

АНАЛИЗ ПОНЯТИЯ «КРИЗИС» КАК ВАЖНОЙ ДЕТЕРМИНАНТЫ АДАПТАЦИОННОГО ПРОЦЕССА*

В статье представлены результаты анализа взглядов зарубежных и отечественных психологов на феномен кризиса. Выявлены различия в операционализации понятия «кризис», в выделении видов кризисов, их параметров и симптоматики, использовании способов их разрешения. Показана неожиданность адаптационных кризисов, переживаемых студентами вузов, возрастным кризисам, необходимость первых для нормального хода личностного развития будущих специалистов, возможность проектирования кризисов учебно-профессионального развития студентов.

Ключевые слова: кризис, ненормативные кризисы, нормативные кризисы, возрастной кризис, кризис развития, кризис рождения, адаптационный кризис, кризис профессионального выбора, проектирование кризиса.

Профессиональная адаптация будущих специалистов, связанная с процессами их развития, носит кризисный характер. В переводе с греческого «кризис» (krisis) означает “решение, поворотный пункт, исход”. В словаре иностранных слов дается следующее толкование этого термина: а) резкий, крутой перелом, тяжелое переходное состояние; б) острый недостаток, нехватка чего-либо. В качестве синонима к словосочетанию «находящийся в состоянии кризиса» используют термин «критический» [40, 260-362].

В психологии различают четыре ключевых понятия, которыми можно описать критические жизненные ситуации. Это стресс, фрустрация, конфликт и кризис [12, с. 189]. Стресс и фрустрация выступают в качестве симптомов критических ситуаций, переживаемых человеком; конфликт и кризис сигнализируют об их высокой степени сложности. При этом конфликт свидетельствует о субъективной невозможности выхода из проблемной ситуации, об отсутствии приемлемого решения [12, с. 190]. Кризис характеризует состояние, порождаемое возникшей перед человеком проблемой, от которой он не может уйти и которую не может разрешить в сжатые сроки и привычным способом. В зависимости от того, какую возможность оставляет кризис для человека в реализации последующей жизни, выделяют два типа кризисных ситуаций: серьезное потрясение, сохраняющее определенный шанс выхода на прежний уровень жизни, и собственно кризис, окончательно перечеркивающий имеющиеся жизненные замыслы, требующий модификации самой личности и ее смысла жизни [12, с. 191].

В отечественной и зарубежной психологии (Е.В. Витенберг, Л.П. Гримак, А.Р. Кудашев, В.И. Лебедев, А.Р. Миллер, С. Шелли и др.) по-разному толкуют понятие «кризис в адаптации». Чаще всего под ним понимают расстройства адаптации. Возникают они в ответ на определенный стрессор в течение трех месяцев после самого стрессового события (расставание с другом, увольнение с работы, неожиданное закрытие компании, пожар, война) и представляют собой временные, относительно непродолжительные, неустойчивые состояния,

* © Мирзаянова Л.Ф., 2009.

необычное поведение по непонятным причинам (прогулы, вандализм), нарушения сна и сексуальные затруднения. Симптомы адаптационных расстройств могут быть эмоциональные, поведенческие, физические или те и другие, могут носить индивидуальный и групповой характер, отличаться своеобразием [29, с. 165--172]. В ситуации дезадаптации, когда психологические механизмы, исчерпав резервные возможности, более не могут обеспечивать адекватное отражение и регуляторную деятельность, человеку требуется квалифицированная помощь [25, с. 55; 12, с. 198].

Под кризисной ситуацией в профессиональной адаптации понимают проблемную задачу, которая должна быть разрешена для дальнейшего беспрепятственного развития субъекта деятельности. Неуспешное прохождение той или иной стадии адаптации, неудача в процессе адаптации не означает наступления «своеобразного тупика в профессиональной карьере» [22, с. 62].

На наш взгляд, понятия «стресс», «фрустрация», «депрессия», используемые при описании критических явлений, близки по своим значениям к понятию «кризис в адаптации». Однако, обладая специфическим содержанием, не тождественны ему и, скорее, составляют его симптоматику. Не синонимичны друг другу понятия «кризис» и «дезадаптация». Если последнее сигнализирует об отсутствии адаптированности как о негативном варианте преодоления субъектами адаптационного кризиса, то первое, напротив, является специфическим вариантом их адаптирования. Отталкиваясь от дефиниций, представленных в словарях, будем трактовать понятия «кризис», «критическое явление», «кризисное явление» в адаптации как синонимичные [40]. Для более глубокого понимания сущности этого явления рассмотрим другие виды кризисов, описанные в научной литературе, соотнесем их с адаптационными кризисами.

В психологии традиционно выделяют нормативные и ненормативные кризисы. Первые имеют относительно выраженный возрастной характер, не всегда приобретают характер конфликта. Их преобладающая тенденция – развивающаяся личность. Вторые носят вероятностный характер, выход из них проблематичен, может быть деструктивным. В группу ненормативных кризисов включают невротические, жизненные и критические кризисы [17, с. 207-211].

Кризисы невротического характера традиционно являются предметом исследования психоаналитических школ. С позиций психоанализа в процессе адаптации к внешнему миру у личности возникают болезненные или невыносимые мысли и аффекты, вызванные столкновением конфликтующих импульсов. В борьбе против них Я использует механизмы защиты, направленные на обеспечение его безопасности, недопущение отрицательных эмоций [43, с. 56].

Жизненные кризисы детерминированы важными событиями и сопровождаются значительными субъективными трудностями, психической напряженностью и перестройкой сознания и поведения. В качестве одного из таких событий выступает окончание учебного заведения. Скрытая тенденция к изменению, свойственная личности, реализуется под воздействием этого знаменательного события [45, с. 117–126].

Разновидностью жизненных кризисов выступают биографические кризисы (кризис нереализованности, кризис опустошенности, кризис бесперспективности), которые носят последовательный характер и проявляются в периоды завершения одной жизненной программы и формирования другой – в юно-

шеском возрасте, в 26–45 лет и в период ухода на пенсию [4, с. 18]. Названные кризисы могут встречаться в разных вариантах, возникать и протекать индивидуально. Для субъекта, переживающего биографический кризис, характерны: неумение оптимально сочетать процессы целеполагания и целеосуществления; односторонне суженное восприятие возможностей самореализации; большая категоричность суждений о межсобытийных связях и неспособность отражать негативные межсобытийные связи [4, с. 17]. Важно своевременно определять биографические кризисы и рациональный выход из них, что выступает как развитие [18, с. 417–418].

Критические кризисы обусловлены трагическими обстоятельствами жизни, протекают на грани человеческих возможностей, окончательно перечеркивают имеющиеся жизненные замыслы, чреватые кардинальной перестройкой сознания, пересмотром смысла жизни и ценностных ориентаций [17, с. 210; 12, с. 191]. К критическим относят ситуации, отличающиеся хронически неблагоприятными, угрожающими условиями (война, стихийные бедствия, социальные кризисы, неврозы, поражения мозга и др.) [28, с. 85]. В этих ситуациях потребность в безопасности побуждает человека мобилизовать силы для борьбы с угрозой. Отмечая характерную для самоактуализированных людей способность адаптироваться к любой среде, А. Маслоу пишет, что феномен самоактуализации не встречается у молодежи: у юношей и девушек отсутствует собственная система ценностей, недостает жизненного опыта переживания неудачи и поражения [28, с. 24–25]. Переживание критических ситуаций, считает ученый, человеку необходимо. Более того, именно в критические моменты, равно как и в моменты наивысшей радости, успешного решения задачи, человек достигает наибольшей степени интеграции [28, с. 71].

Наряду с ненормативными кризисами, выделяют кризисы нормативного характера, к числу которых относят возрастные кризисы, кризисы развития и кризисы профессионального становления. Рассмотрим их сущность и специфику.

Согласно аналитической теории К.-Г. Юнга [49, с. 189], проблемный характер переходов от одной возрастной ступени к другой определяется не столько внешними преградами, сколько их преобразованием во внутренние, возникновением внутреннего конфликта. Проблемный характер переходов ученый [49, с. 190] объясняет действием ряда факторов: неподготовленностью к ним индивида, несоответствием субъективных ожиданий внешним условиям, недооценкой внешних трудностей, необоснованным оптимизмом и негативизмом. Проблемы могут также породить внутренние душевные трудности (чувство неполноценности, нарушение душевного равновесия), связанные с предыдущими этапами развития [49, с. 190–191]. Более того, внутренние конфликты могут существовать даже при благоприятном приспособлении к внешним условиям. Разрешаются проблемы посредством приспособления того, что усвоено в прошлом, к возможностям и требованиям будущего [49, с. 193]. В связи с этим встает важная проблема: как, адаптируясь к новой реальности, не утратить «часть ценного прошлого» и «не менее ценного будущего». Постановка проблемы не случайна: «...каждое продвижение в развитии личности приносит в одно и то же время как новые адаптивные возможности, так и утрату каких-то прежних возможностей и способностей» [49, с. 67]. Проблемы сопровождают человека всю жизнь, отсюда смысл их существования состоит в непрерывной работе над ними [49, с. 193].

Опираясь на психоаналитическую теорию З. Фрейда, Э. Эриксона [48, с. 173–174] связывает адаптацию человека к новой социальной реальности с кризисами, которые завершают каждую стадию развития и более обратимы, чем невротические. В понимании ученого [48, с. 105], кризис – это не угроза катастрофы, напротив, это сензитивный период, связанный с изменением личности, с ее возросшими потенциями. Выход из кризиса характеризуется усилением ощущения внутреннего единства личности, развитием ее способностей к здравым суждениям и «хорошим действиям», в соответствии со своими собственными стандартами и стандартами значимых для нее людей. Под «хорошими действиями» понимается приобретение новых знаний, умений, преуспевание, отсутствие невротических симптомов, умение «удерживать в своей витальности всевозможные глубинные конфликты» [48, с. 100–101]. Переживаемые человеком кризисы носят индивидуальный характер. Человек последовательно проходит выделенные стадии. Важно систематически поддерживать его в период переживания кризиса, содействовать росту его социального окружения, что, в свою очередь, определяет успех адаптации [47, с. 376; 48, с. 104–105].

Большой вклад в исследование и теоретическое обоснование возрастных кризисов внесли отечественные психологи (П.П. Блонский, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.И. Слободчиков, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин и др.). Возрастные кризисы в их понимании – это «особые, относительно непродолжительные по времени (до года) периоды онтогенеза, характеризующиеся резкими психологическими изменениями» [33, с. 180]. Возникая обычно при переходе из одного физического или психического возраста в другой, кризисы знаменуют собой задержку в психическом развитии человека, сопровождающуюся депрессивными состояниями, выраженной неудовлетворенностью собой, а также трудноразрешимыми проблемами личностного и межличностного характера [32, с. 483]. Связаны они с системными качественными преобразованиями в сфере социальных отношений субъекта, его деятельности и сознания [33, с. 180]. К характерным чертам критических возрастных периодов относят неотчетливость начала и окончания кризиса, трудновоспитуемость, негативный характер развития человека, возникновение соответствующего новообразования (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин и др.). Последнее представляет собой генеральную линию дальнейшего развития в стабильном периоде [46, с. 45]. С учетом того, что кризис – это момент, «когда расхождение между тем, что усвоил субъект из системы отношений человек – человек, и тем, что он усвоил из системы отношений человек – предмет, принимает наибольшую величину», после его преодоления развивается та сторона, которая отставала в предшествующий период [46, с. 59]. Считается правомерным говорить о критических периодах в ходе отдельной конкретной деятельности [3, с. 12].

В отечественной научной литературе отмечается, что, независимо от периодизации возрастного развития, существуют два выраженных резких перехода, переживаемых как «кризис трех лет» и «кризис подросткового возраста». Д.Б. Эльконин [46, с. 42–43] дополнительно к названным выделял кризис новорожденности, кризис первого года и кризис семи лет. По мнению Ю.Н. Кулюткина [24], все периоды взрослости (молодость, возмужалость, зрелость) начинаются с кризиса возрастного развития. Преодоление первоначального кризиса развития в молодости связано с формированием жизненных планов. Как следствие, молодой человек более успешно адаптируется к положению

взрослого. Возмужалость также начинается кризисом, который связан с переоценкой сделанного человеком выбора. Кризис возрастного развития в зрелости характеризуется осмыслением того, чего успел человек достичь в жизни, а также сокращением диапазона будущего.

В схеме периодизации, разработанной В.И. Слободчиковым, выделены два вида кризисов, переживаемых человеком также на протяжении всей жизни в процессе становления событийности и реализации самобытности: кризисы рождения и кризисы развития. Начало каждой ступени – это потенциально возможное рождение в новую форму жизни, сохраняющую достижения прожитой ступени. Феноменология кризиса юности (17–21), переживаемого студентами на этапе профессионализации, имеет свои особенности. Процесс адаптации к вузу сопровождается негативными переживаниями, связанными с отрывом от школьного коллектива, неподготовленностью к обучению в вузе, отсутствием постоянного педагогического контроля, самостоятельным налаживанием быта; внутренней неуверенностью в себе, сочетающейся иногда с внешней агрессивностью, развязностью, представлением о собственной неполноценности; разочарованиями в профессиональном выборе. Отсутствие внутренних средств разрешения кризиса провоцирует приобщение к наркотикам, алкоголю, приводит к суициду. Основной пафос этого периода, по В.И. Слободчикову – самоопределение, поиск своего места в жизни (экзистенциальный кризис), профессиональное самопознание. Важная характеристика кризиса рождения, переживаемого юношами и девушками на стадии персонализации, – это разрыв идеала и реальности, который молодые люди преодолевают посредством освоения способов решения учебно-познавательных и учебно-профессиональных задач, делающих их адекватными конкретным ситуациям вузовской и конструируемой педагогами профессиональной реальности [38, с. 322-323].

Общее, позиционируемое разработчиками всех возрастных периодизаций, состоит в понимании положительных фактов, проявляющихся в личности в рамках кризисных периодов, и их значения, состоящего не только в известной концентрации процессов отмирания, но и в позитивных изменениях, составляющих главный смысл данных периодов [11, с. 899; 5, с. 67; 42, с. 100]. Суждение Дж. Якобсона о возможностях роста и развития личности в критический период приводит в своей работе Ф.Е. Василюк [8, с. 45]. Момент появления новых потребностей и перестройки мотивационной сферы личности подчеркивает в понятии «кризис» И.С. Кон [21]. В свете новой методологической перспективы ученый считает необходимым изучать «развивающегося индивида в изменяющемся мире».

Возможно проектирование образовательных процессов в рамках определенного возрастного интервала, предполагающее мыследеятельностное проектирование переходов [39, с. 240]. Важность проектирования образовательных процессов в кризисные периоды обусловлена тем, что форма, длительность и острота протекания возрастных кризисов могут заметно различаться, в зависимости от индивидуально-типологических особенностей человека, социальных и микросоциальных условий, особенностей его воспитания в семье, педагогической системы в целом [33, с. 287, 180]. Трудновоспитуемость ребенка зачастую вызвана непоследовательностью педагогической системы, применяемой к нему, за быстрыми изменениями его личности, жесткой системой воспитания, при ко-

торой симптоматика кризиса проявляется резко [11, с. 899; 46, с. 77].

Подытоживая вышесказанное, заметим, что возрастные кризисы в интерпретации отечественных и зарубежных психологов – это нормативные процессы, необходимые для нормального, поступательного хода личностного развития; это сензитивные периоды, обуславливающие результаты развития.

Наряду с ними в отечественной психологии широко используется понятие «кризисы психического развития». В отличие от возрастных, они не инициируются возрастом, их ведущими факторами являются изменение социальной ситуации развития, перестройка системы отношений с окружающим миром, а также смена ведущей деятельности. Характеризуются они возникновением психологических новообразований. Разновидностью кризисов психического развития выступают кризисы профессионального развития, решающее значение в возникновении которых также принадлежит смене и перестройке ведущей деятельности [17, с. 207–209]. Рассмотрим их особенности более основательно, поскольку переживаются они студентами на этапе профессионализации.

Основываясь на концепции профессионального становления, Э.Ф. Зеер и Э.Э. Сыманюк [16, с. 36–39; 41, с. 420–421] определяют кризисы профессионального становления как непродолжительные во времени периоды (до года) кардинальной перестройки личности, изменения вектора ее профильного развития. Переживая этот кризис, личность, как правило, поднимается на более высокий уровень развития вследствие перестройки ее психологической структуры. Нормативные кризисы имеют место на всех стадиях профессионального становления личности. Решающую роль в их возникновении на стадиях оптации, профессионального образования и подготовки играют объективные факторы (смена ведущей деятельности и изменение социальной ситуации), на последующих стадиях – субъективные [16, с. 36]. На стадии профессионального образования студент переживает кризис профессионального выбора. «Вялотекущий» по характеру, он отчетливо проявляется, как правило, в первый и последний годы профессионального обучения и «за редким исключением... преодолевается сменой учебной мотивации социально-профессиональной» [16, с. 37]. Его симптоматика включает разочарование в получаемой профессии, недовольство отдельными предметами, сомнения в правильности сделанного профессионального выбора и падение интереса к учебе [41, с. 31]. Усиление профессиональной направленности учебных дисциплин к старшим курсам снижает неудовлетворенность студентов будущей профессией [41, с. 32].

Обращение к работам нескольких авторов и анализ представленных в них результатов исследования кризиса профессионального выбора, переживаемого на этапе профессионализации, позволяет признать их достаточно расплывчатыми и противоречивыми. По одним источникам, удовлетворенность студентов профессией, максимальная на первом курсе, в дальнейшем имеет тенденцию к незначительному снижению [34, с. 84]. Количество студентов с высоким и средним уровнем профессиональной адаптированности от первого к третьему курсу обучения в педвузе также сокращается [30]. По другим источникам, у большей части будущих учителей удовлетворенность профессией на этапе вузовского образования снижается ко второму курсу, а к третьему незначительно возрастает [13]. По третьим источникам, выявлен второй кризисный период в профессиональной адаптации студентов, происходящий на второй – третий годы их обучения в вузе. Природа его «...преимущественно психологическая и связана с потерей первоначального, как правило, несколько идеализированного представления о профессии» [20]. Наиболее значимой причиной

второго кризисного периода называют проблему профессионального самоопределения, а также малую информированность студентов первых двух лет обучения о работе, которая им предстоит. Это затрудняет профессионально-этическое воспитание будущих специалистов [20, с. 83]. Не следует сбрасывать со счета и то, что неудовлетворенность избранной специальностью, разочарование в ней проявляются, в основном, на третьем – четвертом годах обучения в связи с осознанием студентами неподготовленности к избранной профессии. Причину этого И.С. Якиманская [50, с. 69] видит в отсутствии «...целенаправленного формирования в процессе обучения качеств личности, составляющих основу профессии...».

Неоднократное переживание студентами кризисов в период вхождения в профессию на этапе профессионального образования отмечают Т.В. Кудрявцев и В.Ю. Шегурова. Кризис «ожиданий», связанный со столкновением ожиданий первокурсников относительно избранной профессии с вузовской реальностью, сменяется кризисом «профессионального самоопределения» с максимально выраженной симптоматикой на третьем курсе обучения и кризисом «специализации», характеризующимся осознанием студентами четвертого курса необходимости фундаментальной теоретической подготовки для приобретения практических умений и навыков по избранной специальности [23].

Вышесказанное, однако, не означает, что кризисы, переживаемые студентами на этапе профессионализации, сводятся исключительно к проблемам вхождения юношей и девушек в избранную профессиональную реальность. В качестве наиболее типичных кризисных ситуаций у студентов авторы называют кризисы в академической деятельности, кризисы зависимости от родительской семьи, кризисы сексуальных отношений [24, 133–135]. Объясняют это тем, что вхождение студентов в новую реальность осуществляется посредством освоения нескольких сфер деятельности (учебно-профессиональной, коммуникативной, профессиональной).

Добавим, что среди исследователей кризисной проблематики нет устоявшегося мнения относительно параметров наиболее сложных этапов адаптационного процесса, которые «проходят» студенты вузов. Одни [19] подчеркивают важность первых трех семестров, для которых характерна наибольшая адаптивная нагрузка и наибольшее напряжение личностной системы обучаемых. Опытно-экспериментальная работа других [31; 37] показывает, что наиболее напряженным в плане адаптации учащихся и студентов в сфере познания и обучения на этапе профессионализации является только первый год обучения. Имеются данные о снижении успеваемости студентов на первом курсе [2; 6]. По результатам исследования третьих [15; 35], наиболее высокий уровень динамики учебной и социально-психологической неадаптированности студентов выявляется только в первом семестре обучения, в результате непривычных вузовских условий и вследствие переутомления от двух предыдущих экзаменов – выпускных и вступительных [36]. Ряд авторов отмечают относительную завершенность процесса адаптации студентов к учебной деятельности на старших курсах, в частности, в первой половине третьего года обучения, более быстрое протекание социально-психологической адаптации, которая для большинства студентов педагогического вуза (72%) заканчивается на третьем году обучения [1; 14; 15].

Способы преодоления кризисов в понимании исследователей проблемы могут быть разные: конструктивные, нейтральные, деструктивные, каждому из которых

соответствует определенная стратегия противодействия неудачам [41, с. 197]. Оптимальный способ, по мнению одних, – преодоление кризиса самостоятельно. Эта схема закрепляется и определяет поведение человека в любой кризисной ситуации [27, с. 336]. В качестве вариантов самостоятельного разрешения кризисной ситуации в адаптации могут выступать использование психологических защит, психологическая перестройка личности. Особыми возможностями в плане превращения потенциально разрушительных событий жизни в точки роста и совершенствования обладают принципы ценности и творчества [12, с. 194].

По мнению других исследователей, важна психокоррекционная работа, поддержка личности, формирование у нее здорового жизненного стиля, развитие самоэффективности, использование юмора как стиля совладания [48; 29]. К психологическим технологиям преодоления кризисов в профессиональном становлении личности учителя относят психопрофилактику, психологическое консультирование, психокоррекцию, психологическую реабилитацию и личностно ориентированную терапию. Наиболее эффективным инструментом для коррекции стратегий преодоления профессионально обусловленных кризисов считают психологические тренинги [41, с. 131–141]. Не отрицая роли и значения этой стратегии, мы, вслед за Э.Э. Сыманюк, отмечаем, что ни один из известных способов преодоления кризисов нельзя назвать универсальным, а потому желательно их комплексное использование [41, с. 185].

На наш взгляд, наряду с психолого-педагогической деятельностью поддерживающего и сопровождающего характера, направленной на предупреждение негативных проявлений кризисных явлений у студентов, возможно использование позитивной энергии кризиса, придание самим педагогом стихийно возникающему кризису проектируемого характера. Проектирование кризиса может происходить в условиях экспериментального обучения, через вовлечение адаптантов в совместную творческую деятельность, квазипрофессиональную по характеру, моделирующую профессиональную деятельность. Адаптация, сопряженная с учебно-профессиональным развитием субъектов, запланированным и осуществленным педагогом, актуализирует процессы профессионального развития, еще сегодня лежащие в зоне их ближайшего развития (Л.С. Выготский).

Проведенный анализ позволяет сформулировать вывод о том, что в зарубежной и отечественной психологической науке нет до сих пор единого взгляда на феномен кризиса. Рассогласованность авторских трактовок обусловлена теоретико-методологическим обоснованием и эмпирическим исследованием разных видов кризисов и реализацией разных подходов к их изучению. Теоретический анализ работ по данной проблематике также позволяет утверждать, что феномен кризиса в адаптации по-разному трактуется и именуется в психологической литературе, выявлены различия в операционализации этого понятия, в использовании способов разрешения критических ситуаций, возникающих в период адаптации. Возникающие внутри возрастных кризисов и протекающие на их фоне адаптационные кризисы, переживаемые студентами вузов, на наш взгляд, не инициируются прямо и непосредственно возрастом, а потому не тождественны им. Их возникновение обусловлено активным вхождением студентов в разные виды деятельности на этапе профессионализации, необходимостью адаптации к ним и к новой системе требований. Вместе с тем адаптационные кризисы сопряжены с возрастными кризисами, необходимыми для нормального хода личностного развития и собственно обуславливающими результаты такого развития.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Аливердиева И.А. Психологические характеристики адаптации студентов к учебной деятельности: автореф. ... дис. канд. психол. наук: 19.00.07 / И.А. Аливердиева; ЛГУ. – Л., 1982. – 16 с.
2. Андреева Д.А. О понятии адаптации. Исследования адаптации студентов к условиям учебы в вузе / Д.А. Андреева // Человек и общество. – Л.: ЛГУ, 1973. – Вып. 13. – С. 62–69.
3. Анцыферова Л.И. О динамическом подходе к психологическому изучению личности / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1981. – Т. 2, № 2. – С. 8–18.
4. Ахмеров Р.А. Биографические кризисы личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Р.А. Ахмеров; Ин-т психологии РАН. – М., 1994. – 24 с.
5. Балтес П.Б. Всевозрастной подход в психологии развития: исследование динамики подъемов и спадов на протяжении жизни / П.Б. Балтес // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15, № 1. – С. 60–80.
6. Бараш Б.А. Психотерапевтическая помощь студентам вузов в кризисных ситуациях / Б.А. Бараш // Физические и психо-социальные особенности студентов: сб. науч. ст. / Таллин. пед. ин-т. им. Э. Вильде, каф-ра мед. подгот; под ред. С.И. Тамм и др. – Таллинн, 1986. – С. 133–140.
7. Блонский П.П. Возрастная педология / П.П. Блонский. – перераб. и сокр. изд. «Педологии». – М., Л.: Работник просвещения, 1930. – 212 с.
8. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф.Е. Василюк. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
9. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека / В.К. Вилюнас. – М.: МГУ, 1990. – 288 с.
10. Виттенберг Е.В. Социально-психологические факторы адаптации к социальным и культурным изменениям: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Е.В. Виттенберг; Санкт-Петербург. гос. ун-т. – СПб., 1994. – 16 с.
11. Выготский Л.С. Психология / Л.С. Выготский. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с. (Сер. «Мир психологии»).
12. Гримак Л.П. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности / Л.П. Гримак – М.: Политиздат, 1989. – 319 с.
13. Гришанов Л.К. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов / Л.К. Гришанов В.Д. Цуркан // Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе: сб. ст. / Кишин. гос. ун-т им. В.И. Ленина; редкол.: В.А. Гаврилов (отв. ред.) [и др.]. – Кишинев, 1990. – С. 3–17.
14. Довгалевская Н.А. Динамика успешности обучения как показатель уровня адаптации / Н.А. Довгалевская // Психологические и социально-психологические особенности адаптации студента: материалы симпозиума / М-во просвещения Арм. ССР; Арм. гос. пед. ин-т. – Ереван, 1973. – С. 34–36.
15. Дугинец В.М. Профессионально-педагогическая адаптация студентов младших курсов педвузов: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / В.М. Дугинец. – Челябинск, 1987. – 206 л.
16. Зеер Э.Ф. Кризисы профессионального становления личности / Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк // Психологический журнал. – 1997. – № 6. – С. 35–44.
17. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учеб. пособие / Э.Ф. Зеер. – 3-е изд., доп. – М.: Академический Проспект; “Фонд Мира”, 2005. – 336 с.
18. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. – С. 415–425.
19. Колызаева Н.Г. Формирование адаптивных характеристик личности у студентов в начальном периоде обучения: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Н.Г. Колызаева; ЛГУ. – Л., 1989. – 15 с.
20. Кольвах О. О «критических» моментах в процессе адаптации / О. Кольвах, Т. Кончанин // Психологические и социально-психологические особенности адаптации студента: материалы симпозиума / М-во просвещения Арм. ССР; Арм. гос. пед. ин-т. – Ереван, 1973. – С. 15–18.
21. Кон И.С. Ребенок и общество: (Историко-этнографическая перспектива) / И.С. Кон; АН СССР; Ин-т этнографии им. Н.Н. Миклухо-Маклая. – М.: Наука, 1988. – 269 с.
22. Кудашев А.Р. Управленческая адаптация государственных служащих: монография / А.Р. Кудашев. – М. – Уфа: РНО БАГСУ, 1997. – 135 с.
23. Кудрявцев Т.В. Психологический анализ динамики профессионального самоопределения

- / Т.В. Кудрявцев, В.Ю. Шегурова // Вопросы психологии. – 1983. – № 2. – С.51 – 59.
24. Кулюткин Ю.М. Психология обучения взрослых / Ю.М. Кулюткин. – М.: Просвещение, 1985. – 128 с. (Библиотека руков. вечер. и заоч. сред. общеобр. школ).
25. Лебедев, В.И. Личность в экстремальных условиях / В.И. Лебедев. – М.: Политиздат, 1989. – 304 с.
26. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: в 2 т. / А.Н. Леонтьев. – М.: Педагогика. – 1983.
27. Максимов М. Есть ли средства против кризисов / М. Максимов // Психология возрастных кризисов: хрестоматия / сост. К.В. Сельченков. – Минск: Харвест, 2000. – С. 324–354. (Библиотека практической психологии).
28. Маслоу А.Г. Мотивация и личность / А.Г. Маслоу; пер. с англ. А.М. Татлыбаевой; вступ. ст. Н.Н. Акулиной. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
29. Миллер А.Р. Характер, личность, успех! / А.Р. Миллер, С. Шелли; пер. с англ. А.В. Устюжанина. – М.: АСТ: Астрель, 2005. – (The Coup Ideas Guide).
30. Насырова Г.И. Профессиональная адаптация студентов младших курсов педагогического вуза: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Г.И. Насырова; Моск. гос. пед. ин-т. – М., 1985. – 16 с.
31. Наурузбаев Д.Д. Педагогическое руководство адаптацией учащихся к условиям ПТУ: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Д.Д. Наурузбаев; НИИ профессионально-технической подготовки АПН СССР. – Казань, 1988. – 15 с.
32. Немов Р.С. Психология: учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений: в 3 кн. / Р.С. Немов. – 2-е изд. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – Кн. 2. Психология образования. – 496 с.
33. Психология: Словарь / под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
34. Реан А.А. Психологический анализ проблемы удовлетворенности избранной профессией / А.А. Реан // Вопросы психологии. – 1988. – № 1. – С. 83–88.
35. Романович Г.Г. Изменение свойств внимания студентов в период адаптации к учебному процессу вуза / Г.Г. Романович // Комплексная проблема профессиональной ориентации, адаптации и повышения квалификации кадров: Тез. докл. всесоюз. науч.-техн. конф., Минск, 7–9 дек. 1976 г.: в 2 ч. / Бел. гос. ун-т. – Минск, 1976. – Ч. 1. – С. 119–124.
36. Сантросян К.О. К вопросу адаптации первокурсников / К.О. Сантросян // Психологические и социально-психологические особенности адаптации студента: материалы симпозиума / М-во просвещения Арм. ССР; Арм. гос. пед. ин-т. – Ереван, 1973. – С. 6–10.
37. Слостенин В.А. О профессиональной адаптации молодого учителя / В.А. Слостенин // Советская педагогика. – 1976. – № 3. – С. 88–95.
38. Слободчиков В.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе: учеб. пособие / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – М.: Школьная Пресса, 2000. – 416 с.
39. Слободчиков В.И. Очерки психологии образования / В.И. Слободчиков. – 2-е изд., перераб. и доп. – Биробиджан: Изд-во БГПИ, 2005. – 272 с.
40. Словарь иностранных слов. – 13-е изд., стереотип. – М.: Рус. язык, 1986. – 608 с.
41. Сыманюк Э.Э. Психологические барьеры профессионального развития личности. Практико-ориентированная монография / Э.Э. Сыманюк; под ред. Э.Ф. Зеера. – М.: Моск. психол.-соц. ин-т, 2005. – 252 с.
42. Фельдштейн Д.И. Проблемы возрастной и педагогической психологии / Д.И. Фельдштейн. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 368 с.
43. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы / А. Фрейд. – М.: Педагогика, 1993. – 144 с.
44. Хрлопян Г.Т. О периодизации процесса адаптации студенчества / Г.Т. Хрлопян // Психологические и социально-психологические особенности адаптации студента: материалы симпозиума / М-во просвещения Арм. ССР; Арм. гос. пед. ин-т. – Ереван, 1973. – С. 140–142.
45. Шихи Г. Тайны жизненного цикла / Г. Шихи // Психология возрастных кризисов: хрестоматия / сост. К.В. Сельченков. – Минск: Харвест, 2000. – С. 100–141. (Библиотека практической психологии).
46. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды / Д.Б. Эльконин. – М.: Педагогика, 1989. – 500 с.
47. Эриксон Э.Г. Детство и общество / Э.Г. Эриксон; пер. с англ. А.А. Алексеева. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Психол. центр «Ленато» и др., 1996. – 592 с.

48. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон; пер. с англ.; общ. ред. и предисл. А.В. Толстых. – М.: Изд. гр. «Прогресс», 1996. – 344 с.
49. Юнг, К.-Г. Проблемы души нашего времени / К.-Г. Юнг. – М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1996. – 336 с. (Библиотека зарубежной психологии).
50. Якиманская И.С. Психологическая поддержка педагогического процесса и преподавателя / И.С. Якиманская // Психологическая служба вуза: принципы, опыт работы: сб. ст. / НИИВО; Б.Б. Косов (ред.). – М., 1993. – С. 68–79.

Mirzaianova L.F.

THE CONCEPT OF “CRISIS” AS AN IMPORTANT DETERMINANT OF ADAPTATION

The article provides the analysis of views of both foreign and Russian psychologists on a phenomena of “crisis”. The author singles out different types of crisis, it’s parameters and ways of solving. The results show that adaptation crisis differs from age crisis and that the former is very important for the molding of young specialists.

Key words: crisis, not standard crises, standard crises, age crisis, development crisis, birth crisis, adaptable crisis, crisis of a professional choice, crisis designing.