

*Иннокентий Корниенко***Особенности совладающего поведения в юности****Введение**

Проблема выбора и применения подходов к диагностике совладающего поведения личности студента имеет противоречивый характер и является актуальной для исследователей копинга. интраиндивидуальные, интраиндивидуальные и личностно-ориентировочные методы исследуют отдельные измерения феномена совладания, эффективность которых доказывается учеными с ощутимыми различиями в подходах. Ни один не способен адекватно измерять и предоставлять адекватную интерпретацию совладанию независимо от ситуации деятельности. Наиболее оптимальным для исследования копинг-поведения считается интегративный или COPE-подход, который учитывает влияние как личностных, так и ситуативных факторов при выборе стратегии поведения (Lazarus, Folkman 1984). Развитие процесса совладания рассматривается во взаимосвязи личностных и ситуационных параметров. интегративное использование и взаимодополняемость ситуативного и личностного подходов не нашла достаточного отражения в отечественной психологии, хотя проблема совладания с каждым годом всё глубже разрабатывается исследователями. Учитывая актуальность, однако не достаточную разработанность данной проблемы целью данной статьи является психологический анализ и экспериментальное изучение особенностей совладающего поведения юношей на этапе первичной профессионализации с позиций ситуативно-личностного подхода.

Исходя из принципа единства сознания и деятельности (Л.С. Выготский, А.Н.Леонтьев, С.Д.Максименко, С.Л.Рубинштейн и др.) совладающее поведение юношей изучалась нами в контексте особенностей формирования конструктивных стратегий копинг-поведения. При этом конструктивные стратегии совладающего поведения в проведенном исследовании рассматривались как важное условие, как значимый фактор не только активного саморазвития, но и как фактор профессионального роста.

Л.И. Анцыферова (Анцыферова 1994) рассматривает совладание как процесс, в котором на разных этапах субъект использует различные стратегии,

причем порой совмещая их. При этом не существует стратегий, которые были бы эффективными во всех без исключения жизненных ситуациях. Ведь одна и та же ситуация может требовать различных стратегий, а совершенно разные ситуации – одинаковых. Так, эмоциональная экспрессивность в выражении чувств или эмоциональная сдержанность могут свидетельствовать о конструктивном, удачном совладании и коммуникативной компетентности в одних случаях, и отсутствие совладания и коммуникативную беспомощность в других. Именно в этом и проявляются методологические и методические проблемы изучения совладающего поведения.

Материал и методы

Для исследования был избран период юношеского возраста, а именно студенты младших курсов. Всего различными видами работы было охвачено 120 студентов Мукачевского государственного университета, которые учились на разных факультетах. Цель исследования заключалась в анализе возрастных особенностей совладающего поведения студентов, проверка подтверждаемости результатов исследования разнообразными опросниками совладающего поведения.

Для исследования совладающего поведения студентов младших курсов четырёх факультетов и десяти направлений подготовки в эксперименте нами использованы следующие опросники: опросник SACS «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (Крюкова 2002), опросник CISS «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях», (Ender, Parker 1990; Сапоровская 2002) опросник WCQ «Опросник способов совладания» (Крюкова 2004; Folkman, Lazarus 1988) опросник ACS «Юношеская копинг-шкала» (Frydenberg 1993; Крюкова 2004).

Такое совместное применение позволяет осуществить интегральный подход к объяснению получаемых результатов, учитывающий как личностные, так и ситуативные факторы выбора субъектом модели совладающего поведения.

Результаты и их обсуждение

Анализ результатов начнем с опросника «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» СПСС. В анализе мы обратили внимание на показатели, которые значительно отличны от норм, а именно это шкала, «избегание» $X_{сер.} = 17,44$ ($\sigma = 3,43$), «манипулятивные действия» $X_{сер.} = 19,27$ ($\sigma = 3,51$) и «импульсивные действия» $X_{сер.} = 18,44$ ($\sigma = 3,08$), агрессивные действия $X_{сер.} = 19,43$ ($\sigma = 3,55$). Также нами определено количество ответов, которые находятся выше и ниже нормы (в процентах). Общие показатели сравнения полученных эмпирических данных по сравнению наглядно отражены в рисунке 1.

Итак, наибольшее беспокойство вызывают результаты, значительно выше нормативных по шкалам: «избегание» и «агрессивные действия». Это может быть подтверждением предположения, что при резком изменении

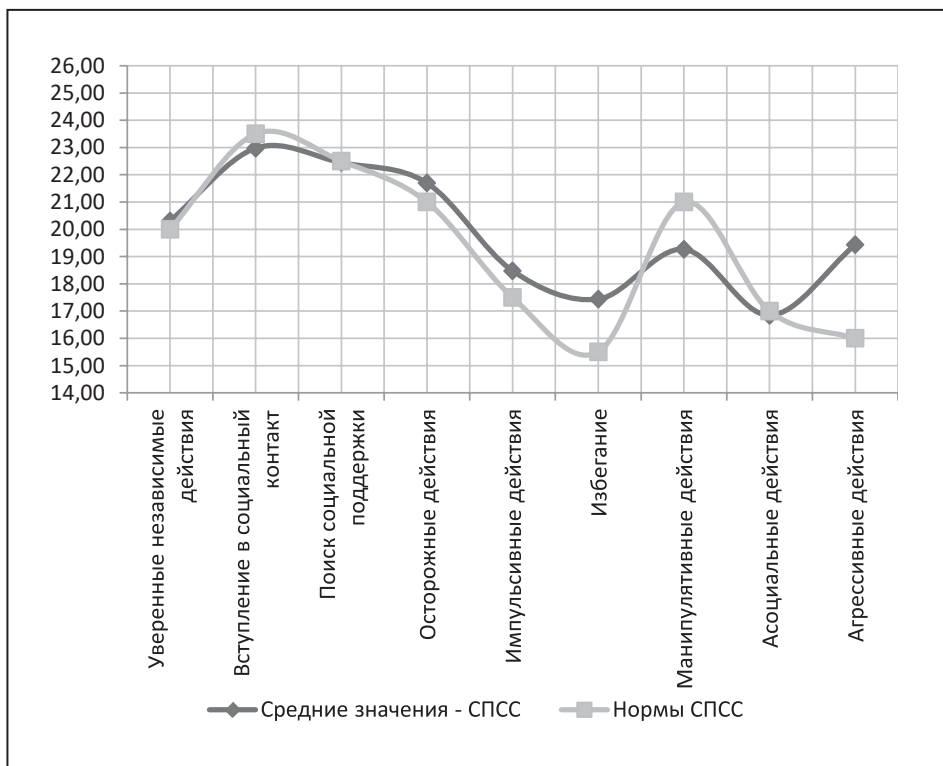


Рис. 1. Результаты опросника СПСС «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций»

Источник: результаты исследований автора

социальной среды студенты, во-первых не могут действовать уверенно, что может быть связано с тем, что они еще не выработали определенные модели поведения в новой среде, и в результате отсутствия социальных контактов и недостатка знакомств не идут на социальный контакт, а остаются в индивидуалистической избегающей позиции.

Шкала «поиск социальной поддержки» $X_{сер.} = 22,44$ ($\sigma = 4,12$) дает результат ниже нормы, но отклонение намного меньше, что может означать, что студенты готовы её получать, но она обычно находится вне той среды, в которую они попали (вероятно осталась «дома», с родителями и школьными друзьями).

Низкие значения шкал «манипулятивные действия» $X_{сер.} = 19,27$ ($\sigma = 3,51$) и «асоциальные действия» – $X_{сер.} = 16,84$ ($\sigma = 4,18$) также могут подтверждать, что исследуемые в новой среде не склонны к манипулятивному поведению и к асоциальным действиям. Тем не менее это сопровождается высоким показателем «агрессии», что объясняем тем, что такой вид поведения является универсальным и знакомыми; он обусловлен возрастными изменениями, завоеванием статуса и авторитета и другими возрастными особенностями исследуемой группы. Для удобства анализа уровня выраженности стратегий по данной шкале мы сгруппировали результаты в таблице 1.

Таб. 1. Уровень выраженности стилей совладающего поведения (в %)

Копинг стиль	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Уверенные независимые действия	17	52	31
Вступление в социальный контакт	23	41	36
Поиск социальной поддержки	25	25	50
Осторожные действия	12	41	48
Импульсивные действия	22	26	52
Избегание	13	24	62
Манипулятивные действия	13	63	24
Асоциальные действия	26	48	26
Агрессивные действия	10	24	66

Источник: результаты исследований автора

Следующая методика, которая была использована в анкете – КПСС: Копинг поведение в стрессовых ситуациях. Считается, что опросник надежно измеряет три основных стиля совладающего поведения: стиль, ориентированный на решение задачи, проблемы (проблемно-ориентированный стиль), эмоционально-ориентированный стиль и стиль ориентированный на избегание (данные нами сокращения – ПОС, ЭОС и СОИ).

Подавляющее большинство респондентов используют стиль избегания, высокий уровень выраженности которого наблюдается у 66% испытуемых, причем студенты часто применяют еще и такой субстиль как социальное отвлечение (47%). Треть студентов использует проблемно-ориентированный стиль, которому присущ средний уровень выраженности. Половина исследованных студентов использует стиль отвлечения (высокий уровень). Высокие результаты по избеганию, полученные при анализе предыдущей методики подтверждаются. Детализированные данные по уровням выраженности по этой методике приведены в таблице 2.

Среднее значение выборки по шкале проблемно ориентированного стиля (решение задачи) составляет $\text{Сер.} = 54,85$ ($\sigma = 7,42$). Среднее значение выборки по шкале эмоционально ориентированного стиля составляет $\text{Хсер.} = 42,29$ ($\sigma = 9,92$). Среднее значение выборки по шкале стиля избегание составляет $\text{Хсер.} = 51,76$ ($\sigma = 8,62$). При детальном анализе, во-первых выделяются результаты по шкале «избегание», значение которых намного выше среднего. Это подтверждает предположение о наличии желания делать вид, что, либо ничего не происходит, или все решится само собой, что подчеркивается отсутствием каких-либо активных действий. При этом отметим, что это – перенос модели поведения из предыдущего подросткового этапа, когда ребенок в основном ограничен в решении жизненных ситуаций. Об этом свидетельствуют завышенные показатели по субшкалам «отвлечения» и «социального отвлечения». Несколько заниженные показатели по шкале «решение задачи» подтверждают результаты предыдущей методики и при этом они обратно пропорциональны шкале «избегание». Сравнение эмпирически полученных данных с нормативными приведены на рис 2.

Таб. 2. Уровень выраженности стилей совладающего поведения по шкале КПСС (в %)

Копинг стиль	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Проблемно-ориентированный	45	33	22
Эмоционально-ориентированный	34	34	32
Стиль, ориентированный на избегание	9	25	66
Субшкала отвлечения	21	32	47
Субшкала социального отвлечения	14	30	56

Источник: результаты исследований автора

Рассматривая результаты по шкале «эмоции» отметим, что значение приближаются к норме. Однако анализ отклонений дает интересную информацию для размышлений. Количество результатов, которые попадают в отрицательное отклонение (низкий уровень выраженности) – 34%, положительного – 32% и среднего – 34%. Исходя из этого, мы утверждаем, что «попадание» эмоций в норму вызывается не столько большим количеством средних значений, сколько чрезвычайно высокой полярностью испытуемых по этому параметру.

Таким образом, в результате исследования стилей совладающего поведения студентов опросником «Копинг поведение в стрессовых ситуациях» было выявлено, что копинг поведение студентов характеризуется высоким уровнем выраженности стиля, ориентированного на избегание (66% испытуемых), низким уровнем выраженности проблемно-ориентированного копинга (45% испытуемых). Показатели выраженности эмоционально-ориентированного копинга почти равномерно распределились по выборке.

Для диагностики ситуационных копинг стратегий был использован опросник ОСС «Опросник способов совладания». Данная методика относится к интериндивидуальным, многомерным, ориентированным на ситуацию опросникам. Отмечают, что прием, который повышает надежность данных – ретест применить к ОСС трудно, поскольку он диагностирует ситуационно-специфическое поведение (аналогичная переменная – реактивная тревожность) и лучше всего привязывать результаты к какой-либо жизненной ситуации (например, для студентов – сдачи экзаменационной сессии). Данное исследование проводилось за 2 недели до начала экзаменационной сессии и, следовательно, имело относительную привязку к данному стрессору.

Среднее значение по выборке показателя копинг стратегии «конфронтационный копинг» составляет $X_{сер} = 10,20$ ($\sigma = 2,22$). Среднее значение по выборке показателя копинг стратегии «планирование решения проблемы» составляет $X_{сер} = 11,15$ ($\sigma = 3,24$). Среднее значение по выборке показателя копинг стратегии «самоконтроль» составляет $X_{сер} = 12,45$ ($\sigma = 3,98$). Среднее значение по выборке показателя копинг стратегии «дистанцирование» составляет $X_{сер} = 9,57$ ($\sigma = 3,11$). Среднее значение по выборке показателя копинг стратегии «поиск социальной поддержки» составляет $X_{сер} = 10,02$ ($\sigma = 2,41$). Среднее значение по выборке показателя копинг стратегии «принятие ответственности» составляет $X_{сер} = 6,91$ ($\sigma = 2,18$). Среднее значение по выборке

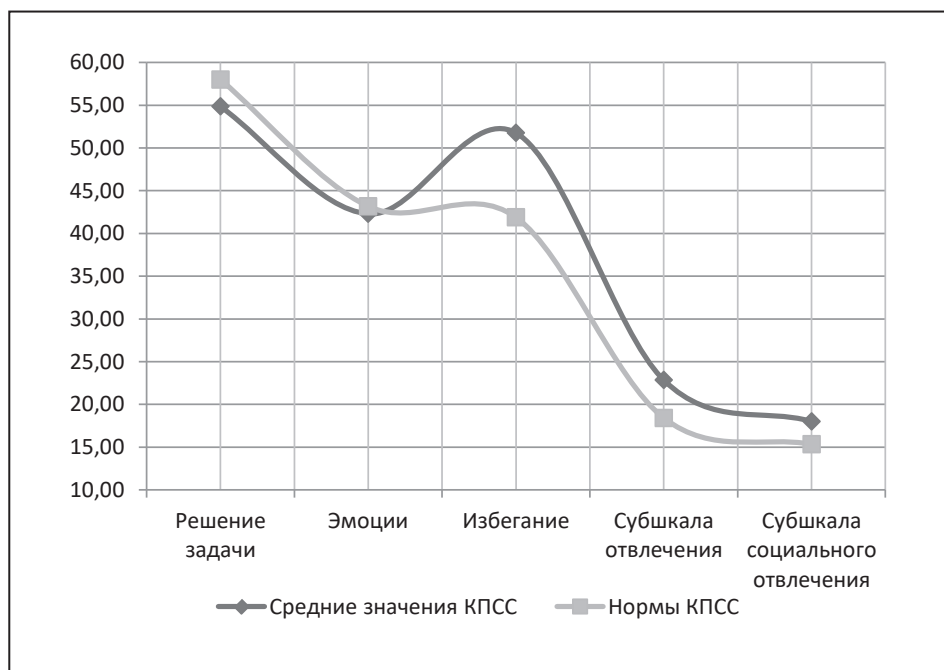


Рис. 2. Результаты опросника КПСС «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях»

источник: результаты исследований автора

показателя копинг стратегии «бегство-избегание» составляет $X_{сер} = 11,68$ ($\sigma = 3,14$). Среднее значение по выборке показателя копинг стратегии «положительная переоценка» составляет $X_{сер} = 12,31$ ($\sigma = 3,16$). Обобщенные значения выраженности копинг стратегий по опроснику ОСО приведены в таблице 3.

Tab. 3. Уровень выраженности стилей совладающего поведения «Опросник способов совладания» (в %)

Копинг стиль	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Конфронтационный копинг	9	56	35
Дистанцирование	22	51	27
Самоконтроль	15	69	16
Поиск социальной поддержки	9	77	14
Принятие ответственности	19	65	16
Бегство-избегание	7	76	17
Планирование решения проблемы	19	50	31
Положительная переоценка	16	56	28

Источник: результаты исследований автора

В результате исследования ситуационных копинг стратегий студентов с помощью методики «Опросник способов совладания» были выявлены следующие особенности: высокий уровень выраженности ситуационных копинг стратегий по шкалам «конфронтационный копинг» – 35%

и «дистанцирование» – 27% и низкой по шкалам «дистанцирование» – 22%, «принятие ответственности» – 19% и «планирование решения проблемы» – 19%. Эти результаты рассматриваем как негативные тенденции и свидетельство о недостаточно сформированном репертуаре совладающего поведения.

Значение шкалы «конфронтационный копинг» подтверждает результат первой методики, а именно завышенные значения агрессивного поведения, как одной из наиболее известных способов реагирования. По шкале «бегство-избегание» также наблюдаются завышенные результаты, что также подтверждает результаты по описанным выше методикам. Значение ниже нормы по шкале «планирование решения проблемы» свидетельствует не только о низкой тенденции к фактическим действиям, но отсутствию навыков их решения. Высокие значения «положительной переоценки» свидетельствуют о поиске нового опыта и вынесения новых моделей поведения из пережитых сложных ситуаций. Но кроме этого, такая пассивная стратегия может означать и склонность к самовнушению положительного опыта, как подвиды защиты. Таким образом, копинг поведение юношей по данному опроснику имеет следующие особенности: высокий уровень выраженности стиля, ориентированного на избегание и конфронтацию и средний уровень выраженности проблемно-ориентированного и эмоционально-ориентированного стилей.

«Юношеская копинг шкала» – это одна из самых современных методик, она предлагает больше шкал и большую точность оценки стратегий совладающего поведения. Представленные в восемнадцати шкалах стратегии образуют *три стиля копинг поведения*:

- 1) продуктивные стратегии: решение проблемы; работа, достижения; духовность; позитивный фокус;
- 2) непродуктивные стратегии: игнорирование, уход в себя, надежда на чудо, разрядка, самообвинение, беспокойство, несовладание, отвлечение, активный отдых и
- 3) социальные: социальная поддержка, друзья, принадлежность, общественные действия, профессиональная помощь.
- 4) Для удобства мы изобразили сравнения эмпирически полученных данных с нормативными значениями, представленные в рисунке 3.

Как видно из графика наиболее существенно отличаются от нормы только шкалы «Беспокойство» $X_{сер} = 17,59$ ($\sigma = 3,53$), «Духовность» $X_{сер} = 12,03$ ($\sigma = 3,2$). Показатели по шкалам «Волнение» и «Самообвинение» меньше нормы, что может свидетельствовать о склонности к игнорированию проблемы, ограждению, отстранению от нее, отсутствию желания принимать ситуацию за такую, которая требует решения. Высокие показатели по шкале «Духовность» по нашему мнению связанные с особенностью выборки и повышенной религиозностью населения Закарпатья.

Несмотря на то, что результаты методики ЮКШ свидетельствуют в нормальном, конструктивном репертуаре совладающего поведения у данных исследуемых. Шкалы, по которым бы наблюдалось существенное отличие от нормы отсутствуют. Однако обращает на себя внимание довольно высокое рассеивание результатов. Во-первых, это шкала «социальная поддержка» по которой наблюдаются полярные тенденции: у 27% выборки эта стратегия находится на низком уровне проявления, а у 18% на высоком. Значительные

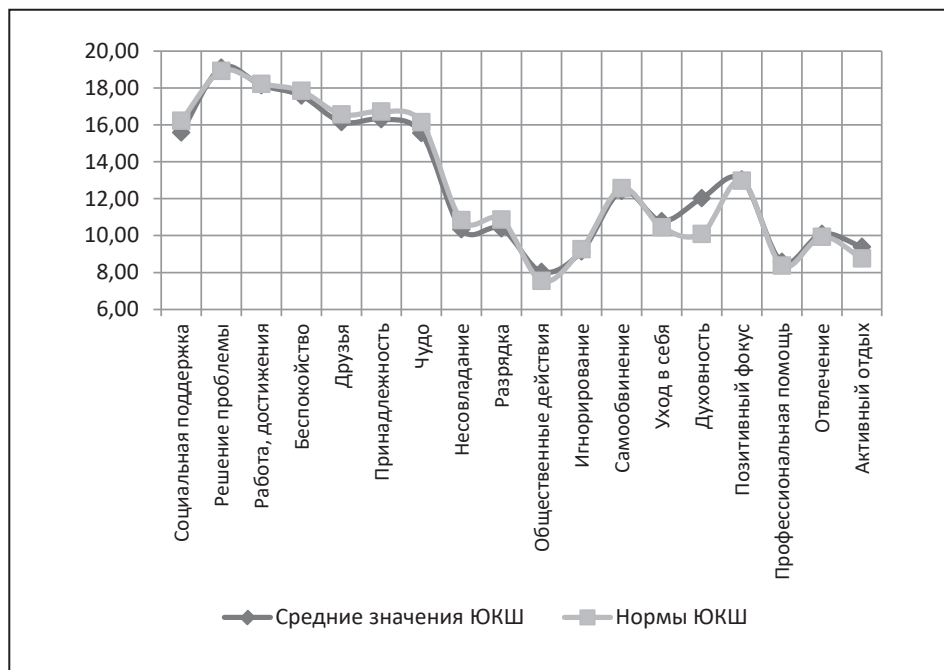


Рис. 3. Результаты опросника ЮКШ «Юношеская копинг-шкала»

Источник: результаты исследований автора

отклонения в обе стороны рассматриваются как негативные тенденции. Ведь в первом случае студент не использует социальный ресурс, не может получить так необходимую поддержку, не обращаются за ней по целому ряду причин. Во втором случае он рассчитывает на социальную поддержку как на панацею, как на тот ресурс, который сам решает все его ситуации неуспеха независимо от участия в ней.

Это подтверждают чрезвычайно схожие показатели по другой шкале, которая является частью социального ресурса, а именно шкала «друзья» – 17% положительного и 26% негативного отклонения.

Tab. 4. Уровень выраженности стилей совладающего поведения по шкале ЮКШ (в%)

Копинг стратегии	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Социальная поддержка	27	55	18
Решение проблемы	25	57	18
Работа, достижения	19	59	22
Беспокойство	33	52	15
Друзья	26	57	17
Принадлежность	20	63	17
Чудо	27	52	21
Несовладание	24	49	27
Разрядка	37	43	20
Общественные действия	26	52	22

Игнорирование	12	64	24
Самообвинение	49	37	14
Уход в себя	15	62	23
Духовность	9	36	55
Позитивный фокус	10	69	21
Профессиональная помощь	23	44	33
Отвлечение	26	52	22
Активный отдых	29	42	29

Источник: результаты исследований автора

Почти половина выборки, 49% демонстрируют «самообвинения» на низком уровне. Это свидетельствует о склонности к экстернальности и о неумении реально оценивать свой вклад в ситуации повседневной жизни считая ответственными окружающую среду в виде обстоятельств или реальных людей. Классически высокий процент значительного уровня выраженности стратегии «игнорирование» у 24% еще раз подтверждают данное ранее предположение.

Показатели уровня выраженности имеющихся копинг стратегий мы поместили в таблицу 4.

Обратим внимание на шкалу «Уход в себя» – 23% имеют высокую представленность этой стратегии. Это свидетельствует о склонности к замыканию на себя, стремление скрывать проблемы от окружающих, неумение и нежелание использовать внешние копинг ресурсы. Это логично связано с имеющимися показателями по шкале «социальная поддержка» и «решение проблемы».

Заключение

Проанализировав результаты по четырём опросникам совладающего поведения можно сделать вывод что молодежь юношеского возраста слишком эмоционально реагирует на ситуацию или, используя психические защиты, погружается в апатию и бездействие. Таким образом, исходя из результатов, отмечаем, что репертуар стратегий у студентов младших курсов еще не сформирован: старые стратегии используемые в школе и семье больше не действуют, а новые еще не сформированы. Студенты младших курсов избегают любых действий и часто меняют отсутствие поведенческих паттернов и компетенций реагированием на ситуацию агрессией. Касательно методов исследования, то результаты данного исследования позволяют утверждать, что опросники, направленные на исследование ситуативных и личностных компонент совладания не дают однозначных результатов и далеко не все тенденции проявляются по всем методикам, которые имеют сходные, а иногда и совершенно идентичные шкалы; на них можно опираться только в случае их комплексного использования. Дальнейшими исследованиями в области освоения может быть последовательная оптимизация интегративного подхода в психодиагностических методиках в исследованиях феномена совладающего поведения.

Литература

- Анцыферова Л.И., 1994. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование жизненных ситуаций и психологическая защита. *Психологический журнал*, 15 (1), 3–18.
- Endler N.S., Parker J.D.A., 1990. *Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual*. Multi-Health Systems, Toronto, 58.
- Folkman S., 1988. *Ways of Coping Questionnaire sampler set: Manual, test booklet, scoring key*. Palo Alto CA, Mind Garden Inc. for Consulting Psychologists Press, 42.
- Frydenberg E., 1993. *Adolescent Coping Scale: Manual*. ACER Press, Melbourne.
- Крюкова Т.Л., 2002. О методологии исследования и адаптации опросника диагностики совладающего (копинг) поведения. *Ярославский психологический вестник*, 7, 86–89.
- Крюкова Т.Л., 2004. *Психология совладающего поведения: Монография*. Студия оперативной полиграфии «Авантитул», Кострома.
- Lazarus R., 1984. *Stress, appraisal and coping*. Springer Publishing Company, New York.
- Сапоровская М.В., 2002. Детско-родительские отношения и совладающее (копинг) поведение родителей как фактор школьной адаптации первоклассников. канд, 156.

Coping behaviour of adolescents

Abstract

A range of methodological approaches to coping scales is reviewed in the article. Using different coping behavior questionnaires main features of coping behavior of youth are defined on the sample of junior university students. The results of personal and situational orientated questionnaires are compared in the article.

Key words: coping behavior, coping behavior questionnaires, youth

Inokentiy Korniyenko

Państwowy Uniwersytet w Mukaczewie, Ukraina

e-mail: innokasha@gmail.com