

Создание оптимально насыщенной воспитательной среды: студенческое самоуправление, творческие коллективы, выставки, демонстрационные галереи, научное студенческое общество, спортивные сессии, музыкальные вечера и т.д.

Обеспечение психолого-педагогическим патронажем общественное студенческое движение, корректное взаимодействие со студенческим самоуправлением;

Формирование личностно-гуманных отношений в диаде «преподаватель – студент», «руководство институтом – студент» и т.д.

Формирование умения студентов принимать решения и быть более ответственными на основе объективной и обоснованной рефлексии сделанного.

Убеждены, комфортная психологическая среда вуза, исключая деструктивные процессы, способствует формированию самоактуализации, самореализации студентов. По мнению Б.З. Вульфо́ва, «Прогрессивная педагогика неизменно стремилась с помощью внешнего побудить внутреннее; очевидно актуален поиск значительной активизации последнего путём непосредственного обращения педагога к внутренним духовно-нравственным структурам личности, только и позволяющим ей быть собой, обладать «самостоянием», личностной определённой, устойчивостью – опорой на общечеловеческие ценности». (Вульфов Б.З. Рефлексия: учить, управляя // Мир образования, 1997, №1, С.64)

*Стрельцова И.П.*

г. Нижний Тагил, Нижнетагильская  
государственная социально-  
педагогическая академия

### **Возрастные особенности представлений о трудных жизненных ситуациях в подростковом и юношеском периоде**

Переживание человеком уверенности в своей способности преодолеть жизненные трудности способствует развитию чувства компетентности и собственной ценности, повышает самооценку человека, его уверенность в собственных силах, в том, что он может контролировать и созидать свой жизненный мир (Е.Е Данилова, М.Тышкова, S.Kobasa). Поэтому развитие способности человека справляться с жизненными трудностями

является одним из важнейших направлений практической психологической работы.

В психологических исследованиях, в связи со сложностью и порой драматичностью обстоятельств современной жизни, наблюдается смещение акцента в сторону изучения проблематики экстремальных ситуаций. Между тем, существенное влияние на формирование жизненной стойкости человека, его способности к совладанию с трудностями, оказывает опыт преодоления типичных, повседневных трудностей, решения повседневных проблем.

Научный интерес к проблеме трудных ситуаций и совладающего поведения в них в последнее время существенно возрос. Активно изучается онтогенетический аспект данной проблемы (Е.Е.Данилова, И.М.Никольская, Р.М.Грановская, Б.Кирш, К.Вагнер, Н.А.Сирота, Н.А.Vosma, I.Seiffge-Krenke и др.). Однако до настоящего времени мало исследований, посвященных изучению трудных ситуаций и стратегий совладающего поведения в подростково-юношеском периоде.

Между тем, особенности этого периода развития, значительное расширение границ жизненной сферы подростков и юношей, предполагает сопряжение с существенными, различными по характеру и содержанию трудными ситуациями и, кроме того, этот возраст характеризуется как период повышенной чувствительности, уязвимости к их повреждающим воздействиям (Н.С.Лейтес, К.Н.Поливанова, Д.Б.Эльконин и др.). Развитие способности преодолевать трудные ситуации особенно важно в этом возрастном периоде в связи с формированием готовности к личностному и жизненному самоопределению (И.В. Дубровина), которая предоставляет возможность преодолеть трудности будущей взрослой жизни.

Наше исследование посвящено изучению содержательной специфики трудных ситуаций в подростковом - юношеском возрасте. В качестве испытуемых мы рассматриваем в подростковом возрасте группу учащихся VIII классов (91 чел.), в раннем юношеском - учащихся X классов (79 чел.) и в собственно юношеском возрасте - студентов III курса института (89 чел.). Использовался метод свободных описаний, результаты обрабатывались методом контент-анализа. В исследовании мы анализируем только статистически достоверные различия при  $p=0,99$ .

Результаты опроса учащихся исследуемого возрастного периода позволили установить, что возникновение трудных ситуаций является реаль-

ным, хорошо осознаваемым фактом их жизни, поскольку 99,4 % всех респондентов смогли назвать какие-либо трудные для себя ситуации. Большинство из них являются типичными и часто встречаются в их повседневной жизни (экстремальные, критические ситуации или ситуации сильного стресса указаны в незначительном количестве).

Выявлено, что характер представлений о трудной ситуации изменяется с возрастом: они становятся более насыщенными признаками, более конкретными и аналитичными. Зафиксирован рост высказываний, в которых в качестве одного из ведущих признаков, характеризующего трудность ситуации, выделяется ее значение для оценки человеком собственных возможностей. («Ситуация, которая требует максимального использования твоих знаний и всех человеческих способностей, которые в тебе есть»). Наиболее значим этот рост на рубеже юношеского возраста (X класс). Здесь же обнаружен «пик» выраженности указаний на трудность и ответственность принятия собственного решения, что указывает на значимость переживаний, связанных со своей способностью справиться с трудной ситуацией.

Представления о содержании трудных ситуаций рассматривались через систему категорий - групп высказываний о сферах жизни, вызывающих наибольшее затруднение (табл. 1). В таблице представлены только общевозрастные данные, так как гендерные различия единичны и не охватывают весь возрастной период.

Таблица 1

Представленность категорий трудных ситуаций в разных возрастах

Категории трудных ситуаций	Возрастные выборки, Индекс значимости		
Трудные ситуации общения	1,00	1,00	1,00
Негативные эмоции, состояния психического напряжения	0,71	0,66	0,94
Трудные ситуации учения	0,89	0,56	0,54
Проблемы будущего, смысла жизни	0,22	0,48	0,72
Ситуации волевого и морального регулирования поведения	0,21	0,65	0,41
Материальное положение	-	0,26	0,20
Проблемы смысла жизни	0,17	0,16	0,35
Витальные ситуации	0,12	0,20	0,17

Анализ данных показывает, что наиболее выраженными и статистически значимыми во всех трех возрастных группах оказались трудные ситуации общения и негативных эмоциональных состояний. В каждой возрастной группе, кроме двух указанных, выделяется еще по одной значимой категории трудных ситуаций. Так, в VIII классе - трудные ситуации учения, причем все три категории существенно отличаются от остальных, очерчивая круг наиболее значимых для подростка проблем. В X классе - категория трудных ситуаций волевого и морального регулирования поведения. В студенческом возрасте третью группу на уровне значимости представляет категория проблем собственного будущего.

С возрастом изменяется содержательная наполняемость категорий.

В категории *«трудные ситуации общения»*, наиболее выраженными во всех трех возрастных группах, оказались проблемы взаимоотношения со сверстниками. Однако, содержательно в высказываниях подростки чаще обозначают проблемы отвержения в группе (60,3 % всех высказываний), десятиклассники и студенты - трудные ситуации индивидуального общения как проблемы эмоциональной привязанности, взаимопомощи и верности. Среди трудных ситуаций общения со взрослыми более выражены проблемы общения с родителями, менее – с учителями, что возможно связано с общим снижением значимости школьных трудностей.

В категории *«сильные отрицательные эмоции и напряженные психические состояния»*, обнаружено интенсивное снижение к X классу количества высказываний о переживании собственного несовершенства («Я не умен, не волевой»). Одновременно значимо увеличивается количество указаний на трудные ситуации самоконтроля и саморегуляция эмоциональных состояний («Справиться с тяжелыми переживаниями», «Уметь держать себя в руках и не терять контроля над ситуацией»). Эти тенденции отражают по существу происходящий в этом возрасте сложный процесс открытия и осознания внутреннего мира собственных переживаний.

Категория *«проблемы собственного будущего»*, раскрываемая преимущественно с точки зрения переживания ответственности за выбор профессионального, определяющего решения в жизни, увеличивается от подросткового к концу юношеского возраста. Максимальная выраженность этих проблем в студенческом возрасте, возможно, имеет социальную обусловленность и характеризует людей, стоящих на пороге реальной профессиональной и социальной самореализации.

Категория «волевое и моральное регулирование поведения» наиболее выражена в X классе. Десятиклассники в 2,7 раза чаще, чем учащиеся других возрастных групп говорят о соответствии собственного поведения автономной, внутренней системе принципов («Трудно не выполнять обещания», «Противостоять давлению толпы»). При этом высказывания старшеклассников эмоционально насыщены, они, в отличие от подростков, чаще ссылаются на личный опыт, строят изложение от первого лица, что может говорить о большей личностной значимости для них подобных трудных ситуаций.

Таким образом, в исследовании выявлено, что возрастная динамика представлений подростков и юношей проявляется в количественном и качественном изменении характера таких ситуаций: от обусловленных преимущественно внешними воздействиями – до ситуаций, имеющих внутренние моральные и ценностные источники трудностей. Эти изменения наиболее интенсивно происходят на рубеже юношеского возраста, что позволяет рассматривать этот возраст как наиболее перспективный для овладения трудными ситуациями с усилением психологического аспекта саморегуляции поведения.