**ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ИСТОЧНИК ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКОВ С МИРОМ**

Становление личности современного подростка происходит во взаимодействии со сложным, стремительно меняющимся миром, наполненным огромным числом возможностей и вызовов.

Одной из продуктивных форм психологической работы, обеспечивающих преодоление проблем адаптации и развития, достижение устойчивых позитивных изменений, способствующей самореализации личности, является организация исследовательской деятельности старшеклассников. По механизмам влияния исследовательская деятельность приближается к терапии творческим самовыражением М.Е. Бурно.

В течение целого ряда лет мы используем данную форму в работе со старшеклассниками, переживающими трудности в различных сферах: межличностных отношениях со сверстниками и взрослыми, самовыражении и профессиональном самоопределении, творчестве и учебной деятельности. На наш взгляд, исследовательская работа позволяет развивать важное умение превращать проблему в интересную, развивающую задачу.

Первоначальный запрос будущих исследователей в 80% случаев формулировался как личностная проблема. Предложение заняться исследованием данной проблемы позволяло построить с подростком диалог, направленный на понимание причин и способов преодоления сложных жизненных ситуаций и состояний.

В тематике исследовательских работ нашли отражение вопросы, актуальные для учащихся: как преодолеть негативное влияние информационного пространства на детей и подростков, как справляться с повышенной тревожностью, какими способами можно повысить устойчивость к стрессу и другие. Учащимися реализованы исследовательские проекты: «Особенности копинг-стратегий и иррациональных установок у подростков, вовлеченных в интернет субкультуру «Анорексия», «Эмпирическое исследование особенностей метакогнитивных убеждений у подростков с разным уровнем фрустрации, агрессии и тревожности», «Идеи В. Франкла как основа развития жизнестойкости современных подростков», «Фриланс как стиль жизни», «Развитие личной эффективности через освоение продуктивных копинг-стратегий» и другие.

В ходе исследовательской работы старшеклассники приобретают многообразный опыт, способствующий переходу старшеклассника из пассивно-страдательной в активно-действенную, субъектную позицию по отношению к проблеме и собственной жизни в целом.

Опыт децентрации: в процессе исследования старшеклассники решают разнообразные задачи во взаимодействии с другими людьми, получают возможность видеть различные мнения и оценки относительно ситуаций, которые их волнуют, что способствует формированию когнитивно-сложной картины мира и дает возможность посмотреть на ситуацию «глазами других людей».

Опыт коммуникации: исследователь контактирует с большим числом людей, что приводит к обогащению представлений о других людях, о стратегиях поведения людей в разных ситуациях, расширению поведенческого репертуара.

По мнению старшеклассников и их родителей, важным является опыт взаимодействия с разными аудиториями - от сверстников до профессионалов высокого класса. В течение ряда лет мы наблюдаем типичную динамику психологического состояния подростков в ходе публичных выступлений: от состояния высокого эмоционального напряжения и тревоги, которым сопровождается первое выступление, до состояния уверенности и удовольствия от диалога с аудиторией на завершающих этапах работы. Согласно отсроченной обратной связи, полученной от участников исследовательских проектов, спустя 2-4 года после завершения работы над проектами, навыки публичного выступления оставались устойчивыми и в значительной мере способствовали успешной самореализации в студенческой и профессиональной среде.

Опыт участия в областных, всероссийских, межрегиональных научно-практических конференциях и олимпиадах открывает возможность встречи и личных контактов с людьми, достигшими высоких уровней профессиональной и личностной самореализации. Открытость и готовность к диалогу, профессиональная компетентность, высокий уровень эрудиции и культуры, увлеченность профессионалов производят глубокое впечатление на старшеклассников, запускают механизмы присвоения ценностей и моделей поведения, присущих самоактуализирующейся личности.

Опыт успешного завершения большого дела, на наш взгляд, является чрезвычайно важным для личности. Работа над исследовательским проектом - длительный, кропотливый процесс. Как правило, она ведется в течение 1 – 3 лет, требует от личности настойчивости, ответственности, иногда - преодоления себя. В процессе работы старшеклассники овладевают навыками планирования эксперимента, сбора и анализа психологической информации, методами статистической обработки данных, учатся интерпретировать результаты исследований, готовить презентации и представлять их в аудиториях, различающихся по уровню психологической компетентности.

Без сомнения, серьезное развивающее влияние оказывает чтение психологической литературы и ее обсуждение.

С целью изучения влияния исследовательской деятельности на ценностно-смысловую сферу старшеклассников мы провели анализ изменений смысложизненных ориентаций с помощью методики «Тест смысложизненных ориентаций» (СЖО) Д.А. Леонтьева. Участники работали с тестом дважды: на этапе, предшествующем исследовательской работе и после ее завершения. Полученные результаты представлены в таблице.

Таблица 1. Динамика смысложизненных ориентаций в процессе исследовательской работы (N=14, чел.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Параметры |  до начала  исследовательской  работы |  по окончании исследовательской  работы | Достоверность сдвига (критерий Вилкоксона) |
| Жизненные цели | 31,14 | 39,82 | Р< 0,01 |
| Ориентация на процесс | 32,79 | 38,64 | Р< 0,05 |
| Ориентация на результат | 27,75 | 32,5 | Р< 0,05 |
| Локус контроля «Я» | 22,75 | 33,5 | Р< 0,01 |
| Локус контроля «Жизнь» | 32,82 | 36,5 | Р< 0,05 |

Анализ показывает, что в процессе исследовательской работы наблюдаются статистически достоверные сдвиги по всем параметрам:

- повышается качество процессов целеполагания (осознанность, реалистичность);

- оптимизируется соотношение ориентаций на процесс и результат деятельности;

- усиливаются субъектные характеристики личности: способность управлять собой и ходом собственной жизни.

Выводы: исследовательская деятельность оказывает ощутимое влияние на развитие сферы самосознания и ценностно-смысловой сферы личности старшеклассников, способствует формированию коммуникативной компетентности, повышению уровня саморегуляции поведения и деятельности, профессионально-личностному самоопределению, развитию интернального локуса контроля, что, в конечном итоге, повышает уровень вовлеченности и удовлетворенности старшеклассников в разных системах взаимоотношений с миром.