

**Евдокимов Иван Михайлович**

канд. пед. наук, доцент

ФГБУ ВО «Санкт-Петербургская государственная  
консерватория им. Н.А. Римского-Корсакова»

г. Санкт-Петербург

**Бушмарев Вадим Викторович**

преподаватель

ФГКВБОУ ВО «Военная орденов Жукова и Ленина  
Краснознаменная академия связи им. Маршала Советского Союза  
С.М. Буденного» Министерства обороны Российской Федерации

г. Санкт-Петербург

## **ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ КАК ВЗАИМОВЛИЯНИЕ КРИЗИСОВ СИТУАЦИИ И РАЗВИТИЯ**

*Аннотация:* в современной психологии существует понятие кризисов периодов, оказывающих наиболее сильное влияние на дальнейшее развитие личности. Речь идет об узловых пунктах в жизни человека, когда происходит выбор дальнейшего пути развития, который может быть как оптимальным, так и негативным для личности. Дальнейшая разработка теории кризисов привела к разделению понятия кризисного явления на кризисы развития и кризисы ситуации. Считается, что наиболее опасным оказывается наложение кризиса ситуации на кризис развития. Несмотря на логическую стройность отечественной концепции возрастных кризисов, она проработана только до подросткового возраста. Возрастные кризисы юношеского периода практически не исследованы ни с точки зрения особенностей проявления, ни в плане их возможных исходов.

*Ключевые слова:* обучение, кризис ситуации, личность, психологическая мощь.

Современные исследования системы высшего образования убедительно обосновывают специфику обучения в вузе, выступающую в качестве условия

возникновения и переживания кризиса идентичности. Несмотря на логическую стройность отечественной концепции возрастных кризисов, она проработана только до подросткового возраста. Возрастные кризисы юношеского периода практически не исследованы ни с точки зрения особенностей проявления, ни в плане их возможных исходов.

Юношеский период оказывается наиболее сложным для человека, так как получение достаточной социальной поддержки является проблематичным. В это время происходит психологическое, а часто и «физическое» отделение от родителей. Такой период связан с налаживанием контактов в новых для юношей и девушек коллективах. Поэтому необходимость социальной профилактической работы в плане развития важнейших физических качеств юношей и девушек в этот период возрастает. Переживание юношеского возраста как кризисного особенно характерно для обучаемых в силу ряда специфических черт, которыми они отличаются как социальная группа. Студенты вузов представляются особым контингентом: в плане уязвимости нервно-психического здоровья. Это вызвано совпадением или наложением друг на друга в этот период двух типов стрессовых воздействий: связанных с особенностями и проблемами юношеского возраста и определяемых условиями жизни и социального положения.

В отечественной психологии границы юности или периода взросления определяются от 16–17 до 20–25 лет. Нечеткость возрастных границ связана с тем, что переход к взрослости подразумевает не только физическое созревание, но и интеллектуальную зрелость, что предполагает овладение определенной системой знаний, норм и навыков, которые могут быть очерчены весьма приблизительно. В настоящее время кризисность юношеского возраста связывается с переживаниями по поводу происходящих соматических, психологических, социальных изменений, с необходимостью адаптации к ним, совладения с ними [3]. В зависимости от того, на какую из составляющих делается акцент, различаются и подходы к пониманию проблем юности. Подход, рассматривающий психологические изменения в юношеском периоде как производные от процессов биологического созревания, может быть назван *биогенетическим*. Он указывает на

то, что изменения в теле и его функционировании, воспринимаемые молодым человеком, очень сильно влияют на его отношение к себе. Психоаналитические и психофрейдистские концепции обращают внимание на внутреннюю сложность переживаний и поведения в юности, а также на то, что смысл как переживаний, так и поведения может быть недоступен осуществляющей их личности. Это делает необходимой квалифицированную психологическую помощь молодому человеку. Усложнение мыслительных действий оказывает важное влияние на все стороны жизни, включая эмоции. В этом возрасте окончательно формируется личность, строится программа жизни. Испытывая препятствия со стороны общества и оставаясь зависимым от него, молодые люди постоянно социализируются. И только начало профессиональной деятельности способствует преодолению кризиса адаптации и указывает на окончательный переход к взрослому состоянию. Из этого положения вытекает вывод о том, что студенты, мало сталкиваясь с профессиональными проблемами в течение периода обучения находятся в «кризисе адаптации».

Адаптивных возможностей личности может не хватать в тех случаях, когда возрастные кризисы усугубляются кризисными ситуациями. Такое положение особенно характерно для студентов. Попадая в возрастную категорию юности, они переживают все трудности, присущие этому периоду при особенностях жизни и труда, которые могут быть отнесены к кризисным ситуациям [4].

Необходимость профессиональной адаптации обучаемых в вузе связана с тем, что темы обучения в высшей и средней школе сильно различаются. Выработка в этом периоде индивидуального стиля деятельности осложняется неравномерностью когнитивных функций [5].

Безусловно, длительность адаптации в целом варьирует в отношении каждой конкретной личности и, в основном, протекает на 1-м курсе, но, как правило, обучаемые вполне осваиваются только к 3-му. Однако это не означает, что к старшему курсу студенты перестают иметь дело с «кризисами ситуаций». К факторам, действующим в течение всего периода обучения, относятся напряжен-

ность и неравномерность учебной нагрузки при частой сменяемости видов деятельности в образовательном процессе. Наиболее ярко это проявляется в ситуации экзаменов. Помимо сильного эмоционального напряжения, с экзаменами связано проявление психических состояний отрицательной направленности, причиной которой является неопределенность исхода экзаменационной сессии.

Таким образом, период обучения в вузе можно рассматривать как предъявляющий повышенные требования к адаптационным возможностям личности. Трудности возраста, особенности физического развития и кризисные ситуации, отрицательно влияющие на психическое состояние студента, пока мало известны. Можно предположить, что студенческий возраст требует психопрофилактических воздействий, а также целенаправленного применения средств физической культуры и спорта для оптимизации психического состояния обучаемых.

### *Список литературы*

1. Выготский С.Л. Психология / С.Л. Выготский. – М.: Эксмо-Пресс, 2000. – 1007 с.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Ф.Е. Василюк. – М.: Моск. гос. ун-т, 1984. – 200 с.
3. Евдокимов И.М. Методы регуляций психических состояний / И.М. Евдокимов, М.А. Евдокимов // Второй международный конгресс «Спорт и здоровье» (21–23 апреля 2005 г.). – СПб.: Олимп-СПб, 2005.
4. Евдокимов И.М. Регуляция эмоциональных состояний обучаемых / И.М. Евдокимов, М.Б. Сергеев // Актуальные проблемы теории и практики физвоспитания студентов и физ. подготовки военнослужащих: сб. ст. межвуз. науч. конф.; под ред. В.В. Миронова, В.Л. Пашута. – В 2 ч. Ч. I. – СПб.: МОРФ; ВИФК, 2005.
5. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А.А. Осипова. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 315 с.
6. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации: справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2005. – 916 с.

7. Соловьева С.Л. Психология экстремальных ситуаций / С.Л. Соловьева. – СПб.: ЭЛБИ, 2003. – 128 с.
8. Ромек В.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / В.Г. Ромек, В.А. Контрович, Е.И. Крукович. – СПб.: Речь, 2004. – 256 с.
9. Менделевич В.Д. Психология зависимой личности, или Подросток в окружении соблазнов / В.Д. Менделевич, Р.Г. Садыкова. – Казань: Марев, 2002. – 240 с.