



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

FLORE

Repository istituzionale dell'Università degli Studi di Firenze

Risk behaviors in adolescents: cognitive, emotional and social aspects (Рискованное поведение в подростковом возрасте:

Questa è la Versione finale referata (Post print/Accepted manuscript) della seguente pubblicazione:

Original Citation:

Risk behaviors in adolescents: cognitive, emotional and social aspects (Рискованное поведение в подростковом возрасте: когнитивные, эмотивные, поведенческие и социальные аспекты - Riskovannoe povedenie v podrostkovom vozraste: kognitivnye, emotivnye, povedencheskie i sotsialnye aspekty) / Giannetti, Enrichetta; Penzo, Ilaria; Rigacci, Cristina. - In: DIALOG. - ISSN 2306-8191. - STAMPA. - 5:(2013), pp. 39-45.

Availability:

This version is available at: 2158/814966 since: 2019-10-08T12:51:51Z

Terms of use:

Open Access

La pubblicazione è resa disponibile sotto le norme e i termini della licenza di deposito, secondo quanto stabilito dalla Policy per l'accesso aperto dell'Università degli Studi di Firenze (<https://www.sba.unifi.it/upload/policy-oa-2016-1.pdf>)

Publisher copyright claim:

(Article begins on next page)

ДИАЛОГ

психологический и социально-педагогический журнал 2013

№ 5

Диалог в школе

Дети нового тысячелетия: как их понять?

Человек в социуме

Организация работы с неблагополучной семьей

Семья

Почему болеют дети
Близнецы в семье

Встреча

Пленница собственной красоты

Ключ к себе

Как преодолеть страх перед экзаменом



ДИАЛОГ

психологический и социально-педагогический журнал

№ 5
май
2013

Научно-методический журнал

Выходит с января 2013 г.
Периодичность — 1 раз в месяц



Учредитель и издатель:
республиканское унитарное предприятие
«Издательство «Пачатковая школа»»

Директор, главный редактор издательства
ВАНИНА Наталья Геннадьевна

Свидетельство о государственной регистрации средства массовой информации № 1572 от 28.09.2012,
выдано Министерством информации Республики Беларусь

Главный редактор журнала
ПЕРГАМЕНЩИК Леонид Абрамович,
доктор психологических наук, профессор

Редакционная коллегия:

Н. А. ЗАЛЫГИНА,
заместитель главного редактора,
кандидат социологических наук, доцент;
С. И. НЕВДАХ,
ответственный редактор, кандидат
педагогических наук, доцент;

Г. Ф. БЕДУЛИНА, кандидат
социологических наук;
Н. Г. ВАНИНА;
С. И. КОПТЕВА, кандидат
психологических наук, доцент;
Г. М. КУЧИНСКИЙ, доктор
психологических наук, профессор;
Т. А. ЛОПАТИК, доктор педагогических
наук, профессор;
Л. Г. ЛЫСЮК, доктор психологических
наук, профессор;
О. В. МАТЮХОВА;
М. Е. МИНОВА;
А. П. ОРЛОВА, доктор педагогических
наук, профессор;
Н. Л. ПУЗЫРЕВИЧ, кандидат
психологических наук;
Ю. Г. ФРОЛОВА, кандидат
психологических наук, доцент

Редакционный совет:

А. И. ЗЕЛЕНКОВ,
председатель, доктор философских
наук, профессор;

А. Л. ВЕНГЕР, доктор психологических
наук, профессор (РФ);
Н. Т. ЕРЧАК, доктор психологических
наук, профессор;
Я. Л. КОЛОМИНСКИЙ, доктор
психологических наук, профессор;
С. А. ЛАПТЕНКО, доктор философских
наук;
П. МЕРИНГОЛО, профессор
департамента психологии (Италия);
Р. С. СИДОРЕНКО, кандидат
педагогических наук;
Е. С. СЛЕПОВИЧ, доктор
психологических наук, профессор;
И. А. ФУРМАНОВ, доктор
психологических наук, профессор;
Е. М. ЧЕРЕПАНОВА, доктор психологии
(США);
В. А. ЯНЧУК, доктор психологических
наук, профессор

связь

той
формации
терстагг
усь

эх,
ли

ци
1

РИСКОВАННОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ:

КОГНИТИВНЫЕ, ЭМОТИВНЫЕ, ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ

Введение

Невысокий уровень ответственности подростков и молодежи, ценностная дезориентация, деструктивные семейные взаимоотношения, беспокойство и неуверенность, связанные с интро- и интерперсональными проблемами, неадекватность психологических установок являются факторами, способствующими рискованному поведению и развитию психопатологической картины, которая может проявляться в стремлении к опасному вождению, зависимости от психоактивных веществ, от физической активности, развитию пищевых расстройств.

С точки зрения экспликативных моделей принятия риска подростками и психобиологическими детерминантами, развитие такого поведения обуславливается необходимостью приспособляться к окружающей среде, утверждаться среди сверстников или взрослых, а также определяется индивидуальными особенностями характера [1]. Некоторые ученые выделяют как первопричину рискованного поведения интериндивидуальные и социальные особенности, например роль школьного окружения в генезисе риска. Очень распространенным подходом в определении рискованного поведения подростков является деятельностный, согласно которому принятие и использование здоровых моделей поведения предполагают двухфазный процесс: фазу мотивации и фазу действия.

Вышеперечисленные подходы являются ограниченными, т. к. не учитывают роль эмоциональных процессов в принятии риска, хотя данный аспект очень важен. В связи с этим, анализируя эмоции, испытываемые подростком перед, в процессе и после рискованного поступка, авторы отмечают, что такие негативные эмоции, как злость, тревога и грусть, часто сопровождают рискованное поведение. Представляют интерес также результаты исследований *установок, локус*

Энрикетта ДЖАНЕТТИ,

доцент факультета психологии Флорентийского государственного университета

Илария ПЕНЗО,

сотрудник лаборатории когнитивной и клинической психологии Европейского университета (Пиз)

Кристина РИГАЧЧИ,

психотерапевт (Флоренция)

контроля и мотивации, связанных с профилактикой рискованного образа жизни, в т. ч. табакокурения, злоупотребления алкоголя, наркотической зависимости, рискованного вождения транспортных средств и беспорядочных сексуальных связей [2]. Исследования взаимосвязи восприятия и принятия риска являются противоречивыми. Одни из них не подтверждают данную взаимосвязь, другие выявляют обратную зависимость изучаемых переменных, проявляющуюся в нарушениях когнитивной сферы. А это, в свою очередь, определяет формирование предрассудков. С целью профилактики подросткового рискованного поведения следует разрабатывать и совершенствовать психолого-педагогические программы, реализуемые в школьной среде и во внешкольных учреждениях, целью которых является развитие способностей, необходимых для преодоления различных жизненных трудностей и формирование здорового образа жизни [3].

Традиционные подходы к проблеме рискованного поведения подростков предполагают прямое вмешательство, направленное на предотвращение его конкретных проявлений, таких как табакокурение, алкоголизм, нездоровые модели питания, с учетом взаимодействия личностных и средовых аспектов. Современные подходы изучают поведенческие паттерны с учетом синергизма всех воздействующих факторов, определяющих также стиль жизни человека.

ии не-
имание
ателей
иент с
венно-
ет вы-
то вре-
ение и
злогич-
м лоб-
иметь
эй дис-

итери-
торые
ческим
/ боль-
его со-
инность
4 функ-

ии

еделе-
ии, ис-

профес-
интеллек-
квиваются
ского ис-

мообслу-

припомн-
рушается

ду, сохра-
ются вы-

и окружа-
зелирова-
юйствами

.выки.

эпени

С точки зрения позитивной психологии для более глубокого анализа принятия риска в различных контекстах, необходимо применять экспликативные модели рискованного поведения, учитывающие индивидуальные, межиндивидуальные и контекстуальные переменные, являющиеся личностными ресурсами. Рискованное поведение может рассматриваться как личностный путь к зрелости, включающий развитие личности и ее социальную адаптацию. Но вместе с тем рискованное поведение может являться видом коммуникации, свидетельствующим о социальном дискомфорте и приводящим к негативным последствиям для здоровья и благополучия индивидуума. Понимание различных психологических и социальных переменных, влияющих на принятие риска, необходимо, главным образом, для развития эмоциональных, социальных и когнитивных навыков, отсутствие которых представляет собой фактор риска.

Целью нашего исследования являлось изучение когнитивных, эмотивных, поведенческих и социальных аспектов рискованного поведения в подростковом возрасте. Его реализация — это часть большого исследовательского проекта, направленного на анализ взаимосвязи принятия риска, самоофективности и поиска острых ощущений.

В процессе исследования мы решали следующие задачи:

- изучить индивидуальное понимание риска, его детерминанты, способность оценивать и избегать риска;
- выявить взаимосвязи различных видов рискованного поведения (в их восприятии и принятии) и взаимовлияние восприятия рискованного поведения и его принятия;
- установить характер эмоций до, во время и после рискованных поступков;
- изучить мотивацию принятия и неприятия рискованного поведения;
- разработать программу воспитательных мероприятий по профилактике рискованного поведения.

Методы исследования и характеристика выборочной совокупности

В исследовании принял участие 251 учащийся (129 юношей и 122 девушки) первого курса технического колледжа

(57,8 %) и классического лицея (42,2 %) города Флоренции. Средний возраст респондентов составил 15,39 года. В ходе исследования использовался следующий *инструментарий*:

1) анкета для изучения социально-демографических характеристик респондентов, включающая анаграфические данные (пол, возраст, учебное заведение и т. д.);

2) специально разработанный опросник для изучения когнитивных, эмотивных, поведенческих и социальных аспектов рискованного поведения, в т. ч. *индивидуальное понимание риска, детерминанты риска, способность оценивать и избегать риска и в целом, и в конкретных случаях, восприятие и принятие риска* (табл. 1).

Таблица 1. Восприятие и принятие риска

Виды рискованного поведения	Кол-во вопросов	Описание
Рискованное вождение	5	Поведение, связанное с неосторожным стилем вождения без соблюдения правил (например, вождение мотоцикла без шлема)
Курение, алкоголь и наркотики	6	Поведение, связанное с курением и употреблением алкоголя и наркотиков
Сексуальное поведение	2	Небезопасное сексуальное поведение (например, беспорядочные сексуальные связи)
Нарушение закона	5	Поведение, связанное с нарушением закона и общественного порядка (например, нанесение вреда государственной собственности)
Питание	2	Поведение, связанное с нездоровым питанием (например, очень строгая диета)

Для оценки восприятия риска была использована шкала Ликерта от 1 балла (*минимальный риск*) до 4 баллов (*максимальный риск*); для оценки принятия рискованного поведения — от 1 балла (*никогда за последние 6 месяцев*) до 4 баллов (*более 5 раз за последние 6 месяцев*).

Опросник также включает:

- 13 вопросов, направленных на исследование *позитивных и негативных эмоций*, связанных с принятием риска (до, во время и после). Интенсивность данных эмоций оценивается по шкале Ликерта от 1 балла (*низкая*) до 5 баллов (*высокая*);

зя (42,2 %) озраст рес- да. В ходе следующий

социально- с респонден- кие данные э и т. д.); ий опросник тивных, по- ектов риско- идивидуальное нты риска, згать риска аях, воспри- 1).

ятие риска

писание
вязанное с неосто- ем вождения без правил (например, гоцикла без шлема)
связанное с употреблением аркотиков
се сексуальное чапример, беспо- жсуальные связи)
связанное с нару- на и обществен- а (например, нане- государственной ти)
связанное с нездо- нием (например, зя диета)

риска была з от 1 балла иаллов (мак- ки принятия от 1 балла месяцев) до педние 6 ме-

ых на иссле- негативных ятием риска нтенсивность гся по шкале) до 5 баллов

- 5 вопросов, изучающих *мотивацию принятия/непринятия риска* по шкале Ликерта с 5 градациями, от 1 балла (*наименее важно*) до 5 баллов (*особенно важно*);
- 9 утверждений об *особенностях времени и места проведения воспитательных мероприятий* по профилактике рискованного поведения.

Опрос проводился при письменном согласии родителей учащихся и дирекции учебных заведений. Опросник заполнялся в присутствии исследовательской группы в течение 30—45 минут во время занятий.

Анализ полученных данных: данные были обработаны посредством дескриптивного и статистического анализа при помощи вычисления коэффициента корреляции Пирсона.

Результаты исследования

Индивидуальное понимание риска.

На вопрос о том, какое из определений риска лучше всего отражает собственное понимание риска, большинство респондентов ответили, что риск представляет собой *вероятность развития ситуации, которая может нанести ущерб чему-либо/кому-либо*. Многие связывают риск в целом с *фактом нанесения вреда*, в меньшей степени респонденты — риск как *совокупность негативных факторов* (рис. 1).



Рис. 1. Индивидуальное понимание риска

Детерминанты риска. Что касается оценки причинности рискованного поведения, то большинство опрошенных связывают риск с личностными факторами (рис. 2); часть респондентов считает, что риск имеет *ситуационную природу*; небольшой процент определяет риск как *стечение обстоятельств*.



Рис. 2. Детерминанты риска

Способность оценивать и избегать риска. Важным аспектом данного исследования является оценка собственной способности определять и избегать риска в целом и в конкретных ситуациях. В большинстве своем респонденты отмечают, что часто или иногда оценивают риск в конкретных ситуациях, и только 11 % учащихся утверждают, что они всегда оценивают риск (рис. 3).

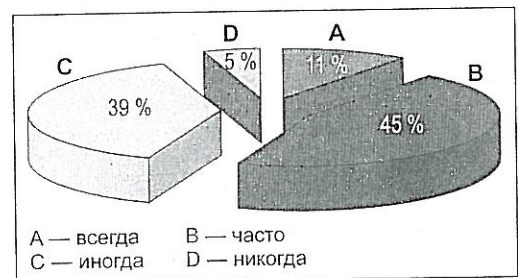


Рис. 3. Способность оценивать и избегать риска

Оценивая собственную способность избегать риска, большинство респондентов считает, что способны часто или иногда избегать риска 7 % респондентов утверждают, что всегда избегают риска (рис. 4).

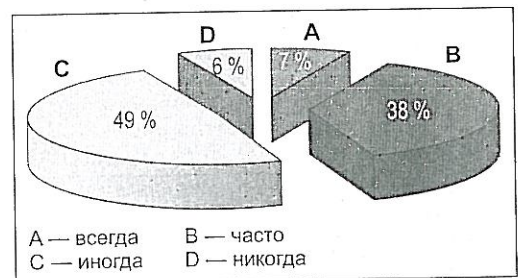


Рис. 4. Восприятие собственной способности избежать риска

В целом 69 % респондентов считают, что избежать риска возможно: «Важно быть осторожными, и тогда риска можно избежать или, по крайней мере, сократить». 31 % респондентов, напротив, убеждены, что риска избежать невозможно: «Вокруг везде риск, мы можем обойти одну рискованную ситуацию, но попадаем в другую».

Большинство респондентов утверждают, что рассудительное отношение к риску может способствовать более здоровому образу жизни, но не поможет избежать его; 16 % учащихся отмечают, что не волнуются из-за возможных рискованных ситуаций, т. к. уверены, что смогут их избежать (рис. 5).



Рис. 5. Суждения о риске

Взаимосвязь восприятия и принятия риска. При анализе взаимосвязи различных параметров восприятия риска (табл. 2) было выявлено, что значимые, позитивные связи, имеющие показатели коэффициента Пирсона от 0,19 до 0,54, обнаруживаются по следующим аспектам: рискованное вождение, курение, употребление алкоголя и наркотиков, сексуальные отношения, нарушение закона и питание. Менее выделена взаимосвязь по следующим аспектам: питание и сексуальные отношения, сексуальные отношения и нарушение закона.

Таблица 2. Взаимосвязь различных аспектов восприятия риска (коэффициент корреляции r Пирсона)

Аспекты	1	2	3	4	5
1. Рискованное вождение	-				
2. Курение, употребление алкоголя и наркотиков	0,52**	-			

3. Сексуальные отношения	0,38**	0,37**	-		
4. Нарушение закона	0,54**	0,49**	0,26**	-	
5. Питание	0,29**	0,29**	0,19**	0,34**	-

** — значимость 1 % вероятности.

Аналогичные данные получены при анализе аспектов принятия риска, но были обнаружены отличия по питанию (табл. 3). Выявлены значимые, позитивные связи, имеющие показатели от 0,33 до 0,54, по следующим аспектам: рискованное вождение, курение, употребление алкоголя и наркотиков, сексуальные отношения, нарушение закона. В меньшей степени коррелируют такие формы поведения, как рискованные сексуальные отношения и расстройства питания, нарушение закона и употребление алкоголя, наркотиков, курение. Соответственно, они равны 0,20, 0,25 и 0,26. Не обнаружено значимой взаимосвязи между питанием и рискованным вождением.

Таблица 3. Взаимосвязь различных аспектов принятия риска (коэффициент корреляции r Пирсона)

Аспекты	1	2	3	4	5
1. Рискованное вождение	-				
2. Курение, употребление алкоголя и наркотиков	0,42**	-			
3. Сексуальные отношения	0,33**	0,46**	-		
4. Нарушение закона	0,54**	0,39**	0,37**	-	
5. Питание	0,08	0,26**	0,20**	0,25**	-

** — значимость 1 % вероятности.

При изучении восприятия и принятия риска была выявлена обратная, значимая связь, равная -0,49. Таким образом, большее понимание риска может быть взаимосвязано с меньшим принятием рискованного поведения.

Положительные и негативные эмоции до, во время и после рискованного поведения. На вопросы, какие эмоции предшествуют, сопровождают и следуют за рискованным поведением, респондентами были даны ответы, выявляющие как позитивные, так и негативные эмоции, доминирование которых зависит от одного из

3**	-	
3**	0,34**	-

вероятности.

олучены при
иска, но были
нию (табл. 3).
ивные связи,
о 0,54, по сле
ое вождение,
оля и наркоти
я, нарушение
коррелируют
рискованные
стройства пи
употребление
ие. Соответс
и 0,26. Не об
ззи между пи
нием.

азличных
иска
r Пирсона)

	4	5
**	-	
**	0,25**	-

вероятности.

и принятия
ая, значимая
разом, боль
быть взаимо
1 рискованно

тивные эмо
рискованно
кие эмоции
г и следуют
, респонден
вляющие как
: эмоции, до
от одного из

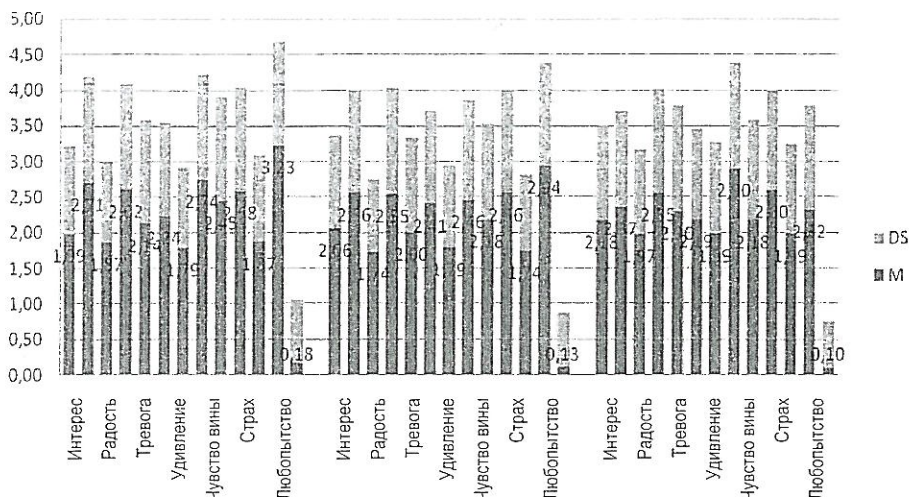


Рис. 6. Позитивные и негативные эмоции до, во время, после рискованных поступков

трех исследуемых моментов рискованного поведения (рис. 6).

В частности, до принятия риска доминируют следующие эмоции: любопытство (M = 3,27; DS = 1,46), интерес (M = 2,81; DS = 1,40) и радость (M = 2,77; DS = 1,47), за ними следуют чувство вины (M = 2,65; DS = 1,48), страх (M = 2,48; DS = 1,45) и тревога (M = 2,47; DS = 1,44). Сходные результаты обнаружены и при анализе эмоций во время рискованных поступков.

При анализе эмоций, следующих за рискованным поступком, выявлены более высокие показатели по аспектам: чувство вины (M = 2,88; DS = 1,46), страх (M = 2,67; DS = 1,38) и тревога (M = 2,49; DS = 1,42); средние показатели по эмоциям: радость (M = 2,41; DS = 1,33), любопытство (M = 2,32; DS = 1,47) и стыд.

Мотивация принятия и непринятия рискованного поведения. В ходе исследования рискованного поведения была выявлена мотивация его принятия. Мотивы расположены по степени их преобладания: новизна опыта (M = 2,58; DS = 1,16), поиск острых ощущений (M = 2,41; DS = 1,16), влияние сверстников (M = 2,04; DS = 0,99), противостояние родителям (M = 1,73; DS = 0,99) и вызов закону (M = 1,46; DS = 0,86).

Вместе с тем среди мотивов избегания рискованного поведения главным является понимание того, что рисковать — это неправильно (M = 2,68; DS = 1,23), затем следуют обеспокоенность, связанная с возможностью

нанесения физического вреда (M = 2,49; DS = 1,23), соблюдение закона (M = 2,45; DS = 1,18), страх из-за возможной реакции родителей (M = 2,44; DS = 1,09) и влияние сверстников (M = 1,67; DS = 0,87).

Определение воспитательных мероприятий по профилактике рискованного поведения. Учащиеся выделили многочисленные воспитательные мероприятия по профилактике рискованного поведения, в которых они участвовали. Чаще всего эти мероприятия были посвящены правилам дорожного движения (81,7 %), сексуальному поведению (73,7 %), курению (65,3 %), правильному питанию (61,4 %) и наркотикам (59,8 %). В меньшей степени были выделены следующие темы: алкоголизм (39,4 %), охрана труда (33,1 %) и лекарственные средства (21,5 %).

Информацию о рискованном поведении в основном учащиеся получают в школе (78,9 %) и в семье (14,3 %). В меньшей степени источниками информации о риске являются религиозные организации (2,8 %), друзья (2 %), кружки (1,6 %) и телевидение (0,4%).

Выводы

Проведенное исследование позволило получить необходимую информацию для разработки и реализации программы вмешательств по профилактике рискованного поведения среди подростков и молодежи.

Согласно результатам исследования, понятие риска большинством юношей и девушек было определено верно, т. е. как вероятность развития ситуации, которая может нанести ущерб. Следует обратить особое внимание на тех, кто ответил, что риск представляет собой возможность предотвратить ущерб, факт нанесения вреда, совокупность негативных факторов, поскольку респонденты, неверно трактующие риск, более склонны к рискованному поведению в будущем.

В отношении определения причинности риска следует отметить, что респонденты не являются фаталистами: большинство связывает риск с личностными факторами, такими как незнание, некомпетентность и невнимательность, в меньшей степени, по мнению юношей и девушек, риск определяется ситуационными факторами (спешка или усталость). В связи с этим следует отметить, что большая часть дорожно-транспортных происшествий при участии подростков оказывается связана с необходимостью «приехать немного раньше».

Говоря об оценке собственных способностей определять и избегать риска, респонденты отмечают, что верят в свои способности контролировать возможный риск. Действительно, большинство опрошенных указывают на то, что практически всегда могут оценить и избежать риска благодаря повышенной внимательности. Особого внимания требуют к себе такие ответы респондентов, как «Я всегда/никогда/очень редко могу оценить и предупредить рискованные действия», «Я совсем не беспокоюсь о возможных рисках».

Уверенность большинства в собственных способностях предотвращения риска, с одной стороны, подтверждается чувством подростковой неуязвимости, а с другой — противоречит гипотезе, согласно которой подростки не ищут предпосылок своим действиям, но проецируют их в своей судьбе.

Относительно восприятия и принятия рискованного поведения исследование выявило, что рассматриваемые 5 аспектов риска: рискованное вождение, курение, употребление алкоголя и наркотиков, сексуальные отношения, нарушение закона и питание — коррелируют между собой при принятии риска, за исключением рискованного вождения и питания. Данные результаты, вероятно, связаны с тем фактом, что 5 категорий риска, выявленных при помощи факторного анализа (метод главных осей — PAF), являются

в определенной степени созависимыми. Однако полученные данные могут подтвердить гипотезу, согласно которой различные виды рискованного поведения сводятся к одной модели отношений (знаний, эмоций и намерений) или поведенческой модели, в которой они взаимосвязаны между собой. Кроме того, обратную связь восприятия и принятия рискованного поведения, выявленную в ходе исследования, подтверждают результаты предыдущих исследований. Они указывают на то, что восприятие риска представляет собой фактор защиты при использовании нездоровых моделей поведения.

Новизна опыта и поиск острых ощущений — главные мотивы принятия рискованного поведения, в то время как главной причиной, по которой респонденты избегают риска, является понимание неправильности рискованного поведения. Среди мотивов принятия риска фигурирует влияние сверстников, вызов родителям и закону; мотивацией для избегания риска служит обеспокоенность возможностью причинения вреда себе и соблюдение закона. Таким образом, данные результаты подтверждают, что рискованное поведение зачастую обусловлено развитием личности и ее социальной активностью.

Что касается эмоций, предшествующих, сопровождающих и следующих за рискованным поведением, то следует отметить, что положительные эмоции (любопытство, интерес, радость) преобладают до и во время рискованных действий, в то время как негативные эмоции (чувство вины, страх, тревога) характеризуют состояние после совершения рискованного поступка. Сходные результаты были выявлены и в предыдущих исследованиях.

Воспитательные мероприятия по профилактике рискованного поведения в основном были направлены на обсуждение определенных аспектов риска. По мнению респондентов, школа является основным источником информации о рискованном поведении. Беспокоит тот факт, что семья в редких случаях становится источником такой информации. В целом не хватает воспитательных мероприятий, направленных на развитие чувства ответственности — как индивидуальной, так и социальной. Таким образом, есть необходимость разрабатывать и реализовывать воспитательные мероприятия, нацеленные на развитие определенных жизненных навыков, а не только на обсуждение отдельных аспектов

созависимыми. могут подтвердить различия в моделях, в которой принята явленная в хо- ают результаты. Они указывают а представляет использование

острых ощущение риска как главной нденты избега- ие неправиль- дения. Среди игурирует вли- дителям и за- бегания риска возможность соблюдения за- ые результаты иое поведение тием личности ю.

дшествующих, щих за риско- дует отметить, (любопытство, дают до и во зий, в то вре- (чувство вины, уют состояние анного поступ- ыли выявлены ниях.

иятия по про- ведения в ос- на обсуждение ска. По мнению ется основным о рискованном акт, что семья в источником та- не хватает вос- направленных тственности — и социальной. ходимость раз- ть воспитатель- ые на развитие навыков, а не льных аспектов

рискованного поведения. Это предпола- гает работу, направленную на углубление понимания самих себя, развитие собствен- ных внутренних ресурсов и их позитивное функционирование. В связи с этим пред- ставляют интерес проекты, основанные на определении факторов риска, например *ICARUS (Университет ICARO)* — проект, способствующий более глубокому понима- нию жизненного пути разных людей (часто юноши и девушки сталкиваются с уличной жизнью и не оценивают ее возможных по- следствий), реализованный в Италии. Про- ект предполагает формирование модели воспитания, направленной на создание ма- териалов для сенсбилизации когнитивно- го и эмоционального развития молодежи, а также для подготовки специалистов (опе- раторов) к работе с жертвами риска.

Для верификации адекватности экспли- кативных моделей принятия риска следует в будущем изучить возможные различия, связанные с половой принадлежностью, с различными социальными и культурны- ми контекстами и с другими личностными

и поведенческими переменными. Таким об- разом, есть необходимость в проведении исследований индивидуальных и группо- вых характеристик, способствующих при- нятию риска. Также нужны исследования, целью которых станет совершенствование вмешательств по профилактике рискован- ного поведения, основанных на укрепле- нии индивидуальных и семейных ресурсов.

Перевод А. Н. Гатальской.

ЛИТЕРАТУРА

1. Boyer, Ty W. The Development of Risk-taking : a multi-perspective review. — *Developmental Review*. — 2006. — XXX. — P. 1—55.
2. Ball, S. A. Reason for Dropout From Drug Abuse Treatment : Symptoms Personality and Motivation / S. A. Ball [and other]. — *Addictive Behaviors*. — 2006. — 31. — P. 320—330.
3. Bertini, M. La promozione dello sviluppo personale e sociale nella scuola : il modello «Skills for life» / M. Bertini, P. Braibanti, M. P. Gagliardi. — Milano : Franco Angeli, 2004.

К вопросу о синдроме выгорания: понятие, причины, симптомы, профилактика

(Окончание. Начало в № 4.)

Необходимо помнить, что не существует простых или универсальных решений этой проблемы. Первый шаг в контроле за процессом выгорания — взять ответственность за свое собственное переживание стресса и потом обязать себя измениться. Прежде всего необходимо научиться устанавливать или переустанавливать приоритеты и думать об изменении образа жизни, внося перемены в нашу повседневную рутину. Например, можно начать так: снова выработать в себе установку на то, что наша работа может и должна доставлять удовольствие, развивать наши личные ресурсы, чтобы поддерживать нас на рабочем месте. Постоянное профессиональное совершенствование может служить одним из важных аспектов стратегии борьбы против выгорания, возникающего в процессе профессиональной деятельнос-

**Валентина
Валентиновна
СОЛОДУХО,**
заместитель декана факультета
психологии БГПУ им. М. Танка

ти. Если человек не проявляет инициативу в разработке своей собственной стратегии в отношении выгорания, может так случиться, что никто другой этого не сделает и ничего не изменится [12].

Чтобы повысить качество оказываемой со- трудникам помощи, необходимо в первую оче- редь уделить внимание подбору и подготовке руководителей учреждений, которые бы обла- дали достаточной компетентностью, вызвали доверие у работников организации и которые все-таки обратили бы внимание на психологи- ческое состояние своих сотрудников.

Если взять под контроль стрессовую си- туацию и свое поведение в сложившейся



Ч и т а й т е

в следующих номерах:

Как научиться доверять людям

Секреты общения родителей с детьми

Трудности в поведении маленького ребенка

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

для индивидуальных
подписчиков — **00973**;
для предприятий
и организаций — **009732**

Подписаться на журнал можно
в любом почтовом отделении
Республики Беларусь.
По вопросам приобретения
номеров обращайтесь в отдел
продаж издательства
по тел. 285-37-44, 233-99-84.

Редактор Г. Я. Ковалева
Стильредактор Т. В. Басалыга
Компьютерная верстка и дизайн
Л. А. Жуковой, С. Д. Чиркова

Подписано в печать 24.05.2013.
Формат 70x100 1/16. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 3,89. Уч.-изд. л. 5,22. Тираж 1210. Заказ 415.

Отпечатано в типографии ОАО «Транстэкс».
ЛП № 02330/0150458 от 25.02.2009.
Ул. Чапаева, 5, 220034, г. Минск.

© Республиканское унитарное предприятие
«Издательство «Пачатковая школа»», 2013

Предупреждаем о защите авторских прав на
размещенные в журнале материалы. Перепечатка
возможна только с разрешения редакции
с обязательной ссылкой на журнал «Диалог».

Адрес редакции:
ул. Бядули, 9, к. 216, 220034, г. Минск. Тел. 294-76-06.
www.pshkola.by; e-mail: dialog_psp@mail.ru