

## СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ МОЛОДЕЖИ Social and psychological problems of youth

**П. Е. Иванюшина**, студент

**И. М. О. Джолиев**, старший преподаватель

Уральский государственный аграрный университет

(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

*Рецензент:* Е. Г. Скворцова, кандидат экономических наук, доцент

### **Аннотация**

В данной статье представлен изученный и обработанный материал, затрагивающий тему важности социально – психологических проблем молодежи. Автором данной статьи раскрыты проблемы в отношениях с родителями и сверстниками, адаптацией. А также низкий уровень самооценки и риски психических заболеваний, депрессий.

**Ключевые слова:** самооценка, проблемы, отношения, психологические заболевания, адаптация, уровни принятия себя.

### **Summary**

This article presents studied and processed material that touches on the topic of the importance of socio-psychological problems of young people. The author of this article reveals problems in relationships with parents and peers, adaptation. As well as low levels of self-esteem and risks of mental illness and depression.

**Keywords:** self-esteem, problems, relationships, psychological illnesses, adaptation, levels of self-acceptance.

**Цель исследования:** выявление особенностей мышления и психики современной молодежи, о протекании психологических процессов и их процессов адаптации.

**Методы исследования:** сбор информации, ее анализ, с помощью проведения психологических тестов, использование учебных пособий по социальной педагогике и психологии.

### **Результаты исследования**

Социально-психологические проблемы молодежи, являются важной, преимущественной задачей для изучения специалистами. Благодаря освещению данной проблемы, подбираются более инновационные пути адаптации, нагрузки нервной системы, для щадящего и «экологичного» пути развития нервной системы. Также новые подходы в общении, отношения педагогов и родителей к молодежи позволяют уменьшить риски психологических заболеваний и снижают количество «умалчивания» межличностных конфликтов, проблем с адаптацией и пониманием себя [1].

Такие способы, вырабатываемые для нового поколения, способствуют выращиванию ментально здорового общества, честных и достойных граждан, способных нести ответственность за свои действия, а также вырастить новое поколение без нанесения моральных травм. Именно с помощью проработанных проблем в юношеском возрасте.

Всеобъемлющие освещение социально – психологических проблем, трудоустройство психологов в учебные заведения. Проведения занятий с помощью психологических тестов, умение выстраивать систему «Тим-билдинга» в коллективе, для его сплочения. Все это, является

основной задачей в воспитании молодежи, их жизни. Квалифицированные специалисты по всей России выпускают для этого, множество пособий, которые меняют свое содержание не постепенно, а экстренно на протяжении каждого года, из-за новых тенденций в поведении подростков и их ментальных проблем на «данный промежуток времени».

Важность этой темы заключается в том, что своевременная психологическая помощь, а также социальная, способствует улучшению здоровья молодежи, их «счастливого» взгляда на мир. А также вырабатывает патриотов, не озлобленных, здоровых граждан РФ [2].

Психологические заболевания включают в себя: тревожность, раздражительность, снижение аппетита, неустойчивые настроения, апатию, бессонницу, паранойю и т.д. Не смотря на перечисленные симптомы, в которые также входят проблемы с социализацией и адаптацией. Главное – своевременное выявление проблемы у подопечного. Обращение к специалистам, работа с коллективно, а также сильное желание подростка помочь самому себе.

Если первоначальной целью является самопомощь, то с помощью грамотных педагогов и врачей, можно следовать назначенному курсу лечения и прохождения психологических практик. Но главным решением является усиленная работа над собой, разработка стимулов в жизни, целей [3].

Также у молодежи возникают проблемы с адаптацией в новых коллективах из-за половых, расовых признаков, наличие эйджизма. В таком случае устраиваются групповые консультации с группой и беседы с родителями.

Ведь общение со сверстниками является основополагающим звеном в формировании их самооценки, восприятия окружающего мира, отношения к родителям и близким людям, а также на их навык общения.

Чтобы сформировать грамотную позицию поведения ребенка в обществе, в том числе и в компании сверстников, следует проводить беседы, как вести себя с ними. Нельзя критиковать ребенка при друзьях и знакомых, чтобы не вызывать «буллинга» и насмешек в сторону чада. Приветствуется поощрение малыша в групповых играх.

В более старшем возрасте не следует пытаться «решить» проблемы детей, если они не выходят за рамки морали. Подросток сам должен научиться давать отпор, отстаивать свое мнение. Родители, которые переживают, обращаются к педагогам и персонам выше. После такого диалога возникает наказание обидчикам, в следствие этого, их негативные эмоции отражаются на «жертве».

Что в последующее, довольно продолжительное время, над ребенком буду язвительно подшучивать, не доверять, либо пытаться сделать изгоем. Такое давление со стороны одноклассников вызовет тяжелые последствия, в виде моральных травм или потрясений, поспособствует снижению самооценки и доверию к родителям. Проблемы с доверием, особенно, появятся в том случае, если ребенок не просил помощи родителя [4].

Особенно важно научить подростка грамотно презентовать себя, не обращать внимание на забияк и их насмешки, спокойно реагировать на такие выступления, с понимаем, для чего это делает агрессор. Ребенок не должен заострять внимание на таких людях, обижаться на них. Четко сформулировать план действий и заранее подготовить свое чадо. В частности, с помощью проецирования ситуация, разговорами о типах личности сверстников и моделей их поведения в разные возрастные промежутки.

Важно поощрять новые знакомства, встречи, не вмешиваться в межличностные отношения. Подросток должен сам учиться на своих ошибках. Находить выход из ситуаций разного типа, здраво оценивать ситуацию и реагировать на нее соответствующе.

Данная информация поможет избежать социально-психологических проблем у молодежи, создать хорошую среду общения, которая благоприятно влияет на социализацию и самовосприятие в обществе.

Главное, чтобы это хорошо «спонсировалось» родителями, в основе поездки в клубы по интересам, предложениями о вступлении в секции. Именно в те места, где собираются сверстники отдельно от учебных заведений и чувствуют себя открыто. Если этого не произойдет, то могут возникнуть конфликты с семьей на основе непонимания интересов и желаний своего ребенка.

Одной из проблем выделяют проблемы отношений с родителями: они происходят из-за разных возрастных периодов ребенка. Возникают проблемы в отношениях поколений, больше разницей в возрасте, различие приоритетов и моральных ценностей.

Типы взаимоотношений между родителями и детьми

- Гиперопека – защита ребенка родителями от всего, принятие решений за него, ребенок – беззащитное и несамостоятельное существо; дети вырастают эгоистичными, безинициативными, инфантильными.

- Невмешательство – противоположный тип, когда родителям нет дела не только до психоэмоциональных потребностей детей, но иногда даже до естественных нужд (питание, защита и пр.); такие дети вырастают самостоятельными и черствыми (не проявляют эмоций).

- Диктат – подавлениями родителями чувства собственного достоинства у ребенка и какой-либо инициативы, недовольство им, злость и раздражение в его адрес.

- Непонимание – проявляется со стороны детей, чаще в подростковом возрасте, когда формируется система ценностей и многие вещи ставятся под сомнение.

- Проблема поколений – консервативные взгляды старшего поколения на молодежь, несогласие с ее культурой, ценностями, образом жизни; классическая проблема в отношениях родителей и детей [5].

Перечисленные пункты влияют на отношения «отцов и детей».

Также затрагивают еще одну тему – «проблема с самооценкой». Ведь неграмотное выстраивание отношений влияет на уверенность, самостоятельность, уровень ощущения себя в обществе, который приводит к низкому уровню сепарации от родителей и в будущем слабого взрослого, не с умеющего достичь желаемого успеха.

Особенностью многих ментальных проблем является наследственность на генетическом уровне, влияние которой будет заметно проявляться с прохождением ребенка эмоциональных уровней взросления. В следствии этого рекомендуется выявить среди своих родственников тех, кто имел тяжелые психические отклонения: депрессия, шизофрения, расстройства личности разных типов, шизотипичные расстройства личности, ПРЛ, обсессивно-компульсивные расстройства и т.д. Чтобы быть уверенны, есть ли вероятность передачи по генам, для готовности вовремя оказать своему ребенку помощи. Также снижать риски развития приступов или обострения данных заболеваний.

Лучшие упражнения для поддержания психики молодежи, а также снижения риска проблем с социализацией:

1. Регулярное физическое упражнение — это может быть занятие спортом, прогулки на свежем воздухе или йога, а также кардионагрузки.

2. Медитация и глубокое дыхание — эти техники могут помочь снять стресс и улучшить концентрацию внимания, уделения времени себе, восстановление внутренней гармонии.

3. Изучение новых навыков — это может быть занятия искусством по «видеоурокам», способствует самовыражению, лучшему пониманию себя, занятия музыкой.

4. Общение с друзьями и семьей – это может помочь молодежи чувствовать себя более связанными и поддерживать здоровые отношения.

5. Участие в общественных мероприятиях – это может быть что-то такое, как участие в благотворительных акциях или волонтерство.

6. Изучение новых технологий – это может помочь молодежи быть более информированными, овладения видео и фотомонтажом, обработка музыки, написание статей для публикации.

7. Развитие креативности – это может быть овладение навыком фотографа, развитие искаженного видения (смотреть вглубь)

8. Посещение психолога – это может помочь молодежи получить профессиональную помощь в решении проблем с социализацией или психическим здоровьем.

На сегодняшний день социально психологические проблемы молодежи – это основополагающее направление для преподавателей и родителей в воспитании нового поколения. По этой причине для того, чтобы улучшить ситуацию, качество предоставляемых знаний и опыта следует вводить современные технологии педагогики и социальной педагогики, курсов психологии. Повышение масштаба данной деятельности в учебных организациях, вовлечение большего количества специалистов с «новыми» взглядами, методическими трудами способствует улучшению ситуации и искоренит данный вопрос для большинства подростков.

### **Библиографический список**

1. Социально-психологические проблемы современной молодёжи и пути их решения [Электронный ресурс]. Режим доступа: [https://kopilkaurokov.ru/ekonomika/prochee/sotsial\\_no\\_psihologhichieskiie\\_problimy\\_sovriemiennoi\\_molodiozhi\\_i\\_puti\\_ikh\\_ri](https://kopilkaurokov.ru/ekonomika/prochee/sotsial_no_psihologhichieskiie_problimy_sovriemiennoi_molodiozhi_i_puti_ikh_ri).

2. *Миронова Г. Л.* Гармоничное развитие будущего специалиста АПК на занятиях по физическому воспитанию / Г. Л. Миронова, О. П. Неверова, И. М. Джолиев // Интеграция науки и образования в современном мире: сборник материалов международной научно-практической конференции, Екатеринбург, 22–23 мая 2014 года. Екатеринбург: Солярис, 2014. С. 91-94.

3. Использование средств физической культуры в реабилитации организма студентов с ограниченными возможностями / Г. Л. Миронова, Б. М. Сапаров, Н. Л. Тушнолобова, И. М. Джолиев // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях Минсельхоза России: сборник статей Всероссийской научно-практической конференции, Саратов, 10 ноября 2016 года / под общ. ред. О. М. Поповой. Саратов: Центр социальных агроинноваций СГАУ, 2016. С. 168-172.

4. Пять психологических проблем молодежи 21 века- [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.b17.ru/blog/373155/>.

5. Социальные проблемы современной молодежи [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://multiurok.ru/files/sotsialnye-problemy-sovremennoi-molodezhi.html>.