

Е. В. БОГДАНОВА, Я. Д. ОЛИХВЕР
Научный руководитель Г. Я. АЛЕКСЮТИНА
БЕЛОРУССКО-РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Жизненный кризис – это в первую очередь жизнь личности в ее актуальной и высшей форме, это осознание сильного возражения внутри себя и правильный выход из этого появившегося противоречия. Выход в свою очередь требует сосредоточения всех психических, интеллектуальных, духовных и физических сил человека. Правильный выход ведёт к самосовершенствованию.

Данная работа представляет собой теоретический анализ особенностей кризиса юношеского возраста, а также результаты эмпирического исследования стратегий совладающего поведения у студентов 1 курса обучения экономического факультета. В исследовании приняло участие 32 человека (14 юношей и 28 девушек). Цель работы: исследование особенностей кризиса юности у студентов и изучение копинг-стратегий, используемых ими для преодоления трудных жизненных ситуаций.

Анализируя результаты методики «Опросник о способах копинга» (WCQ, Р.Лазарус, С. Фолкман; адаптация Т.Л. Крюковой), мы можем сделать вывод, что в поведении студентов экономического факультета преобладают следующие способы совладания с трудными жизненными ситуациями:

- 1) самоконтроль – отмечено у 21% студентов;
- 2) планирование – отмечено у 22% студентов;
- 3) положительная переоценка – отмечено у 21 % студентов.

Полученные данные позволяют охарактеризовать представителей юношеского возраста как лиц, умеющих регулировать свои чувства и действия, однако нуждающихся в поиске информационной, действенной и эмоциональной поддержки. Полученные результаты позволили выявить особенности психологического совладения у студентов первого курса. Анализ может помочь молодым людям лучше осознать, какие стратегии им действительно стоит развивать, а от каких отказаться. Важно, чтобы в своем поведении студенты чаще прибегали к копинг-стратегиям, обладающим большим потенциалом в преодолении возрастного кризиса.

Результаты исследования могут быть использованы при разработке программ психологической поддержки студентов младших курсов, имеющих проблемы в преодолении кризиса юности, при организации работы с первокурсниками по осознанию или стиля совладающего поведения с целью коррекции, при организации профилактической антистрессовой терапии для студентов в период адаптации к новой образовательной среде.