЕ ВНУТРЕННЕГО МИРА ЧЕЛОВЕКА В ЮНОСТИ

По определению, данному М. Кле, юность – период жизни, лежащий между детством и взрослостью [2]. Юность – это «третий мир», период перехода от детства к взрослости, а не календарный возраст, который «сам по себе не может быть основой содержательной возрастной периодизации, так как он смазывает индивидуальные различия и социальные условия воспитания» [3, с. 34]. В это время юноши и девушки находятся в двойственном положении: наряду с недавно приобретенными элементами взрослого статуса сохраняются черты зависимости, сближающие их с положением ребенка.

В. И. Слободчиков и Е. И. Исаев характеризуют юность как завершающий этап первичной социализации, период самоопределения, характерными приобретениями юности являются формирование жизненных планов и открытие своего внутреннего мира в его индивидуальной целостности и уникальности [6]. Юность заканчивается с вхождением человека в мир взрослых, однако, по крайней мере, в нашем обществе достижение взрослого статуса не имеет точных, общепринятых критериев. Тем не менее с юностью связано продолжение обучения после

школы или освоение профессии. Переход к взрослой жизни можно выделить определенным числом событий: окончанием учебы, включением в рынок труда, уходом из родительского дома, нахождением партнера и создание собственной семьи. Однако порядок этих событий и время их протекания меняются в ходе истории.

В учебной деятельности, ставшей ведущей еще в младшем школьном возрасте, и главное в процессе усвоения знаний, предъявляющем новые требования к мышлению учащегося, к юношескому возрасту формируется основное психологическое новообразование – теоретические формы мышления. Жан Пиаже исходил из того, что возрастное развитие человека определяется качественным развитием его мышления, созреванием умственных операций. При этом главную роль играет развитие мышления, происходящее в ходе усвоения научных знаний. Возникающие здесь новообразования являются существенными для понимания тех изменений, которые происходят в сознании и личности юношей и девушек.

Согласно мысли Л. С. Выготского, учебная деятельность выдвигает мышление в центр сознательной деятельности молодого человека. А это означает закономерную перестройку и самого сознания. Становясь доминирующей функцией, мышление начинает определять работу и всех других функций сознания, интегрируя их для решения стоящих перед субъектом задач. В результате «обслуживающие мышление» функции интеллектуализируются, осознаются и становятся произвольными. Усваивая знания, молодой человек учится процессу образования понятий, т. е. овладевает умением строить обобщения не по внешне сходным признакам (какой бы мерой общности они ни обладали), а на основе выделения существенных связей и отношений, т. е. рассуждать в собственно теоретическом плане.

Возникновение и развитие теоретического мышления, опирающегося на научное понятие (функционально новое образование, осознанное и выражаемое в речи), служит источником для многих изменений в психике: способность к теоретическому мышлению порождает более широкий взгляд на мир и – что, может быть, самое главное для понимания изменений в личности молодого человека – приводит к возникновению рефлексии – умению «направить мысль на мысль», а также на познание своих собственных психических процессов и всех особенностей своей личности. Это и определяет формирование у него нового уровня самосознания. Юношеские самоописания становятся лучше организованы и структурированы, они группируются вокруг нескольких центральных качеств.

В восприятии другого человека резко увеличивается психологизация описания. По сравнению с ребенком юноша уже способен более объективно оценивать свой опыт и рассматривать открывающиеся перед ним возможности. Он постепенно осознает точки зрения других людей и начинает более реалистично судить о мотивах их действий. Все это освобождает его от пут эгоцентрического мировосприятия. Смысл поведения взрослых, который до этого был от него скрыт, постепенно становится для него доступным. Он уже может оценивать это поведение, рассматривая его в системе различных человеческих проявлений.

Одним из основных механизмов самопознания подростком или юношей самого себя, своего внутреннего мира является личностная рефлексия, которая, в отличие от логической рефлексии, направленной на решение задач, понимается как деятельность личного самопознания как особый исследовательский акт, при котором человек не просто исследует свой внутренний мир, но при этом еще исследует и себя как исследователя. И. С. Кон [3, с. 84] отмечает, что открытие своего внутреннего мира является главным психологическим приобретением ранней юности.

Благодаря развивающейся рефлексии закрепляются и совершенствуются осознаваемые установки личности, обретающие мотивирующую силу в организации и самоорганизации поведения юноши. Юношеская рефлексия есть, с одной стороны, осоз-

нание собственного «я» («Кто я?», «Какой я?», «Каковы мои способности?», «За что я могу себя уважать?»), а с другой – осознание своего положения в мире («Каков мой жизненный идеал?», «Кто мои друзья и враги?», «Кем я хочу стать?», «Что я должен сделать, чтобы и я сам, и окружающий мир стали лучше?»).

И. С. Кон приводит такой пример: «Психологи неоднократно, в разных странах и в разной социальной среде, предлагали детям разных возрастов дописать по своему разумению неоконченный рассказ или сочинить рассказ по картинке. Результат более или менее одинаков: дети и младшие подростки, как правило, описывают действия, поступки, события, старшие подростки и юноши – преимущественно мысли и чувства действующих лиц. Психологическое содержание рассказа волнует их больше, чем его внешний, «событийный» контекст» [3, с. 85].

Постепенно на первый план выступают такие свойства «я», как умственные способности, волевые и моральные качества, от которых зависит успешность деятельности и отношения с окружающими. С изменением содержания образа «Я» существенно меняется степень значимости отдельных его компонентов, на которых личность сосредоточивает внимание. В ранней юности масштаб самооценок заметно укрупняется: «внутренние» качества осознаются позже «внешних», зато старшие придают им большее значение.

Открытие себя как неповторимо уникальной личности неразрывно связано с открытием социального мира, в котором этой личности предстоит жить. По мере все большей представленности установок личности и исповедуемых ею ценностей в рефлексивном опыте растет значение влияния собственно личностных сил развития, таких как самоощущение, самопрятие, принятие других, социальная направленность личности, стремление к доминированию, выраженность интернальности в решениях и действиях и др. Феноменом личностной рефлексии являются рефлексивные ожидания, которые понимаются как представления человека о том, что о нем думают люди, составляющие круг общения.

По словам В. И. Слободчикова и Е. И. Исаева, в отрочестве и юности осуществляется наиболее интенсивное развитие самосознания. Авторы определяют новый уровень развития самосознания как одно из достижений ступени [6, с. 313].

Становление нового уровня самосознания в ранней юности идет по направлениям, выделенным еще Л. С. Выготским, – интегрированию образа самого себя, «перемещению» его «извне вовнутрь». Развитие самосознания и его важнейшей стороны – самооценки – это сложный и длительный процесс. В период перехода от подросткового к раннему юношескому возрасту в рамках становления нового уровня самосознания идет и развитие нового уровня отношения к себе. Одним из центральных моментов здесь является смена оснований для критериев оценки самого себя, своего «я» – они

сменяются «извне вовнутрь», приобретая качественно иные формы, сравнительно с критериями оценки человеком других людей. На основе выработки собственной системы ценностей формируется эмоционально-ценностное отношение к себе, т. е. «оперативная самооценка» начинает основываться на соответствии поведения, собственных взглядов и убеждений, результатов деятельности. Важно отметить, что оценка отдельных качеств, сторон личности играет в таком собственном отношении к себе подчиненную роль, а ведущим оказывается некоторое общее, целостное «принятие себя», «самоуважение».

Исследования содержания образа «Я», проведенные под руководством И. В. Дубровиной [7], показали, что в этот период в развитии когнитивного компонента Я-концепции происходят существенные изменения, характеризующие переход самосознания на новый более высокий уровень. Эти изменения включают увеличение количества используемых описательных категорий, рост гибкости и определенности в их использовании; повышение уровня избирательности, последовательности, сложности и системности этой информации; использование более тонких оценок и связей; рост способности анализировать и объяснять поведение человека; появляется забота о точном изложении материала, желание сделать его убедительным. Аналогичные тенденции наблюдаются и в развитии самохарактеристик, которые становятся более обобщенными, дифференцированными и соотносятся с большим числом «значимых лиц». Самоописания в юношеском возрасте имеют гораздо более личностный и психологический характер, чем подростковым, и одновременно сильнее подчеркивают отличия от остальных людей. Появление самосознания как некой новой возможности понимания себя связано с открытием мира собственных переживаний, их познанием, систематизацией и упорядочением, что становится возможным только с появлением мышления в понятиях (Л. С. Выготский, Э. Эриксон, М. Кле и др.).

Личностное самоопределение (Л. И. Божович, И. В. Слободчиков, И. Ю. Кулагина) либо психологическая готовность к нему (И. В. Дубровина) стало практически общепринятым рассматривать как основное психологическое новообразование раннего юношеского возраста, поскольку именно в самоопределении заключается то самое существенное, что появляется в обстоятельствах жизни молодых людей, в требованиях к каждому из них. Результат самоопределения – новая внутренняя позиция, включающая осознание себя как члена общества, принятие своего места в нем [4]. М. В. Ермолаева рассматривает профессиональное самоопределение как ведущую деятельность юношеского возраста. Она пишет, что жизненный путь личности в дальнейшем во многом зависит от степени осознанности профессионального самоопределения [1, с. 257].

В качестве главного результата самоопределения В. И. Слободчиков и Е. И. Исаев выделяют

потребность юноши определить себя в мире, т. е. понять себя и свои возможности наряду с пониманием своего места и назначения в жизни, осознать себя в качестве члена общества, занять внутреннюю позицию взрослого.

Далее авторы связывают социальное самоопределение и поиск себя с формированием мировоззрения: «в этот период жизни у человека появляется потребность свести все многообразие фактов к немногим принципам, построить стройную систему взглядов на мир, определить свое место в этом мире» [6, с. 311]. Что в терминологии Дж. Келли можно было бы назвать активным построением системы личностных конструктов. И далее: «юноша ищет формулу, которая осветила бы ему смысл собственного бытия», – поиск смысла жизни как интегральной характеристики личности (В. Франкл, Феникс, Бьюдженталь и др.).

По мнению В. Франкла (1990), вопросы о смысле жизни наиболее часто и остро задаются в юности, но это никак не является болезненным симптомом. Умение определить свои цели, найти свое место в жизни – важный показатель личностной зрелости в юношеском возрасте. А. В. Серый утверждает, что юношеский возраст является решающим для формирования системы личностных смыслов. «В данный период личностного развития смыслы формируются в определенную систему, характеризующуюся динамичностью, иерархичностью, устойчивостью. Данная система опосредует дальнейшее развитие ценностных ориентаций, мировоззрения, идентичности. Иными словами, сформированная система личностных смыслов приобретает автономный характер и становится одним из центральных звеньев, регулирующих поведение и жизнедеятельность» [5, с. 142–143].

Следует отметить, что система личностных смыслов продолжает свое развитие и после юношеского возраста. Социально-исторические условия, на фоне которых происходит функционирование и развитие личности, социально-экономические, политические, идеологические изменения в обществе, являются мощными факторами, изменяющими систему личностных смыслов как отдельных людей, так и целых социальных групп на протяжении всей человеческой жизни.

Итак, по словам Д. И. Фельдштейна (цит. по: [1]) юность – период становления самостоятельной личности, приобретения психической, идейной и гражданской зрелости. Это время, когда формируется умение сопоставлять собственные жизненные планы, находить средства их реализации. Юноши и девушки включаются в новые социальные отношения, расширяется сфера их общения, в это время переживается первая юношеская любовь. Параллельно в юности наблюдаются процессы обособления, индивидуализации. Повышается интерес к вопросам чести, долга, любви, дружбы, счастья, жизненной цели. В соответствии со сложившимися идеалами юноши и девушки испытывают потребность в самовоспитании, направленном на преодо-

ление недостатков и развитие положительных качеств собственной личности.

Литература

1. Ермолаева, М. В. Психология развития: методическое пособие для студентов заочной и дистанционной форм обучения. – 2-е изд. / М. В. Ермолаева. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2003. – 376 с.
2. Кле, М. Психология подростка. Психосексуальное развитие / М. Кле. – М.: Педагогика, 1991.
3. Кон, И. С. Психология ранней юности: кн. для учителя / И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.
4. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 464 с.
5. Серый, А. В. Психологические механизмы функционирования системы личностных смыслов / А. В. Серый. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2002. – 183 с.
6. Слободчиков, В. И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе: учеб. пособие для вузов / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М.: Школьная пресса, 2000. – 416 с.: ил.
7. Формирование личности старшеклассника / под ред. И. В. Дубровиной; науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. – М.: Педагогика, 1989. – 168 с.: ил.

УДК 159.922.4

Т. Е. Евдокимова

К ВОПРОСУ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ В РАЗНЫХ ЭТНИЧЕСКИХ ПОПУЛЯЦИЯХ

Многосторонние исследования последнего времени свидетельствуют о драматическом, катастрофическом сдвиге в показателях индивидуального и общественного здоровья в стране, позволяющем говорить о его «обвале», «кризисе», и столь же неутешительных прогностических оценках на ближайшую и отдалённую перспективу. Особого внимания заслуживает факт нарастания числа хронических патологических состояний, в основе которых лежит «недостаточность процессов восстановления» (Казначеев В. П., 1985). Эта ситуация возникла под влиянием интенсивных психических напряжений, нарушения абиотических свойств окружающей среды, генетически меньшей приспособляемости человеческого организма к подострым и хроническим стрессам по сравнению с острыми. Наиболее угрожаемым проявлением кризиса, трагической ситуации является депопуляция, выражающаяся в превышении уровня смертности над рождаемостью на 1,5 %. Это приведёт в ближайшем будущем к заметному сокращению численности населения, резкому снижению трудоспособного населения (которое уже сейчас почти в 20 % имеет далеко не лучшие показатели здоровья), ослаблению духовного, нравственного потенциала нации, снижению обороноспособности страны и многим другим негативным последствиям социально-экономического положения в обществе (Семке В. Я., Семке А. В., Аксёнов М. М., 2002). Faberga Н. (2001), обобщая итоги уходящего столетия и намечая перспективы предстоящего, указывает на социально-экономические изменения во всем мире, что зачастую приводит к конфликтам как между отдельными индивидами, так и большими сообществами, разными этническими группами и культурами. Все это требует *оценки роли культуральных факторов в формировании человеческого поведения, научного подхода, постановки диагноза и терапии. Особый акцент сле-*

дует обратить на демографические, региональные потребности в области планирования психического здоровья и терапии психических болезней.

Региональный подход в решении проблемы охраны психического здоровья населения позволяет оценить воздействие на организм человека многих факторов среды обитания, прогнозировать на этой основе возникновение заболеваний и тем самым способствовать сохранению и укреплению здоровья настоящих поколений, а также гарантировать здоровье будущих поколений. Такой подход становится одним из ведущих в исследованиях сибирских учёных (Лотош Е. А., Колбаско А. В., Лузина Ф. А., 1981; Балашов П. П. с соавт., 1998; Семке В. Я., 2002; Голдобина О. А., 2003). Особое значение региональный подход приобретает при изучении психического здоровья коренного населения Сибири, его малочисленных народностей, в которых одновременно происходят как процессы ассимиляции, аккультурации, так и стремление к сохранению национального самосознания (Семке В. Я. с соавт., 2002; Галактионов О. К., Дорофеева Л. И., 1998; Дымчаков А. А. с соавт., 2002). Резкий взрыв этнического самосознания, порождаемый экономическими и социально-политическими деформациями 90-х годов, реализующий себя нередко через экономические конфликты, выполнил свою мобилизующую конструктивную функцию и обозначил также свою полярную форму, такую как «безмолвие малых народов» (Семке В. Я. с соавт., 2001).

Оценивая с точки зрения этой концепции этническую ситуацию у миноритетов (малых народов и национальных меньшинств) Сибири, где этнополитические процессы отличались пассивностью, мы разделяем точку зрения В. Я. Семке о признании важной роли культуры в понимании содержания и форм аномального поведения. Распространенность