

– в памяти устанавливаются сложные ассоциации.

При этом следует учитывать, что память не статична, её можно и нужно улучшать с помощью различных упражнений. Поэтому развитие и совершенствование памяти подростка – один из важнейших моментов в психологическом развитии его личности и повышения успеваемости в учёбе.

Список использованной литературы:

1. Блонский, П.П. Память и мышление / П.П. Блонский. – СПб.: Питер, 2014. – 283 с.
2. Голубева, Э.А. Индивидуальные особенности памяти человека / Э.А. Голубева. – М.: Педагогика, 2014. – 148 с.
3. Корж, И.Н. Исследование памяти / И.Н. Корж. – М.: Наука, 2013. – 216 с.

Бойко А.В. (Научный руководитель – Кухтова Н.В.,
канд. психол. наук, доцент)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ИНДЕКС ЖИЗНЕННОЙ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ МЛАДШИХ И СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

Введение. На сегодняшний день в науке накоплен достаточно богатый материал, касающийся вопросов смысла жизни и жизненной удовлетворенности. Смысл жизни - это философская и духовная проблема, имеющая весьма глубокую, сокровенную подоплеку, которая требует глубокого личного осмысления. Жизненная удовлетворенность представляет собой сложное, комплексное понятие, аккумулирующее множество факторов и аспектов, влияющих на благополучие личности, каждый из которых является в значительной степени самостоятельным явлением. В гуманистической психологии такие исследователи как А. Маслоу, Ф. Перлз связывали состояние благополучия личности с её способностью к «непрерывному развитию и аутентичному бытию». В зарубежной психологии исследованиями в области смысложизненных ориентаций занимались З. Фрейд и А. Адлер [1]. В российской психологии можно отметить Д.А. Леонтьева, А.А. Бодалева, которые занимались изучением потребностей и ценностей, как опоры жизненной удовлетворенности и смысла жизни в целом. В работах этих авторов смысл жизни рассматривается как способ самомотивации, как регулятор профессиональной деятельности, как механизм, позволяющий человеку организовывать свою жизнь и противостоять влияниям обстоятельств. Наиболее продуктивным в российской психологии является принцип анализа личности через способ ее жизни Л.И. Анцыферова и «смысловая» концепция Б.С. Братуся [2].

Целью исследования стало изучение жизненной удовлетворенности у младших и старших подростков.

Материал и методы. База исследования ГУО «Средняя школа №46 г. Витебска им. И.Х. Баграмяна». Материалом исследования послужила диагностика учащихся. Всего в исследовании приняли участие 30 человек: 15 учащихся 5-ых классов и 15 учащихся 11-ых классов. Методы исследования: теоретический анализ и синтез литературы по теме исследования, математическая обработка данных, методика «Индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ)» Н.В. Паниной [3].

Результаты и их обсуждение. Опросник, диагностирующий индекс жизненной удовлетворенности, отражает общее психологическое состояние челове-

ка, степень его психологического комфорта и социально-психологической адаптированности. Также используется для дифференцированной оценки особенностей стиля жизни, потребностей, мотивов, установок, ценностных ориентаций человека с целью определения, какие из них положительно сказываются на его общем психологическом состоянии, а какие - отрицательно. Индекс жизненной удовлетворенности – интегративный показатель системы отношений человека к жизни, его общего устроения.

Полученные результаты проведенного исследования отражены в таблице. В них можно увидеть все шкалы, по которым считается общий индекс жизненной удовлетворенности.

Таблица 1 – Результаты диагностики индекса жизненной удовлетворенности учащихся 5-го класса и 11-го класса

| Шкала | Процентное соотношение | | | | | |
|---|------------------------|--------|-----------------|--------|----------------|--------|
| | Высокий уровень | | Средний уровень | | Низкий уровень | |
| | 5 кл. | 11 кл. | 5 кл. | 11 кл. | 5 кл. | 11 кл. |
| Интерес к жизни | 20 | 33 | 60 | 60 | 20 | 7 |
| Последовательность в достижении целей | 27 | 27 | 73 | 53 | 0 | 20 |
| Согласованность между поставленными и достигнутыми целями | 20 | 27 | 53 | 53 | 27 | 20 |
| Положительная оценка себя и собственных поступков | 33 | 33 | 47 | 60 | 20 | 7 |
| Общий фон настроения | 13 | 27 | 80 | 73 | 7 | 0 |
| Общий индекс | 20 | 33 | 67 | 60 | 13 | 7 |

Высокие значения индекса присутствуют у 20% младших подростков и у 33% старших подростков, что свидетельствует о низком уровне эмоциональной напряженности, высокой эмоциональной устойчивости, низком уровне тревожности, психологическом комфорте, высоком уровне удовлетворенности ситуацией и своей ролью в ней. Низкий уровень наблюдается у 13% младших подростков и у 7% старших подростков.

Показатель жизненной удовлетворенности включает в себя:

1. Интерес к жизни. Высокий уровень по данной шкале наблюдается у 20% младших подростков и у 33% старших подростков, что отражает высокую степень энтузиазма и увлечённое отношение к обычной повседневной жизни. Низкий уровень присутствует у 20% младших подростков и 7% у старших подростков. При низком уровне значения противоположны.

2. Последовательность в достижении целей. Высокие показатели по данной шкале у 24% младших подростков и у 27% старших подростков, что отражает такие особенности отношения к жизни, как решительность, стойкость, направленные на достижение целей. Низкая оценка по этой шкале отсутствует у младших подростков, у старших 20%, что отражает пассивное примирение с жизненными неудачами, покорное принятие всего, что приносит жизнь.

3. Согласованность между поставленными и достигнутыми целями. У 20% младших подростков и 27% старших подростков высокие показатели по данной

шкале, что отражает убежденность человека в том, что он достиг или способен достичь тех целей, которые считает для себя важными. При низких показателях результаты противоположны и наблюдаются у 27% младших подростков и у 20% старших подростков.

4. Положительная оценка себя и собственных поступков. Сюда относится оценка человеком своих внешних и внутренних качеств. Высокий балл присутствует у 33% младших подростков и у 33% старших подростков, что говорит о высокой самооценке. Низкая самооценка, по данным исследования, присутствует у 20% младших подростков и у 7% старших подростков.

5 Общий фон настроения. У 13% младших подростков и у 27% старших подростков высокий показатель по данной шкале, что показывает степень оптимизма, удовольствия от жизни. Низкие показатели свидетельствуют о пессимизме и неудовлетворенностью от жизни и наблюдаются только у младших подростков и составляют 7%.

Заключение. Таким образом, исходя из полученных результатов исследования, мы можем сказать, что присутствуют, хоть и в меньшей степени, респонденты с низкими показателями индекса жизненной удовлетворенности, что говорит о необходимости обратить внимание на более углубленное изучение, поиск решения данной проблемы и в последующем оказание необходимой психологической помощи несовершеннолетним.

Список использованной литературы:

1. Ивин, А.А. Социальная философия: учеб. пособие / А.А. Ивин. – М.: Гардарики, 2003. – 336 с.
2. Андреева, Г.М. Психология социального познания / Г.М. Андреева. – М.: Аспект Пресс, 2000. – 384 с.
3. Головаха, Е.И. Lifeline и другие новые методы психологии жизненного пути / Е.И. Головаха, А.А. Кроник. – М.: Прогресс, 1993 – С. 107-114.

Болваненко А.С. (Научный руководитель – Савицкая Т.В.,
канд. пед. наук, доцент)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ

Введение. Один из важнейших итогов психического развития в период дошкольного детства – психологическая готовность ребенка к школьному обучению. Готовность к школе определяется комплексом показателей психической зрелости – развитости отдельных психических функций, главным образом характеризующих развитие ребенка в умственном, личностном и социальном отношениях.

Под психологической готовностью к школьному обучению понимается необходимый и достаточный уровень психического развития ребенка для освоения школьной учебной программы в условиях обучения в группе сверстников [2].

Психологическую готовность к школе целесообразно рассматривать на трех уровнях: морфофункциональном, умственном и личностном. Они составляют область потенциальных свойств, которые находят свое выражение непосредственно в результатах деятельности, знаниях, умениях, поступках, активности, эмоциональных переживаниях, т. е. в актуальных свойствах [4].