

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ МОЛОДЕЖИ: АСПЕКТЫ МОТИВАЦИИ И ФАКТОРЫ ВЫГОРАНИЯ

Г. Г. Григорян

*Южный федеральный университет, ул. Большая Садовая, 105, 344006,
г. Ростов-на-Дону, Россия, Armenia@inbox.ru*

Статья посвящена исследованию молодежи в рамках формирования и развития категории «молодежь» в отечественной науке. В статье рассматриваются основные социально-психологические особенности молодежи, как отдельной демографической группы. Исследования проблем социализации молодежи, а также аспекты мотивации молодого поколения к действиям как основополагающей части возникновения новых трудовых и социальных ресурсов. В рамках данной статьи будут рассмотрены факторы выгорания молодежи, предшествующие им причинно-следственные связи, возникающие при взаимодействии молодого поколения с обществом, и друг другом.

Ключевые слова: молодежь; социально-психологические особенности; факторы выгорания; мотивация; молодое поколение; трудовые ресурсы; производственные силы.

SOCIAL PSYCHOLOGY OF YOUTH: ASPECTS OF MOTIVATION AND BURNOUT FACTORS

G. G. Grigoryan

*Southern Federal University, 105 Bolshaya Sadovaya St., 344006,
Rostov-on-Don, Russia, Armenia@inbox.ru*

The article is devoted to the study of youth in the framework of the formation and development of the category «youth» in Russian science. The article examines the main socio-psychological characteristics of youth as a separate group. Research on the problems of youth socialization, as well as aspects of the motivation of the younger generation to act as a fundamental part of the emergence of new labor and social resources. This article will consider the factors of youth burnout, their antecedent causal relationships that arise when the younger generation interacts with society and each other.

Keywords: youth; socio-psychological characteristics; burnout factors; motivation; the younger generation; labor resources; production forces.

В современном научном пространстве, молодежь как отдельная социальная группа привлекает к себе особое внимание исследователей в области социологии и психологии.

Являясь обширной социально-демографической группой, молодежь занимает особое место в организации всех государственных, социальных и экономических процессах, происходящих в стране. Исходя из этого проблематика развития молодежи, процессы ее адаптации к нормам общества, является предметом изучения философских, психологических и социологических наук.

Определение молодежи в широком ее понимании основывается на представлении ее как общественной группы, которой отведено определенное положение в обществе, исходя из особенностей социально-возрастного характера. Первым исследователем, выделившим «молодежь» в отдельную социальную группу, является советский и российский социолог – Владимир Тимофеевич Лисовский. Согласно его определению, молодежь – это поколение людей, которое проходит социализацию, усваивает социальные нормы и базовые основы взаимодействия в обществе, в зависимости от конкретных исторических условий возрастные критерии молодежи могут колебаться от 16 до 30 лет [1, с. 7-25].

Другое определение, которое легло в основу современного понимания молодежи, было дано советским психологом и социологом Игорем Семеновичем Коном. В рамках его исследований, под категорией «молодежь» определяется социально-демографическая группа, выделяемая исходя из возрастных характеристик и особенностей социального положения в обществе, а также обладающая определенными, присущими только ей социально-психологическими свойствами [2, с. 650-667].

Молодость как отдельный этап жизненного цикла биологически универсальна, но возрастные рамки молодежи и социально-психологическое состояние молодежи зависит от общественного строя и культуры, в которой происходит социализации молодежи.

Молодёжь обладает своими социально-психологическими особенностями [3, с. 48-49].

Во-первых, молодому поколению присуща противоречивость в определении собственного «Я» и отношения к миру. Представители молодого поколения не всегда имеют стабильное отношение к объектам окружающей среде, людям и даже к себе. Это обосновывается прохождением этапов социализации и формированием собственных индивидуальных характеристик.

Во-вторых, молодежь стремится выделиться среди представителей своей социально-демографической группы. Стремление выделиться происходит двумя путями: стремление создать что-то новое, достичь высот, которые не характерны для его сверстников. Второй способ: присоединение к молодежным субкультурам и проявление маргинального поведения.

В-третьих, молодое поколение обладает неустойчивой психикой, которая чаще всего и приводит молодежь к действиям деструктивного характера или является причиной нанесения себе морального и физического вреда. Неустойчивость психики также оказывает влияние на восприятие молодежью норм общества и является серьезной проблемой, мешающей эффективной социализации.

Так как молодежи, благодаря своим социально-психологическим особенностям выступает также и основной частью трудового и производственного ресурсов страны, то особое внимание уделяется изучению аспектов мотивации молодежи во избежание выгорания.

Несмотря на то, что молодежь не до конца сформировалась как субъект трудовой деятельности, она имеет высокий уровень мобильности, способна к смене трудовых функций, и имеет большие возможности профессионального роста. Но вместе с тем, существуют противоречия в ценностно-мотивационной системе, из-за установок материалистического и постматериалистического характера.

Так, согласно социологическим исследованиям, проведенным в 2024 году, в иерархии мотивационных ценностей молодежи первое место отводится уровню оплаты труда, второе место – возможностям самореализации и личного развития, третье – наличию возможностей карьерного роста и профессионального развития, а четвертое место наличию возможности применять творческий подход в своей сфере деятельности [4].

Представленная иерархия демонстрирует, что, несмотря на особенности ценностно-мотивационного характера молодежи, основной мотивацией все же выступает материальное поощрение. О наличии постматериалистических установок в рамках данной структуры свидетельствует наличие таких аспектов как возможность самореализации и проявления себя, а также поиск проявления своих творческих возможностей. Здесь также отражается и гипотеза о высокой мобильности молодого поколения, так как молодежь делает упор на постоянной смене сферы деятельности.

Вызванные противоречия являются серьезной проблемой при адаптации молодого поколения к условиям труда. С одной стороны, молодежь ищет стабильность и осознанно стремится построить собственную жизнь, с другой, наличие такой социально-психологической характеристики как неустойчивая психика приводит к потере интереса к своей деятельности и выгоранию.

Выгорание представляет собой процесс потери интереса человека к виду его деятельности, к жизни и к окружающим людям. Данный термин был введен американским психологом Гербертом Фрейденбергером в 1970-х годах по итогам исследования сотрудников психиатрической

больницы. Выгорание сопровождалось нарушением сна, появлением апатии, снижением работоспособности и потерей интереса к работе [5, с. 45-47].

Выгорание у молодежи не отличается с типичными характерными признаками, однако проявляется более ярко. В основе проявления синдрома выгорания у молодого поколения лежит комплекс психосоциальных факторов, которые связаны с профессиональную и учебную деятельность, а также с возникновением стрессовых ситуаций и отсутствием постоянной поддержки.

Современное общество требует от молодежи осознанности и более быстрого подхода к принятию важных жизненных решений, что усложняет процесс адаптации молодого поколения к новым стандартам общественной жизни и выбивают желания что-либо делать без наличия корыстных помыслов и высоких результатов.

Выгорание сопровождается наличием четырех стадий [6, с. 190-195]:

1. Первая стадия связана с восприятием своей деятельности через «идеализацию». Возникает ощущение несоответствия своих возможностей с выдвигаемыми требованиями, что влечет формирование синдрома самозванца;

2. На второй стадии у человека происходит психическое и эмоциональное истощение, связанное с постоянным стремлением превзойти себя и других;

3. Третья стадия сопровождается проявлением дегуманизации, возникающей как средство борьбы со стрессом;

4. На четвертой стадии у человека проявляется отвращение к окружающему миру и себе, отсутствие желания что-либо делать.

Четыре стадии выгорания имеют разные периоды протекания, в соответствии с уровнем эмоционального и психологического состояния.

В рамках профилактики выгорания, психологи выделяют рекомендации, которые необходимо включить в свою жизнь во избежание данного синдрома [7, с. 49-494].

Во-первых, следует разграничить личную жизнь и профессиональное развитие. Несмотря на постоянную загруженность, свободное время следует посвящать своему развитию или отдыху.

Во-вторых, во избежание выгорания нужно вводить активные способы борьбы со стрессом, основу которых составляют физические нагрузки. Спорт позволяет выплеснуть эмоции и освободить голову от рабочих процессов.

В-третьих, особую роль в профилактики синдрома выгорания играет соблюдение режима сна. Сон является первостепенной основой функци-

онирования организма, обеспечения стабильного психологического состояния.

Выгорание молодого поколения является острой проблемой, требующей комплексного подхода. Особенности социально-психологического состояния молодежи демонстрируют, что молодое поколение более подвержено наступлению данного синдрома из-за нестабильного психического состояния, постоянного стремления выделиться, а также наличия собственных ожиданий и стремлений, которые не всегда являются объективными и зависят только от личных достижений. Во избежание наступления синдрома выгорания внедряется система мотивации молодежи, что позволяет снизить риски и повысить эффективность работы.

Библиографические ссылки

1. *Лисовский В. Т.* Эскиз к портрету: жизненные планы, интересы, стремления советской молодежи: по материалам социологических исследований. Москва, 1969. С. 140.
2. *Тумаркин Д. Д.* Игорь Семенович Кон (1928-2011) // Антропологический форум. 2011. С. 650-667.
3. *Волосков И. В., Валлис И.* Молодежь 2024: система ценностей и жизненные ориентиры // Академическое изд-во «Научная артель», Москва, 2024. № 8. С. 48-49.
4. Официальный сайт Всероссийского центра исследования общественного мнения [Электронный ресурс] // Увлечения и ценности молодежи 2024. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/cennosti-molodezhi> (дата обращения: 05.03.2025).
5. *Баксанский О. Е., Сафоницева О. Г.* Синдром эмоционального выгорания. взгляд психолога и невролога (обзор литературы) // Вестник новых медицинских технологий, Москва, 2021. С. 45-47.
6. *Князев, В. Н., Ремизова, К. А.* Современное состояние проблемы эмоционального выгорания в психологической науке [Электронный ресурс] // Вестник университета. 2017. №6. С. 190-195. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennoe-sostoyanie-problemy-emotsionalnogo-vygoraniya-v-psihiologicheskoy-nauke> (дата обращения: 05.03.2025).
7. *Степанов Д. А.* Эмоциональное выгорание и способы борьбы с ним // Молодой ученый. Москва, 2024. № 3 (502). С. 490-494.