

## ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ УЧАЩИХСЯ КОЛЛЕДЖА К ЭКСТРЕМАЛЬНЫМ СИТУАЦИЯМ

*А. А. Шевченко, М. С. Хандилян* (СГК МГУ имени А. А. Кулешова)  
Науч. рук. *И. В. Ракутова*,  
преподаватель

Ежедневно каждый современный человек сталкивается с различными эмоциональными воздействиями, ситуациями, связанными с высокой ответственностью, опасностью, трудностью, новизной выполняемой деятельности, наличием лимита времени на принятие решения и другими сложностями. Экзамены, сессия, личные проблемы создают у молодежи ситуации, которые сопровождаются стрессом, паникой и нестабильной эмоциональностью. Переживания таких ситуаций усугубляется еще и отсутствием личного жизненного опыта молодежи.

С целью изучения готовности поведения учащихся к экстремальным ситуациям применены следующие методики: методика диагностики степени к риску Шуберта, симптоматический опросник «Самочувствие в экстремальных условиях» А. Волкова, Н. Водопьянова. В исследовании приняло участие 25 девушек 17–20 лет специальности «Дошкольное образование».

Исходя из результатов методик, большая часть учащихся колледжа стрессоустойчива, готова к стрессу, может адаптироваться, старается быть настороженна к риску. Это свидетельствует о хорошей адаптированности. Также чуть меньше половины испытуемых имеют средний уровень, что говорит о состоянии удовлетворительной адаптированности.

Интересным является изучение готовности к экстремальным ситуациям в гендерном аспекте. В будущем планируется продолжить исследование на выборке лиц мужского пола, с привлечением дополнительных психодиагностических методик.

### Литература

1. **Павлов, Е. В.** Психология экстремальных ситуаций и состояний: учебное пособие / Е. В. Павлов. – Благовещенск : Изд-во АмГУ, 2014. – 198 с.
2. **Каменская, Е. Н.** Психологическая безопасность личности и поведение человека в чрезвычайной ситуации: учебно-метод. пособие / Е. Н. Каменская. – Ростов-на-Дону : Изд-во ЮФУ, 2014. – 48 с.