

1. Григорович, Ю. Балет. Энциклопедия / Ю. Григорович. // М. : Советская энциклопедия, 1981. – 623 с.

2. Карчевская, Н. В. Особенности развития антуражного танца на современном этапе / Н. В. Карчевская // Культура Беларусі і сусвет: агульнае і асаблівае: матэрыялы Міжнароднай навуковай канферэнцыі / Беларускі дзяржаўны ўніверсітэт культуры і мастацтваў. – Мінск : 2010. – С. 192 –196.

Друзик А.Е., студент 412 группы
очной формы получения образования
Научный руководитель – Рогачёва О.В.,
кандидат педагогических наук, доцент

ОСОБЕННОСТИ САМОРЕАЛИЗАЦИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Подростковый возраст представляет собой важнейший этап онтогенеза, характеризующийся выраженными морфофункциональными перестройками организма и интенсивными психосоциальными трансформациями. Изучение процессов самореализации в данный период развития позволяет выявить ключевые механизмы формирования идентичности и становления системы самоидентификации личности. В условиях современного социума подростки сталкиваются с комплексом актуальных проблем, среди которых особого внимания заслуживают: влияние цифровых технологий и социальных медиа; групповые динамики в среде сверстников; трансформация семейных взаимоотношений. Системный анализ факторов самореализации позволяет разработать эффективные модели социально-психологической адаптации, способствующие успешной интеграции подростков в общество. Особую

значимость приобретает профессиональное самоопределение в подростковом возрасте, что подтверждается данными исследований в области возрастной психологии. Изучение механизмов реализации интересов и жизненных целей подростков создает научную основу не только для разработки эффективных стратегий карьерного консультирования, но и модернизации образовательных программ, совершенствования системы профориентации.

Отдельного рассмотрения требует проблема психического здоровья подростков. Наблюдаемый в последнее десятилетие рост распространенности аффективных расстройств (депрессивных и тревожных состояний) среди представителей данной возрастной группы актуализирует необходимость изучения корреляционных взаимосвязей между успешностью самореализации и показателями психологического благополучия [1].

Самореализация – неотъемлемая часть человеческой жизни, подразумевающая непрерывное движение к развитию личности, обогащению знаниями и навыками, совершенствованию способностей [2]. Особенно значима самореализация в подростковом возрасте, так как это важный этап в развитии личности, который сопровождается поиском идентичности и стремлением к проявлению своих талантов и интересов. Подростковый возраст, охватывающий период от 11 до 17 лет, является временем значительных изменений как в физиологическом, так и в психологическом плане.

Вопросы личностного роста и самосовершенствования привлекают все большее внимание общества и становятся объектом пристального изучения. Эту проблему изучали Маслоу Д.В., Тарасова Т.В., Щанкина Н.С., Кожевника В.А., Киреева Е.А., Дубовицкая Т.Д. и другие. Н.Б. Крылова оценивает самореализацию как наивысший уровень раскрытия потенциала и эффективной реализации, тем самым каждая личность независимо от уровня интеллекта наделена возможностями максимально реализоваться [3]. В.М. Жуковская считает, что самореализация – это «проявление индивидуального опыта

личности», она возникает при реализации таких процессов, как личностное развитие, самовоспитание, мотивация, познание себя, активное проявление себя в обществе, социализация. Автор также склоняется к мнению, что самореализация – это «высший уровень развития личности»: субъект наделен творческими возможностями, является творцом общественного прогресса, обладает критическим мышлением [4]. В нынешних условиях проводятся многочисленные изыскания, нацеленные на осмысление механизмов саморазвития и определения индивидуального жизненного предназначения, что призвано содействовать более эффективному управлению собственной жизнью.

Огромное влияние имеют именно психологические аспекты самореализации подростков. Одним из центральных процессов в подростковом возрасте является поиск идентичности. В это время подростки активно исследуют различные аспекты личности, такие как ценности, взгляды, интересы и социальные роли, что позволяет им постепенно определять свое место в мире. Это включает в себя эксперименты с внешним обликом, социальными статусами и увлечениями, что в свою очередь способствует формированию их уникального «я». Именно благодаря такому взаимодействию с окружающим миром подростки начинают осознавать себя и черты, которые играют решающую роль в их будущей социальной и профессиональной жизни. Исследования показывают, что успешный поиск идентичности может привести к повышенной самооценке и психическому благополучию, тогда как затруднения в этом процессе могут обеспечить развитие кризисных явлений и низкую самооценку.

Подростки, как правило, более эмоционально восприимчивы и подвержены влиянию окружающих. Это может как способствовать, так и препятствовать самореализации. Эмоциональная восприимчивость способствует развитию эмпатии, социальной компетентности и творческих способностей, что, в свою очередь, может усилить желание подростка реализовать свои интересы и цели. Однако высокая эмоциональная чувствительность также увеличивает риск

возникновения негативных переживаний, например, неудач или низкой самооценки, что может стать проблемой на пути к успешной самореализации. Важно отметить, что поддержка со стороны родителей, сверстников и работников учебных заведений может способствовать развитию у подростков навыков эмоциональной регуляции, что значительно повышает их способности к самореализации и адаптации в обществе.

Семья же играет ключевую роль в процессе самореализации подростка. Поддержка, любовь и понимание со стороны родителей могут стать мощными факторами в стремлении подростка к достижениям. Однако, чрезмерный контроль или критика могут привести к заниженной самооценке и неуверенности в себе.

Сверстники становятся каналом для обмена опытом и эмоциональной поддержки, что особенно важно в период психосоциального кризиса, характерного для подросткового возраста. Качественное взаимодействие со сверстниками может создать пространство для самовыражения и экспериментов с идентичностью, что позитивно неизбежно происходит в процессе самореализации, вследствие чего подростки ведут себя более уверенно и раскрепощенно. Кроме того, любительские объединения, которые изначально предполагают самовыражение участников и взаимодействие со сверстниками, также предоставляют им уникальные возможности для развития своих увлечений, навыков и социальной идентичности. Во-первых, участие в таких объединениях позволяет подросткам быть задействованными в различных видах деятельности, будь то художественные кружки, спортивные секции, театральные студии или научные клубы. Во-вторых, любительские объединения создают поддерживающее сообщество, где подростки могут находить единомышленников и находить поддержку в своих начинаниях. Это взаимодействие со сверстниками способствует формированию социальных навыков, таких как командная работа, коммуникация и конфликтное

разрешение, что является фактором их общего развития и уверенности в себе. Участие в таких объединениях дает подросткам возможность реализовывать свои идеи и проекты, что учитывает их чувство ответственности и самодостаточности.

Образование является одним из основных способов самореализации. Поддержка образовательных инициатив и развитие критического мышления у подростков могут помочь им самостоятельно исследовать свои интересы и достигать успеха. Однако, как мы уже говорили, важно, чтобы взрослые – родители, учителя и наставники – оказывали поддержку подросткам в их стремлениях. Это может проявляться как в эмоциональной поддержке, так и в создании возможностей для развития личных интересов и талантов.

Самореализация в подростковом возрасте – сложный, многофакторный процесс, зависящий от взаимодействия внутренних (личностных) и внешних (социальных) условий. Факторами ее успешного протекания можно назвать: создание поддерживающей среды в семье и школе, развитие навыков саморегуляции и целеполагания, минимизацию негативного влияния цифровых технологий. Перспективы дальнейших исследований связаны с изучением влияния новых медиа на самореализацию и разработкой цифровых инструментов психолого-педагогической поддержки подростков.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Киреева, Е. А. Методика исследования особенностей самоутверждения в подростковом возрасте / Е. А. Киреева, Т. Д. Дубовицкая // Экспериментальная психология. – 2011. – Т. 4, № 2. – С. 115–124.
2. Белов, М. А. Саморазвитие личности в подростковом возрасте / М. А. Белов, А. В. Белова // Юный ученый. – 2024. – № 1 (75). – С. 132-134.

3. Крылова, Н. Б. Социокультурный контекст образования / Н. Б. Крылова // Новые ценности образования: содержание гуманистического образования. – М, 1995. – Вып. 2. – С. 67-102.

4. Жураковская, В. М. Технологии самореализации личности учащегося / В. М. Жураковская // Мир науки, культуры, образования. – 2009. – № 1 (13). – С. 226-231.

Дудинская А.Г., студент 108А группы
очной формы получения образования
Научный руководитель – Песецкая Т.И.,
кандидат физико-математических наук

ФЕНОМЕН ЗОЛОТОГО СЕЧЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ПРАКТИК

Золотое сечение, обозначаемое греческой буквой ϕ (фи) и приблизительно равное 1.618, на протяжении веков привлекало внимание не только математиков и ученых, а также художников и архитекторов [1]. Эта иррациональная пропорция, также известная как «божественная пропорция», встречается в самых неожиданных местах: от спирального расположения семян в подсолнухе до структуры галактик. В искусстве золотое сечение часто рассматривается как инструмент для создания гармоничных и эстетически привлекательных композиций.

Целью нашей работы является исследовать, как феномен золотого сечения влияет на формирование художественных практик. Мы рассмотрим исторические и современные примеры использования золотого сечения в двух видах искусства: архитектуре и живописи.