

DOI: 10.12731/2218-7405-2015-8-23

УДК 378

**ПРОБЛЕМА ОВЛАДЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖЬЮ КОНСТРУКТИВНЫМИ
СТРАТЕГИЯМИ ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЙ:
ОПЫТ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ**

Кибальник А.В.

В статье представлены данные эмпирического исследования овладения студенческой молодежью конструктивными поведенческими стратегиями преодоления трудных жизненных ситуаций. Приведены результаты констатирующего этапа исследования и сделаны выводы о необходимости организации специальной работы по обучению студентов конструктивным стратегиям преодоления трудных жизненных ситуаций. Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечиваются оптимальным выбором методологических оснований, опорой на основные положения и достижения ряда научных областей (педагогике, психологии, философии, социологии); целостным подходом к исследованию проблемы.

Ключевые слова: трудные жизненные ситуации; конструктивные и неконструктивные стратегии преодоления; студенческая молодёжь.

**THE PROBLEM OF STUDENT YOUTH MASTERING CONSTRUCTIVE
STRATEGIES OF OVERCOMING DIFFICULT LIFE SITUATIONS:
EXPERIENCE OF EMPIRICAL RESEARCH**

Kibal'nik A.V.

The article presents data of empirical research of student youth mastering constructive behavioral strategies of overcoming difficult life situations. The author gives the results of the stating stage of the research and makes conclusions about the necessity of organizing special work on teaching students on constructive strategies of overcoming difficult life situations. The validity and reliability of the research results are ensured by optimal choice of methodo-

logical basis, by relying on main propositions and achievements of a number of branches of science (pedagogy, psychology, philosophy, sociology) and also by integral approach to the studied problem.

Keywords: *difficult life situations; constructive and unconstructive strategies of overcoming; student youth.*

Современная социокультурная ситуация в России характеризуется динамичностью, высокой степенью сложности происходящих в ней преобразований. Студенчество, являясь наиболее прогрессивной частью молодёжи, особенно остро ощущает происходящие перемены в жизни общества. Неустойчивость и непредсказуемость социальных процессов предъявляют все более высокие требования к способности молодых людей преодолевать трудные жизненные ситуации. В связи с этим весьма актуальным становится вопрос об овладении современной молодёжью такими поведенческими стратегиями, которые позволили бы конструктивно преодолевать свои жизненные проблемы.

Как показывает анализ современной отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературы, авторы, описывая ситуации, которые предъявляют к людям требования, превышающие их способности, моральные и материальные ресурсы, личностный адаптационный потенциал, используют различные термины: жизненные трудности (Р. Лазарус, К. Муздыбаев, С. Фолкман), трудные жизненные ситуации (Л.С. Биджиева, М.К. Тетуева, А.Н. Фоминова), жизненные проблемы (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова), критические ситуации (Ф.Е. Василюк), кризисные ситуации (Е.Н. Тумакова), проблемные ситуации (А.М. Матюшкин), негативные жизненные события (Р. Мосс, Дж. Шефер) [6, 11, 12, 13, 14, 15, 16].

Национальный стандарт Российской Федерации «Социальное обслуживание населения. Термины и определения» в редакции от 17.10. 2013 №532-ст. определяет трудную жизненную ситуацию как «ситуацию, объективно нарушающую жизнедеятельность гражданина (неспособность к самообслуживанию в связи преклонным возрастом, болезнью, сиротство, безработица, отсутствие определенного места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество и т.п.), которую он не может преодолеть самостоятельно» [10].

Термин «трудная жизненная ситуация» в научной литературе (философской, психолого-педагогической, социологической) относится к числу наиболее часто употребляемых, однако в настоящее время нет единого определения данной дефиниции. Несмотря на различия в определениях понятия «трудная жизненная ситуация», ученые единодушны в том, что данные ситуации:

- возникают в случае неуравновешенности в системе отношений личности и ее окружения или несоответствия между целями, стремлениями и возможностями их реализации и качествами личности;
- являются составной частью процессов социализации;
- предъявляют повышенные требования к способностям и возможностям человека, к его личностному потенциалу;
- нарушают привычный образ жизни человека, стимулируют его активность и ставят перед необходимостью преобразования ситуации.

Для настоящего исследования изучение такой многочисленной в современном обществе социальной группы, как студенческая молодежь, представляет особый интерес. По официальным данным Росстата, в 2015 году в Российской Федерации насчитывается 5,6 миллиона студентов.

В научной литературе нет единой точки зрения по поводу определения понятия «студенчество», несмотря на достаточно большое количество работ, посвященных этой теме. Одни авторы считают студенчество частью интеллигенции (А.С. Изгоев, В.В. Розанов), другие – своеобразной прединтеллигенцией (С.Н. Иконникова, В.Т. Лисовский), третьи – рассматривают студенчество как определенную социальную прослойку (Н.Я. Олесич). Отдельные исследователи вообще отказывают студенчеству в его собственном месте в социальном статусе, рассматривая его лишь в качестве временного переходного социального образования (А.Н. Семашко).

Несомненный интерес представляют определения студенчества, данные А.С. Власенко и Т.В. Ищенко.

А.С. Власенко указывает: «Студенчество – это особая социальная группа, формирующаяся из различных социальных образований общества и характеризующаяся особыми условиями жизни, труда и быта, особым общественным поведением и психологией, для которой приобретение знаний и подготовка себя для будущей работы в науке, культуре является главным и в большинстве случаев единственным занятием» [2, 7].

Т.В. Ищенко [4] акцентирует внимание на том факте, что отличительными чертами студенчества как общественной группы являются: характер труда студентов, заключающийся в систематическом накоплении, усвоении, овладении научными знаниями, и его основные социальные роли, определенные положением студенчества как резерва интеллигенции и его принадлежностью к молодому поколению – молодежи.

Анализ научных публикаций позволил выделить основные трудные жизненные ситуации, с которыми сталкивается современная студенческая молодежь (рис. 1).



Рис. 1. Трудные жизненные ситуации студенческой молодёжи

Анализ ряда работ отечественных исследователей (Е.В. Битюцкая, В.В. Знаков, Т.Л. Крюкова, С.А. Липатов, О.Г. Филиппенко) показывает, что трудные жизненные ситуации, возникающие в студенческом возрасте, можно классифицировать по степени участия личности:

- Объективные трудные жизненные ситуации – обстоятельства, которые возникают без участия человека и влияние на них у личности сильно ограничено (например: инвалидность, сиротство и др.).
- Субъективные трудные жизненные ситуации – ситуации, связанные с выполнением какой-либо задачи и с отношением личности к этой задаче, это те ситуации, с которыми молодой человек в состоянии справиться самостоятельно (например: проблемы в личной жизни, учебные трудности и др.).
- Объективные трудные жизненные ситуации, возникающие по субъективным причинам – ситуации, возникающие в ответ на действия личности [1, 3, 5].

Реакция человека на трудные жизненные ситуации во многом зависит от сформировавшихся в течение жизни стратегий преодоления. Проблема преодолевающего поведения на сегодняшний день является одной из актуальных и активно разрабатывается в современной науке.

Понятие «преодолевающее поведение» происходит от английского «to cope» – преодолевать, справляться. Психологическое предназначение преодолевающего поведения состоит в том, чтобы как можно лучше приспособить человека к требованиям сложившейся трудной ситуации [7].

Проблеме преодолевающего поведения посвящены работы таких исследователей, как В.А. Бодров, Ф.Е. Василюк, Р.М. Грановская, Т.Л. Крюкова, К. Муздыбаев, С.К. Нартова-Бочавер, И.М. Никольская, М.В. Сапоровская, Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский и другие.

Интересные данные получены в исследованиях Н.А. Сироты, В.М. Ялтонского [9]. Изучались стратегии проблеморазрешающего поведения у молодых людей, живущих в разных социальных условиях. Так, для юношей из условно неблагоприятной среды мотивацией к принятию решения является стремление избежать неудачи. Они безынициативны в поиске возможных вариантов решения проблемы. В их поведении не обнаружено какой-либо поисковой активности при сборе информации о возможных альтернативных путях решения проблемы. Предлагаемые ими варианты решения немногочисленны, неэффективны, а зачастую просто невыполнимы.

В отличие от этих молодых людей, для их сверстников из условно социально благополучной среды стратегия принятия решения формировалась с опорой на те возможности, которые могла им предоставить окружающая их социальная среда. Оценивая стрессовую ситуацию, они определяли ее значимость для себя, а возможность разрешить проблему принимали как возможность позитивных изменений. В процессе принятия решения они были мотивированы на успех. Варианты решения проблемы искали активно, предлагая много версий и активно включаясь в процесс принятия решения.

Также в исследованиях Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского показано, что у молодых людей приоритетно развивается стратегия поиска социальной поддержки. Однако существуют отличия в формировании этой стратегии у людей, воспитывающихся в разных социальных условиях. Для юношей и девушек из условно социально благополучной среды характерны более пассивные варианты использования данной стратегии. Они лишь принимают ту помощь, которую активно предлагает окружающая среда, и демонстрируют готовность воспринять ее в равной степени, как от семьи, так и от друзей и от значимых других. В то же время их сверстники, воспитывающиеся в благополучных семьях, сами активно ищут социальную поддержку, но для них наиболее значимым является поиск дружеской поддержки.

Необходимо отметить, что в поисках средств защиты от напряжения, дискомфорта, стресса молодёжь часто прибегает к стратегиям аддиктивного поведения. Суть аддиктивного поведения заключается в том, что, стремясь уйти от реальности, молодые люди пытаются искусствен-

ным путем изменить свое психическое состояние, что дает им иллюзию безопасности, восстанавливает равновесие. Выбор аддиктивной стратегии поведения обусловлен трудностями в адаптации к проблемным жизненным ситуациям: сложные социально-экономические условия, многочисленные разочарования, крушение надежд и идеалов и многое другое. Аддиктивное поведение лишь на короткое время «помогает», а затем требуется «подкрепление», конечным итогом которого являются болезненные зависимости и другие девиации. Совершенно очевиден неконструктивный, разрушительный характер аддикции. Неконструктивные способы поведения позволяют, в лучшем случае, лишь отодвинуть на время решение проблемы, не устраняя порождающих ее причин, или же ведут к дезорганизации деятельности.

И.В. Дубровина [8] отмечает, что в числе неконструктивных стратегий находятся стратегии дистанцирования, избегания, позитивной переоценки. Закрепление неконструктивных способов поведения, не приводящих к реальному разрешению трудных ситуаций, может вызвать отклонения и деформации в личностном развитии и тем самым выступить в качестве фактора, вызывающего нарушения психического здоровья личности. Неконструктивные стратегии преодоления влекут ситуативные неудачи и ведут к систематической неуспешности поведения и деятельности. Конструктивные стратегии преодоления позволяют человеку проявляться как личностно успешному. Так, среди конструктивных способов преодоления с внутренним напряжением выделяют взаимодействие молодежи с продуктами человеческого творчества или творческое самовыражение. Существенно стимулирует обсуждение и всестороннюю рефлексию самых разнообразных трудностей молодых людей, по мнению автора, межличностное общение со сверстниками.

Как уже упоминалось, трудные жизненные ситуации студенческой молодежи можно классифицировать по степени участия личности (объективные трудные жизненные ситуации; субъективные трудные жизненные ситуации; объективные трудные жизненные ситуации, возникающие по субъективным причинам). Для преодоления объективных трудностей студенты чаще всего используют когнитивные стратегии (тщательное обдумывание, самоконтроль, игнорирование, самоодобрение, растерянность и др.). Преодолевая субъективные трудности, юноши и девушки прибегают к использованию эмоциональных стратегий, таких как позитивная самомотивация, положительная переоценка, стремление избежать неудачи, жалость к себе и др. Для того, чтобы преодолеть объективные трудные жизненные ситуации, возникающие по субъективным причинам молодые люди прибегают к помощи социальной поддержки и используют поведенческие стратегии преодоления (сотрудничество, поиск социального контакта, стремление поделиться переживаниями, агрессия, социальная замкнутость и др).

Необходимо отметить, что при изучении юношеских стратегий преодоления трудностей, возникающих проблем, большинство специалистов (К.А. Абульханова-Славская, Ф.Е. Василюк, К. Муздыбаев и др.) фиксирует преобладание эмоционально ориентированных форм преодоления. Дефицит интеллектуальных стратегий объясняется психологическими особенностями возраста. Возможность когнитивного решения проблем возрастает постепенно с переходом юношей и девушек на уровень теоретичного, абстрактно-логического мышления. Именно когнитивные стратегии преодоления влекут к более осмысленному и конструктивному осознанию проблем и трудностей. Рефлексивность мышления молодого человека делает предметом его анализа и оценки не только собственные поступки и взаимоотношения, но и чувства, мысли, переживания.

И.В. Дубровина [8] подчеркивает тот факт, что юноши и девушки находятся в ситуации риска по причине возрастной несформированности индивидуальной поведенческой модели, которая может проходить по двум направлениям: первое ведет к формированию зависимости, когда, наряду с приоритетно развивающейся в этом возрасте стратегией поиска социальной поддержки, будет активно формироваться стратегия избегания; второе направление – адаптивное, когда поведенческий стиль будет формироваться за счет сочетания активно развивающихся стратегий поиска социальной поддержки и разрешения проблем. В целом, как утверждает исследователь, экспериментально выявленные особенности преодолевающего поведения, характерные для молодых людей, позволяют прогнозировать их общую социальную и личностную успешность – неуспешность. Важнейшим условием успешного обучения молодежи преодолению трудных ситуаций является действенная помощь и руководство со стороны взрослых. Наиболее оперативными действиями, позволяющими организовать поведение в трудной ситуации, являются приемы саморегуляции эмоциональных состояний. Эти приемы дают возможность снять чрезмерное напряжение, мешающее правильно оценить условия ситуации, соотнести их со своими возможностями, а затем на основании этого – целенаправленно осуществлять поведение, непосредственно направленное на преодоление затруднения.

Таким образом, изучение и анализ научной литературы по рассматриваемой проблеме позволили нам сделать следующий вывод: выбор студенческой молодёжью определённой стратегии преодоления трудной жизненной ситуации зависит от типологии жизненных трудностей (данное обстоятельство не оказывает влияния на степень адаптивности стратегии) и может происходить в трех плоскостях: поведенческая, когнитивная и эмоциональная (табл. 1).

Таблица 1

Стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций студенческой молодёжью

Типология трудных жизненных ситуаций	Стратегии преодоления по сфере психической деятельности	Степень адаптивности стратегии	
		Конструктивные	Неконструктивные
Объективные	Когнитивные	- придание смысла; - замещение; - тщательное обдумывание; - самоконтроль.	- смирение; - растерянность.
Субъективные	Эмоциональные	- оптимизм; - самоконтроль; - позитивная самомотивация; - положительная переоценка.	- протест; - покорность; - подавление эмоций; - агрессивность; - жалость к себе.
Объективные, возникающие по субъективным причинам	Поведенческие	- альтруизм; - сотрудничество; - вступление в социальный контакт.	- избегание; - отступление; - социальная замкнутость; - асоциальные действия; - конфронтация.

Сущность конструктивных стратегий состоит в том, что они позволяют молодым людям овладеть трудной жизненной ситуацией, т.е. успешно и продуктивно преодолеть существующее препятствие. Наличие конструктивных способов преодоления трудностей повышает положительный потенциал личности, способствует формированию уверенности в своих силах, ведет к личностному и социальному успеху.

Неконструктивные стратегии не приводят к реальному разрешению трудных ситуаций. Трудные жизненные ситуации воспринимаются студентами как источник неуспешности в дальнейшем.

Анализ философской и психолого-педагогической литературы по рассматриваемой проблеме позволил нам выделить и обобщить критерии овладения личностью конструктивными стратегиями преодоления трудных жизненных ситуаций (табл. 2).

Таблица 2

**Критерии и показатели овладения личностью стратегиями преодоления
 трудных жизненных ситуаций**

Критерии	Показатели		Диагностический инструментарий
	конструктивных стратегий	неконструктивных стратегий	
Способ реагирования на жизненные проблемы	- самостоятельное раз- решение проблемы; - поиск поддержки других людей	- избегание проблем	Методика «Изучение стра- тегий преодоления жизнен- ных проблем» (Д. Амирхан, модификация А.Г. Грецова)
Локус контроля	- внутренний локус контроля (интерналь- ность) в области ожи- даний и области неудач	- внешний локус контро- ля (экстернальность) в области ожиданий и области неудач	«Методика диагностики уровня субъективного кон- троля» (Дж. Роттер, моди- фикация А.Г. Грецова)
Защитные механизмы личности	Отсутствие ярко выраженного защитного механизма личности	Преобладание одного из защитных механизмов: - избегание; - рационализация; - регрессия; - замещение; - проекция.	Методика «Защитные механизмы личности» (А.А. Азбель)
Самооценка	- адекватная самооценка	- завышенная самооценка; - заниженная самооценка.	Методика «Определение самооценки» (А.А. Азбель, А.Г. Грецов)
Мотивация достижений	- мотив стремления к успеху	- мотив избегания неудачи	Тест мотивации достижений (А. Мехрабиан, модифика- ция М.Ш. Магомед-Эми- нова)
Уровень напря- женности пове- дения в труд- ной жизненной ситуации	- низкий уровень на- пряженности поведе- ния в трудной жизнен- ной ситуации	- высокий уровень на- пряженности поведения в трудной жизненной ситуации	Методика «Копинг-тест Лазаруса» (Р. Лазарус, С. Фолкман, адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куф- тяк, М.С. Замышляевой)
Социальная активность личности	- высокий уровень социальной активности личности	- уровень социальной активности личности ниже среднего; - низкий уровень социальной активности личности	Метод экспертных оценок

Актуальность и значимость рассматриваемого вопроса обусловили необходимость проведения дополнительного исследования по изучению поведенческих стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций молодёжью на этапе получения ею профессионального образования. Экспериментальной базой исследования стал факультет педагогики ФГБОУ ВПО «Иркутский государственный университет». Исследовательская работа проводилась со студентами 1-3 года обучения. В эксперименте приняли участие 92 студента. В экспериментальную группу нашего исследования вошли 40 человек. Все они являются волонтерами Центра молодёжных социальных инициатив «Добровольный выбор!».

Обобщая результаты констатирующего эксперимента, мы распределили всех студентов, принимавших участие в исследовании, на три группы. Распределение студентов контрольной и экспериментальной групп по типу стратегий, выбираемых при разрешении трудных жизненных ситуаций, представлено на рисунке 2.

Первую группу составляют молодые люди, которые в большинстве трудных жизненных ситуаций используют конструктивные стратегии их преодоления.

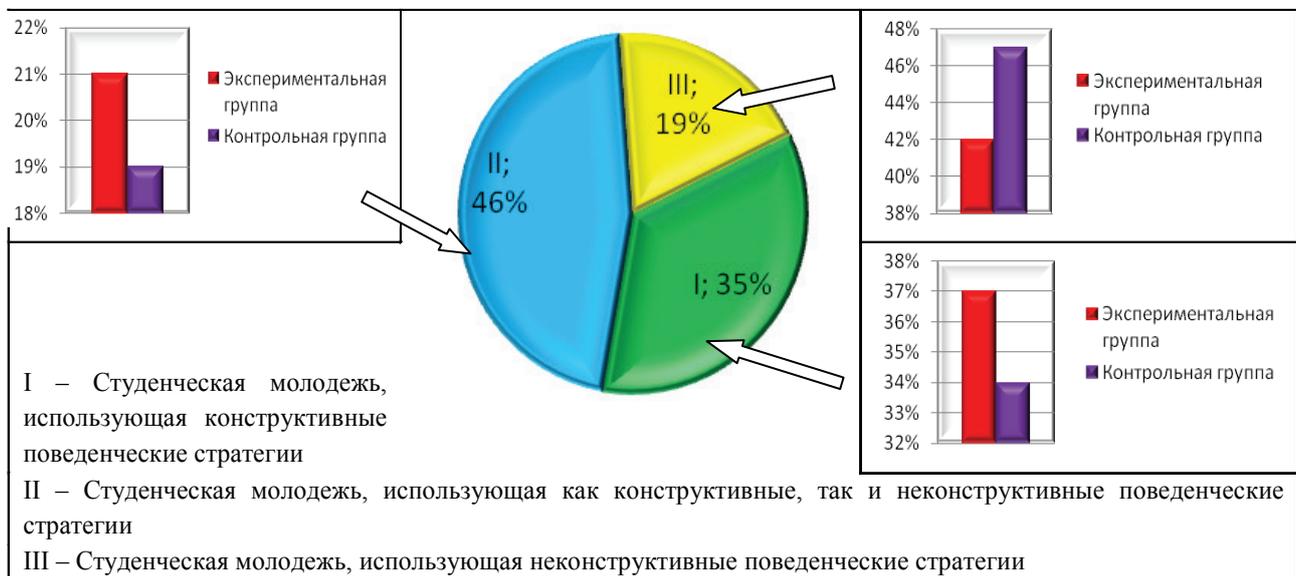


Рис. 2. Распределение студентов контрольной и экспериментальной групп по типу стратегий, выбираемых при разрешении трудных жизненных ситуаций, на констатирующем этапе эксперимента

74% студентов первой группы чаще всего прибегают к стратегии самостоятельного разрешения проблем, 26% предпочитают искать помощь и поддержку других людей. У 65% мо-

лодых людей, отнесенных нами к данной группе, выявлен внутренний локус контроля в таких сферах жизни, как семейные и личные отношения. Студенты в 26% случаев склонны приписывать результатам собственных усилий как свои успехи, так и неудачи. Полученные данные свидетельствуют об объективной оценке молодыми людьми событий, происходящих в их жизни.

У 100% молодых людей этой группы не выявлено ярко выраженного защитного механизма личности. Это свидетельствует о том, что, при необходимости, они могут использовать любой из защитных механизмов, не «сростаясь» ни с одним из них. Также у 100% студентов выявлен средний уровень самооценки, из этого можно сделать вывод, что молодые люди имеют адекватные представления о собственных знаниях, умениях и способностях. 74% юношей и девушек, отнесенных нами к первой группе, стремятся к достижению успеха, который выражается в «самопрограммировании» на него.

У 81% студентов этой группы низкий уровень напряжённости поведения, что позволяет им сфокусировать внимание на росте собственной личности. 81% молодых людей обладают высоким уровнем социальной активности. Такие студенты регулярно занимаются общественно – полезной деятельностью и уделяют ей значительную часть времени. В данную группу входит 31 человек, что составляет 35% от общего количества обследуемых. Экспериментальная группа представлена 15 респондентами (37%).

Ко второй группе отнесено 47% студентов. Это юноши и девушки, которые не всегда способны преодолевать возникающие проблемы самостоятельно, они ориентированы на поиск социальной поддержки и в случае, когда это невозможно, склонны выбирать одну из неконструктивных стратегий, таких как избегание проблемы или уход в себя.

Молодые люди, входящие в состав второй группы, не так часто (37%) используют стратегию самостоятельного разрешения проблем, чаще прибегая к помощи других людей (63%). Студенты в 88% случаев склонны относить успехи к результатам своих усилий, а неудачи – к действию внешних сил, так как признать неудачу молодому человеку бывает очень нелегко. Респонденты данной группы чаще всего (77%) прибегают к определенному защитному механизму личности, но способны, при необходимости, использовать и другие защитные механизмы. К данной группе отнесены молодые люди, имеющие самооценку близкую к средней (выше и ниже среднего).

Следует отметить, что уровень самооценки выше среднего (40%) указывает на тенденцию к неадекватно завышенной оценке своих возможностей. Уровень самооценки ниже среднего (33%) свидетельствует о том, что в некоторых ситуациях человек склонен недооценивать себя и свои способности. У молодых людей, входящих в данную группу, отсутствует доминирова-

ние какого-то из мотивов достижения успеха (14%), либо это доминирование не ярко выражено (63% – ориентация на неудачу; 23% – стремление к успеху). У 93% студентов этой группы средний уровень напряжённости поведения. Адаптационный потенциал таких людей находится в пограничном состоянии. Упор делается на поиск поддержки других людей, собственные усилия по решению проблемы сводятся к минимуму, хотя, при желании, они способны на изменение ситуации и поиск путей решения проблемы.

91% молодых людей данной группы имеют средний уровень социальной активности, они не часто проявляют инициативу, им свойственно несистематическое участие в общественно – полезной деятельности. К данной группе отнесено 43 студента, что составляет 46% от общего количества обследуемых. Экспериментальная группа представлена 17 респондентами (42%).

Студенты, составляющие третью группу, ориентированы на неконструктивные стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций.

Молодые люди данной группы негативно относятся к использованию стратегии самостоятельного разрешения проблем (33%) и поиска поддержки других людей (44%), иногда даже пытаются уходить от возникших трудностей и избегать разрешения проблем (22%). У 83% юношей и девушек получены низкие показатели при оценке общей интернальности, что указывает на наличие неспособности контролировать собственную жизнь. 56% этой группы склонны свои успехи приписывать случайному стечению обстоятельств, а неудачи – личным промахам.

Представители третьей группы (89%) в основном придерживаются определенного защитного механизма личности: оправдание своих неразумных поступков придумыванием разумных доводов; избегание информации, несовместимой со сложившимися представлениями о себе или возврат к незрелым формам поведения. Следует отметить, что к третьей группе отнесены студенты с завышенной (61%) и заниженной (39%) самооценкой. Свои успехи носитель высокой самооценки склонен объяснять собственными способностями и усилиями, а неудачи – случайным стечением обстоятельств или предвзятым отношением окружающих.

Низкий уровень самооценки может проявляться через такие качества, как робость, чрезмерная застенчивость и стеснительность, нежелание браться за работу, уверенность в том, что неудачи неизбежны. 100% студентов этой группы стремятся к избеганию неудач. Этот мотив характеризуется самопрограммированием на неудачу. 89% студентов третьей группы имеют высокий уровень напряженности поведения, что свидетельствует о тенденции к дезадаптации, предполагает мысленное стремление и поведенческие усилия, направленные на избегание проблемы, определенную степень враждебности, нежелание принимать помощь со стороны и неспособность справиться с ней самостоятельно.

Низкий уровень социальной активности свойственен 83% студентам данной группы. Они не проявляют интереса к выполнению общественно-полезной деятельности, считают, что ничего в общественной жизни изменить не способны. В данную группу входят 18 человек, что составляет 19% от общего количества обследуемых. Экспериментальная группа представлена 8 респондентами (21%).

В заключение отметим: результаты констатирующего эксперимента убедительно продемонстрировали необходимость организации специальной работы по обучению студентов конструктивным стратегиям преодоления трудных жизненных ситуаций.

Результаты настоящего исследования создают возможности для осуществления дальнейшей разработки проблемы овладения современной молодёжью конструктивными стратегиями преодоления трудных жизненных ситуаций на этапе получения ею профессионального образования.

Список литературы

1. Битюцкая Е.В. Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, 2011. №1. С. 100-111.
2. Власенко А.С. Некоторые вопросы воспитания студенчества на современном этапе. – М.: Наука, 1987. 322 с.
3. Знаков В.В. Экзистенциальный опыт и постижение как методологические проблемы психологии понимания // Теория и методология психологии человека. Сообщество. Управление, 2014, № 3.
4. Ищенко Т.В. Место студенчества в социальной структуре общества. – Томск, 1970. 243 с.
5. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: Дис. ... д-ра псих. наук. – Кострома, 2005. 473 с.
6. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования. Эмоциональный стресс. – Л.: Лениздат, 1970. 328 с.
7. Левченко В.О. Влияние стратегий совладания на личностную успешность подростков // Вестник Ставропольского государственного университета. 2009. № 61. С. 187-192.
8. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998. 176 с.
9. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Профилактика наркомании и алкоголизма. – М.: Изд. центр «Академия», 2008. 176 с.

10. Федеральный закон Российской Федерации № 195 от 10 декабря 1995 г. (в первой редакции принят Государственной думой 15 ноября 1995 г.) «Об основах социального обслуживания населения».
11. Hobfoll, S.E. *The Ecology of Stress*. – Washington, DC: Hemisphere. 1988.
12. Frydenberg, E. *Adolescent Coping. Theoretical and Research Perspectives*. Routhledge. – London and N.-Y. 1997.
13. Folkman, S., Lazarus, R.S. *Manual for Ways of Coping Questionnaire*. – Palo Alto, C A: Consulting Psychologist Press. 1988.
14. Parsons, A., Frydenberg, E., Poole, Ch. *Overachievement and Coping Strategies in Adolescent Males* // *British J. of Educational Psychology*, 1996. №66. Pp. 109-114.
15. Ryan, N.M. *Stress-Coping Strategies Identified from School Age Children’s Perspective* // *Research in Nursing and Health*. 1989. № 12.
16. Spranger, G. et al. *Students’ Emotions, Physiological Reactions, and Coping in Academic Exams* // *Anxiety, Stress and Coping*. Brunner-Routhledge. 2002. Vol. 15, №4. Pp. 413-432.

References

1. Bityutskaya E.V. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya*, 2011. №1. Pp. 100-111.
2. Vlasenko A.S. *Nekotorye voprosy vospitaniya studenchestva na sovremennom etape*. – M.: Nauka, 1987. 322 p.
3. Znakov V.V. *Teoriya i metodologiya psikhologii cheloveka. Soobshchestvo. Upravlenie*, 2014, №3.
4. Ishchenko T.V. *Mesto studenchestva v sotsial’noy strukture obshchestva*. – Tomsk, 1970. 243 p.
5. Kryukova T.L. *Psikhologiya sovladayushchego povedeniya v raznye periody zhizni*. – Kostroma, 2005. 473 p.
6. Lazarus R. *Teoriya stressa i psikhofiziologicheskie issledovaniya. Emotsional’nyy stress*. – L.: Lenizdat, 1970. 328 p.
7. Levchenko V.O. *Vestnik Stavropol’skogo gosudarstvennogo universiteta*. 2009. № 61. Pp. 187-192.
8. *Psikhologicheskie programmy razvitiya lichnosti v podrostkovom i starshem shkol’nom vozraste* / Pod red. I.V. Dubrovinoi. – Ekaterinburg: Delovaya kniga, 1998. 176 p.
9. Sirota N.A., Yaltonskiy V.M. *Profilaktika narkomanii i alkogolizma*. – M.: Izd. tsentr «Akade-

миya», 2008. 176 p.

10. *Federal'nyy zakon Rossiyskoy Federatsii № 195 ot 10 dekabrya 1995g. (v pervoy redaktsii pri-nyat Gosudarstvennoy dumoy 15 noyabrya 1995 g.) «Ob osnovakh sotsial'nogo obsluzhivaniya naseleniya».*
11. Hobfoll, S.E. *The Ecology of Stress.* – Washington, DC: Hemisphere. 1988.
12. Frydenberg, E. *Adolescent Coping. Theoretical and Research Perspectives.* Routhledge. – London and N.-Y. 1997.
13. Folkman, S., Lazarus, R.S. *Manual for Ways of Coping Questionnaire.* – Palo Alto, S A: Consulting Psychologist Press. 1988.
14. Parsons, A., Frydenberg, E., Poole, Ch. *Overachievement and Coping Strategies in Adolescent Males // British J. of Educational Psychology, 1996. № 66. Pp. 109-114.*
15. Ryan, N.M. *Stress-Coping Strategies Identified from School Age Children's Perspective // Research in Nursing and Health. 1989. № 12.*
16. Spranger, G. et al. *Students' Emotions, Physiological Reactions, and Coping in Academic Exams // Anxiety, Stress and Coping. Brunner-Routhledge. 2002. Vol. 15, №4. Pp. 413-432.*

ДАнные ОБ АВТОРЕ

Кибальник Алёна Вячеславовна, старший преподаватель кафедры социальной педагогики и психологии.

Педагогический институт ФГБОУ ВПО «Иркутский государственный университет» Министерства образования и науки РФ

ул. Нижняя Набережная, д. 6, г. Иркутск, Иркутская область, 664011, Россия

e-mail: kialvch@yandex.ru

SPIN-код в SCIENCE INDEX: 3477-8948

DATA ABOUT THE AUTHOR

Kibal'nik Alena Vyacheslavovna, senior teacher of department of social pedagogy and psychology

Pedagogical department of the Irkutsk State University

6, Nizhnyaya Naberezhnaya street, Irkutsk, Irkutsk region, 664011, Russia

e-mail: kialvch@yandex.ru

SPIN-code in SCIENCE INDEX: 3477-8948