

форме определения или краткого схематичного перечисления необходимой информации. Цель теоретической разминки состоит в закреплении теоретического материала путем оперативного ориентирования в имеющихся записях и печатных источниках. Опыт показывает, что при систематическом проведении теоретической разминки материал курса легко усваивается. Теоретическую разминку можно в конце семестра перед зачетным мероприятием модифицировать по усмотрению преподавателя.

Как уже упоминалось, второй час практического занятия состоит из знакомства с диагностическими методиками (тестами). Цель заключается в том, чтобы психологические портреты, составленные студентами в конце учебного года, можно было сравнить с собственными психологическими портретами, написанными студентами в начале учебных занятий, и выделить характерологические особенности личности, требующие коррекции.

**Э. Ф. Зеер, С. С. Котова**

## **ПСИХОТЕХНОЛОГИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ КРИЗИСОВ НА СТАДИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

*The topic of our investigation is the age and professional crisis of youth. The successful permission crisis depend on: will-powers, realize and accept crisis, faith in myself and myself force, skill fix plans by getting over crisis. Effective appear complex point of view to problem of correction age and professional crisis personality.*

Возрастные профессиональные кризисы являются одной из наиболее лично значимых и недостаточно разработанных проблем психологии и педагогики.

Каждый человек в своей жизни проходит через различные испытания, конфликты и, конечно же, возрастные и профессиональные кризисы. Одни преодолевают их благополучно, а другие проживают их очень тяжело, и это сопровождается негативным эмоциональным состоянием. Кризисные состояния человек испытывает не только при переходе с одной ступеньки развития на другую, но и в профессиональной жизнедеятельности.

Изучение кризисов, знание, владение адекватными способами реагирования, разрешения помогают молодым людям лучше разобраться в себе, ситуации и как можно быстрее преодолеть возрастные и профессиональные кризисы без особого вреда для себя.

Тема возрастных и профессиональных кризисов имеет огромное практическое значение для педагогов и психологов. Они обязательно должны учитывать психологические особенности проявления кризисов в подготовке и проведении воспитательного и образовательного процессов.

Так как различные сочетания кризисов весьма трудно переживаются молодыми людьми и выход может быть деструктивным, то задачей педагогов и психологов является выявление и помощь молодым людям в преодолении и проживании возрастных и профессиональных кризисов. Форма, длительность и острота протекания кризисов могут заметно различаться в зависимости от индивидуально-психологических особенностей человека, социальных и микросоциальных условий, особенностей воспитания в семье и педагогической системы в целом.

Переживание кризиса ведет к перестройке психической структуры личности, изменению социально-профессиональной направленности, порождая психическую напряженность, кризисы стимулируют профессиональное и личностное развитие человека. Преодолевая кризисы, личность, как правило, поднимается на более высокий уровень развития. Одним из выводов исследования является то, что с кризисами необходимо справляться в порядке их наступления, нельзя их пропускать, "откладывать в дальний ящик", иначе они могут проявить себя в любой момент.

Преодоление кризисных явлений требует от личности осознания данного кризиса и психологически компетентного отношения к себе. Не всякая личность может самостоятельно найти конструктивный выход из кризиса. Высокая психическая напряженность, отрицательные эмоции, пассивное отношение к себе, заниженная самооценка часто приводят к деструктивному поведению.

Личность, находящаяся в ситуации кризиса, нуждается в своевременной психологической помощи и поддержке руководителей, друзей, сокурсников. Компетентную помощь могут оказать практические психологи и педагоги.

Действенным средством преодоления кризисов в учебных заведениях являются личностно ориентированные тренинги (тренинги личностного и профессионального роста), семинары по выработке альтернативных сценариев профессионального становления, составление психобиографий и траектории профессионального и индивидуального становления личности, построение жизненного пути, профессионального роста молодых людей.

Педагоги и психологи должны принимать активные действия по оказанию необходимой помощи молодым, переживающим кризис, для предотвращения возможных конфликтных ситуаций и деструктивных выходов.

**Т. А. Иванова, Е. В. Грицкевич**

### **ФОРМИРОВАНИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОСТИ КАК КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА В АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРУППЕ**

*Is today looked through mass Negativism of young generation. It provides manifestation and revaluation of values. The shaping of the person of the person should provide inculcation of peculiar , as civil compulsion.*

*Compulsion – generalized Personal manifestation. It is determined by a dynamic stereotype of the response of the individual on external effect.*

Без особого труда можно увидеть причину глубокого социального раскола в обществе. Имеет место массовый негативизм молодого поколения, который предусматривает проявление нигилизма в социальных отношениях возрастных групп и переоценку ценностей. Требуется пересмотр общих принципов и задач воспитания. Поэтому уже сегодня нужно признать в качестве “законных” среди проблем изучения личности не только проблемы социализации и социальной установки, но и анализ так называемых социально-психологических качеств личности. Качества формируются в процессе совместной деятельности с другими людьми, а также общения с ними, именно в условиях тех реальных социальных групп, в которых функционирует личность.

Формирование личности молодого человека должно предусматривать привитие своеобразного иммунитета, защищающего его от раннего заболевания аномией, в особенности в форме общего негативизма и тем