

аспекте преодоления боязни, страха перед испытанием и формирования чувства уверенности. С этой целью были проведены дополнительные занятия по подготовке к защите выпускной квалификационной работы и несколько индивидуальных бесед. 20.06.2007 г. 18 выпускников из 20 отлично и уверенно выдержали защиту.

Таким образом, своевременная психодиагностика позволила значительно улучшить результаты педагогического труда.

И.С. Рубцова

Экстремальные ситуации в процессе образования

Любое происшествие (ДТП, техногенная катастрофа, вооруженное нападение) является экстремальной ситуацией, стрессом даже для подготовленного человека – охранника, телохранителя, инкассатора и т.д.

Актуальность изучения влияния экстремальных ситуаций на личность обусловлена возрастанием частоты экстремальных ситуаций в жизни всего мирового сообщества и отдельного человека. Проблема устойчивости личности в нестабильном мире становится насущной; исследования социально-психологических детерминант этой устойчивости выступают фактором обеспечения безопасности жизнедеятельности.

В последнее время понятие «экстремальная ситуация» существенно расширило свои рамки, что обусловлено сменой критериальных подходов к классификации ситуаций, переходом от внешнесредовых представлений о ситуации к изучению особенностей ее перцепции и интерпретации

С теоретической точки зрения экстремальная ситуация характеризуется разрывом сознания ее субъекта. В этой связи именно современные теории сознания могут явиться научной базой для обоснования эффективных подходов и схем к описанию психологии таких ситуаций. Конкретные экстремальные ситуации не похожи друг на друга, поэтому выход из ситуации невозможно предугадать с самого начала. Поиск нужного пути лежит в поиске особой «болевого точки», по отношению, к которой может быть простроен процесс

реабилитации. У человека с разрушенным сознанием, не владеющего своим поведением и своими чувствами, всегда есть такая точка. Ее обнаружение и есть показатель мастерства психолога, работающего в области психологии экстремальных ситуаций. Этой точкой может быть установка на любимую вещь, привычную форму поведения, ценность или образ (например, человек возвращается к месту трагедии, к своему прежнему месту жительства и гуляет с собакой, так как он всегда гулял с собакой в этом месте; в данном случае он сохраняет свою установку и способ поведения, выполняя привычные действия в привычном месте). На людей, находящихся в экстремальных условиях, наряду с различными поражающими факторами действуют и психотравмирующие обстоятельства, представляющие собой обычно комплекс сверхсильных раздражителей, вызывающих нарушение психической деятельности в виде так называемых реактивных (психогенных) состояний. Следует подчеркнуть, что психогенное воздействие экстремальных условий складывается не только из прямой, непосредственной угрозы жизни человека, но и опосредованной, связанной с ожиданием ее реализации.

Возможность возникновения и характер психогенных расстройств, их частота, выраженность, динамика зависят от многих факторов: характеристики экстремальной ситуации (ее интенсивности, внезапности возникновения, продолжительности действия); готовности отдельных людей к деятельности в неблагоприятных условиях, определяемой их личностно-типологическими качествами, профессиональной, психологической устойчивостью, волевой и физической закалкой; организованности и согласованности деятельности в экстремальных условиях; поддержки окружающих; наличия наглядных примеров мужественного преодоления трудностей.

У. Тейлор считает, что поведение при экстремальном воздействии организуется из взаимодействия политических, экономических и семейных структур. По мнению А. Бартона, существуют две части социальной системы, влияющей на поведение. Одна из них включает индивидуальные шаблоны адаптивных и неадаптивных реакций; эти дискретные модели индивидуального

поведения вызывают «неформальные» способы коллективного поведения, помогающие выходу из ситуации. Вторая часть – это формальные структуры общества, также способствующие выходу людей из экстремальной ситуации.

К сожалению данной отрасли, уделяется мало внимания и иной раз мы незнаем, как вести себя в той или иной ситуации. Ведь если задуматься, то на самом деле мы попадаем в экстремальные ситуации каждый день. Они бывают в обыденной жизни, а так же и в процессе образования. В наше время очень много учебного материала и иной раз нужно знать очень много. Мы считаем, что на школьников старших классов идет большая нагрузка. Они учатся в школе и выполняют домашние задания и готовятся к выпускным экзаменам. И в то же время они ходят на курсы в вузы, техникумы и т.п. и учатся там и выполняют домашние задания и еще ходят к репетиторам, которые так же на дом дают задания. А так же они (ученики) готовятся к самому (на мой взгляд) важному: сдача вступительных экзаменов. Так же в экстремальной ситуации оказывается студент во время сессии, особенно труднее всего студенту-первокурснику. В течение довольно-таки короткого времени нужно вспомнить все изученное в течение полу года по 8-ми – 10-ти предметам, а так же различные работы: курсовые, рефераты, контрольные работы и т.п. Как вы видите, в наше время люди часто подвержены стрессам, страхам и эмоциональным потрясениям, и рано или поздно это коснется каждого из нас, поэтому мы решили уделить внимание этому вопросу.

Человек постоянно находится под воздействием множества стрессогенных факторов. Одним из них является ситуация оценки, которую часто переживают студенты во время сдачи экзаменов.

Нами было проведено эмпирическое исследование для определения уровня тревожности и депрессии у 27 студентов заочного отделения во время сессии. Выявилось, что реактивная тревожность (характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью) у большинства умеренная (40%), низкая у 30%, а высокая у 30%. Личностная тревожность (характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как

угрожающие) у большинства умеренная 52%, низкая у 11%, высокая у 37%. У большинства нет депрессии (96%) и у 4% легкая депрессия ситуативного или невротического генеза. Таким образом, мы можем утверждать, что экзамен для трети студентов выступает как значимая и экстремальная ситуация, в которой повышается уровень ситуативной тревоги, для некоторых данная проверка знаний - серьезнейший стресс, что подтверждается обнаруженной депрессией. Существует вероятность, что эта группа людей будет не всегда адекватно реагировать на вопросы экзаменатора и возможно продемонстрирует более низкие результаты из-за сильного волнения, а так же неуверенности в своих силах.

Совершенно очевидно, что психологическая работа в экстремальных ситуациях в современных условиях – это сложный комплекс деятельности разнопрофильных специалистов, включающий различные техники и технологии работы с людьми, оказавшимися в обстоятельствах, которые не поддаются пониманию и контролю; В настоящее время проблема заключается в том, чтобы не только накапливать новые и новые данные о своеобразии экстренных ситуаций, но и определить особенности психологии экстремальных ситуаций, во-первых, рассматривая эти особенности с точки зрения научного их обоснования, во-вторых, разрабатывая систему практических действий, адекватных каждой конкретной ситуации.

Е.А. Серебrenникова
г. Екатеринбург

Взаимосвязь смысложизненных ориентаций и духовного кризиса

В настоящее время проблема смысла очень актуальна, что связывается с теми огромными изменениями, которые произошли в обществе и которые поставили перед человеком сложнейшие вопросы самоопределения, самооценки в новой исторической действительности. Современный мир противоречив, сложен и быстро меняется. В таких условиях молодежи трудно определить свой смысл жизни, свои ценностные ориентации. Вследствие этой