

том числе вузы, должны оказывать помощь в процессе интериоризации сексуальной культуры молодыми людьми. В современном мире данный процесс крайне затруднен в силу утраты традиционных форм сексуального поведения и появления новых моделей и форм взаимоотношений мужчин и женщин. Сегодня идеи о «правильном» и «неправильном» поведении выглядят не столь однозначно. Переосмысление существовавших взглядов и подходов к пониманию юношеской сексуальности становится все более актуальным.

Выявлены основные сферы жизни, являющиеся источником внутреннего кризиса и душевной пустоты у юношей и девушек. У юношей вне зависимости от сексуального опыта основными источниками внутреннего конфликта являются здоровье и независимость. Аналогично у девушек, живущих половой жизнью, «здоровье» является той жизненной сферой, которая вызывает особую обеспокоенность. Это те сферы личной жизни, счастье в которых для них менее всего достижимо, но очень желанно. К сожалению, и у юношей, и у девушек сферы познания, творчества и переживания прекрасного в мире не вызывают интереса, не побуждают к активности, являясь сферами эмоциональной пустоты. Этот факт вызывает особую озабоченность.

Студенческая молодежь находится в сложнейшей ситуации вынужденной интерпретации образов, фактов и текстов, связанных с сексуальным поведением. И все это — при отсутствии научной и доступной для понимания модели сексуальности и ценностных «маяков», ориентиров нормы и патологии в этой области.

И.И. Заяц
БГЭУ (Минск)

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ

Актуальность исследований психологического здоровья студентов определяется наличием стрессогенных факторов в студенческой среде, таких, как периоды социальной адаптации, ситуации экзаменов, необходимость личного самоопределения в будущей профессиональной среде и др. Переживаемый стресс и его последствия составляют серьезную угрозу психологическому здоровью человека. Особенно это относится к молодежному и студенческому периоду в жизни, когда личностные ресурсы кажутся неисчерпаемыми, а оптимизм по отношению к собственному здоровью превалирует над заботой о нем. Сильная ориентация на переживание настоящего, высокая мотивация достижений вытесняют из сознания студента возможные опасения, связанные с последствиями длительного стресса. Студенческий возраст характеризуется многообразием эмоциональных переживаний, что отражается в стиле жизни, исключая заботу о собственном здоровье, поскольку такая ориентация традиционно приписывается старшему поколению и

оценивается молодым человеком как «непривлекательная и скучная». Период активного вхождения в новую социальную среду сопровождается действиями, направленными на получение признания и высокого статуса в группе студентов-ровесников. При этом используются различные средства, не всегда отвечающие профилактике здоровья (никотин, алкоголь, наркотики). Попытки завоевания своего места среди ровесников часто связаны с рискованным поведением, желанием любой ценой добиться этого признания.

Психология здоровья особое внимание уделяет определению «цены», которую платит человек в ситуациях повышенных требований, психических нагрузок и перегрузок. Несомненно, студенческая среда относится к таким, в которых эти перегрузки и требования выступают во всем многообразии. В период острых социально-экономических перемен со всей силой проявляется еще один дополнительный фактор риска по отношению к сохранению психологического здоровья — социальная и профессиональная неопределенность будущего специалиста в обществе и необходимость поиска рабочего места, соответствующего уровню образования и подготовки.

Как свидетельствуют данные Всемирной организации здравоохранения, студенты «лидируют» в своей возрастной группе по количеству больных гипертонией, тахикардией, диабетом, страдающих от нервно-психологических нарушений. Каждый третий студент страдает пониженным уровнем настроения, испытывает нарушения в психосоматической сфере (бессонница, возбудимость нервной системы, потеря эмоционального контроля, трудности сосредоточения).

С другой стороны, именно в студенческом возрасте достигают максимального развития не только физические, но и высшие психические функции: восприятие, внимание, память, мышление, речь, эмоции и чувства. Именно этот период жизни (18—25 лет) максимально благоприятен для обучения и профессиональной подготовки. Преобладающее значение в познавательной деятельности начинает приобретать абстрактное мышление, формируется картина мира, устанавливаются глубинные взаимосвязи между различными областями изучаемой реальности.

Поэтому формирование психологически здоровой личности студента, обладающей развитым самосознанием и положительной мотивацией в деятельности является чрезвычайно важным для того, чтобы жакда переустройства, самоутверждения, свойственная этому возрасту и этой социальной группе, была не стихийной, не разрушающей, а созидющей.

□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□. □□□□□□□□.
□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□. □□□□□□□□