

7. Смирнова Е.О., Собкин В.С., Асадулина О.Э., Новаковская А.А. Специфика эмоционально-личностной сферы дошкольников, живущих в неполной семье // М., Вопросы психологии. 1999. № 6.
8. Сысенко В.А. Устойчивость брака: проблемы, факторы и условия [Текст] / В.А. Сысенко – М., 1981. – С.67-69.
9. Трубавіна І.М. Консультування сім'ї [Текст] / І.М. Трубавіна – К.: ДЦССМ, 2003. – С.68.
10. Фигдор Г.А., Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой [Текст] / Г.А. Фигдор. – М.: Наука, 1995.- 376 с.

АННОТАЦИЯ

FEATURES OF DIVORCE TO MENTAL DEVELOPMENT OF CHILDREN

В статье раскрыты особенности влияния развода родителей на психическое состояние младшего школьника, представлен ряд психологических изменений в их психическом состоянии, которые выявлены на основе эмпирических исследований.

Ключевые слова: семья, развод, младшие школьники, конфликты, психика, психоэмоциональное развитие ребёнка, неполная семья.

SUMMARY

ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ РАЗВОДА НА ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА

The article deals with the peculiarities of the impact of parents' divorce on the younger students mental condition, a number of psychological changes in their mental state, that are found on the basis of empirical research are represented.

Key words: Family, divorce, younger students, teen conflicts, psyche, psycho-emotional development of the child -parent family.

УДК 159.922.8

ОСОБЛИВОСТІ СТРАТЕГІЙ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

КОРНІЄНКО І. О., ГАЗІЙ Н. В.

Мукачівський державний університет

В статті розглянуто особливості опанувальної у поведінки у підлітковому віці, проаналізовано результати дослідження копінг-поведінки підлітків. Висвітлено головні аспекти та складові копінг-поведінки. Детально розглянуто та проаналізовано підходи до вивчення опанувальної поведінки та копінг стратегій. Встановлено, що в досліджуваних підлітків переважають психологічні захисти проєкція і раціоналізація незалежно від віку. Виявлено вікові відмінності копінг-поведінки в стресових ситуаціях. Констатовано, що учні всіх досліджуваних класів виявляють високий рівень схильності до стресу, що є досить проблематичним, оскільки опанувальна поведінка ще повністю несформована, а піддаваність стресу велика, і в результаті це може призвести до прояву стресів без приводу, та до важкості боротьби з ними.

Ключові слова: копінг-поведінка, підлітковий вік, копінг-стратегії, стилі копінг-поведінки, стрес, конфлікт.

Актуальність і значимість дослідження проблеми формування психологічних захистів і копінг - стратегій пов'язана з соціально - політичними змінами в державі і суспільстві , які стосуються реформ в освіті, відношення до дітей і впливають на процес розвитку особистості та її соціалізації. Особливо важливий цей вплив у перехідний період розвитку особистості тобто підлітковий вік. Будь-які зміни, до яких не готова особистість ведуть до зростання емоційного дискомфорту, внутрішньої напруженості, що проявляється в поведінці підлітка. У зв'язку, з чим зростає інтерес до вивчення формування механізмів психологічних захистів, що сприяють підтриманню стабільності та емоційного прийняття підлітками себе і свого оточення.

Об'єкти та методи дослідження

Метою дослідження постає визначення особливостей копінг-стратегій у підлітковому віці.

Об'єкт дослідження – копінг-поведінка у підлітковому віці, предмет дослідження – стратегії копінг-поведінки підлітків.

Проблему копінг-стратегій ґрунтовно представлено в працях вітчизняних та зарубіжних науковців. У загально-психологічному аспекті це дослідження І.Анциферової, В.Бодрова, Л.Дикої, Л.Китаєва-Смика, Т.Крюкової, А.Леонової, В.Марішука, В.Медведевої, С.Нартова - Бочавер, К.Судакова і ряд інших дослідників. Вони розуміють "копінг- поведінку", як індивідуальний спосіб взаємодії особистості з важкою, кризовою, стресовою ситуацією.

Методами дослідження виступають аналіз і синтез наукових джерел, а також для дослідження опанувальної поведінки було використано ряд психологічних методик:

- Методика "Індекс життєвого стилю" Плутчика-Келлермана-Конте.
- Опитувальник CISS – «Coping Inventory for Stressful Situations» або «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях», N.Endler, J.Parker, (адаптація і апробація Т.Л.Крюкової і М.В.Сапроновської) [1];
- Схильність до стресу (Дженкенсона, модифікація Фрідмана і Розенмана)
- Методика К.Томаса діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки, адаптація Н.В.Гришиної.
- опитувальник SACS – «The Strategic Approach to Coping Scale» або «Стратегії подолання стресових ситуацій» С.Хобфолл (адаптація Н.Є.Водопьянкової і Є.С.Старченкової). У подальшому будемо використовувати скорочення «СПСС» [2];
- опитувальник WCQ «Ways of Coping Questionnaire» або «Опитувальник способів опанування», С.Фолкман, Р.Лазарус, (адаптація і апробація Т.Л.Крюкової). [1].

У дослідженні взяло участь 100 учнів загальноосвітньої школи, а саме учні 8-го, 9-го, 10-го і 11-го класів, з кожного класу по 25 учнів.

Постановка задачі

Підлітковий вік має важливе значення у розвитку та становленні особистості людини. У цей період значно розширюється обсяг діяльності дитини, змінюється його характер, в структурі особистості відбуваються відчутні зміни, зумовлені перебудовою раніше сформованих структур і виникненням нових утворень, закладаються основи свідомої поведінки, вимальовується загальна спрямованість у формуванні моральних уявлень і установок. І все це відбувається на тлі суперечностей фізіологічного і психічного розвитку підлітка, на тлі його духовного становлення. Звідси підлітковий вік характеризується фахівцями як перехідний, складний, важкий, критичний. В це період важливим є формування конструктивних механізмів захисту, і копінг-стратегій. Тому важливим завданням є дослідити та проаналізувати копінг-поведінку підлітка.

Результати та їх обговорення

Механізми копінг - поведінки розглядаються як найважливіші форми адаптаційних процесів реагування індивідів на стресові ситуації. Ослаблення психічного дискомфорту здійснюється в рамках неусвідомленої діяльності психіки з допомогою механізму психологічних захистів. Копінг - поведінка використовується як стратегія дій особистості, спрямованої на усунення ситуації психологічної загрози. Дослідження копінг-поведінки є однією з актуальних проблем при розгляді адаптивних можливостей особистості. Проблему нашого дослідження визначено необхідністю адекватного розуміння й осмислення поведінки людини в ситуаціях, де ускладнюється задоволення актуальних потреб індивіда.

Вивчення особливостей копінг – стратегій підлітків дає можливість виявити основні види захисних механізмів, що використовуються ними, фактори і чинники порушення їх поведінки.

Підлітковий вік - це вік серйозної кризи, що зачіпає і фізіологічне, і психічне здоров'я дитини. Криза ця безпосередньо пов'язана з періодом статевого дозрівання. У цей період не тільки відбувається корінна перебудова раніше сформованих психологічних структур, але й виникають нові утворення, закладаються основи свідомої поведінки. Для цього складного етапу показовими є негативні прояви дитини, дисгармонійність в будові особистості, протестуючий характер поведінки по відношенню до дорослих, а також агресивність, підвищена тривожність, жорстокість. Тобто в підлітковому віці в силу складності і суперечливості особливостей зростаючих людей, внутрішніх і зовнішніх умов їхнього розвитку можуть виникати ситуації, які порушують нормальний хід особистісного становлення, створюючи об'єктивні передумови для виникнення внутрішньої необхідності підлітка у психологічному самозахисті. Кожна людина є мішенню впливу не тільки внутрішньоособистісних проблем, але й безлічі інших людей, які оточують її. З іншого боку, кожен має можливість не тільки впливати, але і протистояти чужому впливу, тому успіх впливу став набагато більшою мірою залежати від індивідуальних психологічних можливостей тих, хто впливає, і тих, хто відчуває вплив. Міжособистісна взаємодія, спілкування в підлітковому віці є провідною діяльністю, а криза цього віку пов'язана з комунікативними протиріччями. Емоційні труднощі, пов'язані з труднощами соціальної адаптації, вимагають своєчасної корекції. Досвід соціальної взаємодії підліток здобуває в групі однолітків як своєрідної моделі суспільства. Цей процес може протікати з різним ступенем успішності. Статус підлітка в колективі справляє сильний вплив на його поведінку та самосвідомість. Підліток з метою подолання дискомфорту, проблем і стресів, що наповнюють його життя, використовує самі різні самозахисні стратегії. Як і в дорослих, вони проявляються переважно в поведінковій, емоційній та пізнавальній (інтелектуальній) сферах функціонування особистості. Але є суттєва різниця в прояві самозахисних стратегій у дорослих і в дітей. Так, В.В. Лебединський 1985 вказує, що віковою нормою для підлітка дванадцяти років є емоційний рівень реагування на «шкідливості» життя. Разом з тим, фахівці, відзначають, що не стільки емоційні, скільки проблемно-орієнтовані, конструктивні способи психологічного самозахисту дозволяють долати різні шкільні та життєві труднощі, забезпечуючи успішність підлітків. Виходячи з аналізу наукової літератури, встановлено, що рівень успішності людини детермінується багатьма складовими. В тому числі представлені індивідуально-психологічні особливості особистості, розвиток її афективно-вольової сфери, пізнавальних здібностей, рівень розвитку самосвідомості, ставлення до себе, рівень домагань, мотивація досягнень, інтернальність локусу контролю, система ціннісних орієнтацій, комунікативних навичок та інше.

Більшість дослідників копінг-стратегій поділяють їх на активні та пасивні. До активних стратегій відносять стратегію “вирішення проблем”, як базову копінг-стратегію. Вона містить усі варіанти поведінки людини, спрямовані на вирішення проблемної чи стресової ситуації, а також стратегію “пошук соціальної підтримки”, спрямовану на одержання соціальної підтримки від середовища. Пасивна копінг-поведінка забезпечує використання варіантів поведінки, що містять базову копінг-стратегію “уникання”, водночас необхідно враховувати, як свідчать результати деяких досліджень, що певні форми уникання можуть мати й активний характер.

У цілому до базових копінг-стратегій науковці та практики відносять стратегії “вирішення проблем”, “пошук соціальної підтримки” й “уникання” і наділяють їх такими характеристиками:

1. Стратегія вирішення проблем - це активна поведінкова стратегія, застосовуючи яку людина прагне використовувати особистісні ресурси для пошуку можливих способів ефективного вирішення проблеми.

2. Стратегія пошуку соціальної підтримки - це активна поведінкова стратегія, застосовуючи яку людина для ефективного вирішення проблеми звертається по допомогу і підтримку до оточуючого її середовища: сім'ї, друзів.

3. Стратегія уникання - це поведінкова стратегія, застосовуючи яку, людина прагне уникнути контакту з оточуючим світом, витісняє необхідність розв'язання проблеми.

До способів уникання можна віднести відхід в хворобу, активізацію вживання алкоголю, наркотиків, варіантом активного способу уникання - суїцид. Стратегія уникання - одна з провідних поведінкових стратегій, яка сприяє формуванню дезадаптивної, псевдодолаючої поведінки. Використання цієї стратегії обумовлене недостатнім рівнем особистісних копінг-ресурсів і навичок активного розв'язання життєвих проблем. Стратегія уникання може носити адекватний або неадекватний характер залежно від конкретної стресової ситуації, віку і стану ресурсної системи індивіда.

Найбільш ефективним є ситуативне використання всіх трьох поведінкових стратегій. У деяких випадках людина може самостійно подолати труднощі, що виникли, в інших випадках їй потрібна підтримка оточуючих, у третіх - вона може просто уникнути зіткнення з проблемною ситуацією, наперед оцінивши негативні наслідки такого зіткнення.

Аналізуючи результати дослідження слід сказати, що результати окремо взятих вікових груп тобто учнів віком 14, 15, 16, 17 років відрізняються.

Розглядаючи методику «Індекс життєвого стилю», яка допомагає діагностувати 8 базисних психологічних захистів, що допомагають людині звести до мінімуму негативні або травмуючі особистісні переживання, слід сказати що у всіх досліджуваних незалежно від віку і класу переважають психологічні захисти:

- проекція в основі якої лежить процес, за допомогою якого неусвідомлювані і неприйнятні для особистості почуття і думки локалізуються зовні, приписуються іншим людям і таким чином стають ніби вторинними. В учнів восьмих класів (21% учнів від всієї кількості), в учнів дев'ятих класів (19%), в учнів десятих класів (17%), в учнів одинадцятих класів (22%).

- раціоналізація що полягає в тому, що особистість присікає переживання, викликані неприємною або суб'єктивно неприйнятною ситуацією за допомогою логічних установок і маніпуляцій навіть за наявності переконливих доказів на користь протилежного. В учні восьмих класів (14%), в учнів дев'ятих класів (15%), в учнів десятих класів (17%), в учнів одинадцятих класів (14%).

Останнє місце в учнів восьмого і дев'ятого класів посіли психологічні захисти витіснення (в учнів восьмого класу – 6%, дев'ятого - 6%) і заміна (в учнів восьмого класу – 10%, дев'ятого - 8%), в учнів десятих і одинадцятих класів ці механізми також посідають останнє місце, що може бути зумовлене тим, що учасники дослідження навчаються у старших, випускних класах, і мають однакові мотиви, бажання, погляди, цінності.

Методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» вказує на те, що в стресових ситуаціях у учнів десятих і одинадцятих класів переважає копінг-поведінка орієнтована на вирішення завдань (23% в одинадцятикласників і 24% у десятикласників), а в учнів восьмих і дев'ятих класів копінг-поведінка орієнтована на уникнення (28% в учнів дев'ятих класів, і 27% в учнів восьмих класів), що пояснюється тим, що учні старших класів є більш дорослими і відповідальнішими, і в стресових ситуаціях головним є вирішення завдань, а учні молодших класів тобто восьмих і дев'ятих класів є легковажнішими і тому не прагнуть вирішувати завдання, а надають перевагу уникненню. Питання про динаміку копінга безпосередньо пов'язане з

проблемою прогнозу тієї чи іншої поведінки людини в стресовій ситуації. Соціальний контекст копінга, а саме специфіка і особливості події, з якими взаємодіє людина в процесі подолання, здатні впливати на процес опанування.

Результати методики «Схильність до стресу» (Дженкенсона, модифікація Фрідмана і Розенмана) свідчать про те, що більшість школярів мають високу піддаваність стресу, а саме найбільш схильними до стресу є учні 10-х класів 88% учнів, наступними є учні 8-х класів – 76%, в учнів 9-х класів схильними до стресу є 72% учнів, а в одинадцятикласників схильними до стресу є 64% учнів, це може пояснюватися тим, що у підлітковий період юні хлопці та дівчата особливо вразливі. Трапляється, що зриви відбуваються з найменшого приводу, постійно напружені нерви, а управління власними емоціями і поведінкою стає неможливим. Найменше непорозуміння, невелика проблемка – і підліток перетворюється на вулкан, спопеляючий на своєму шляху і батьків, і вчителів, і однокласників. Причини стресу у дітей в підлітковому віці настільки різноманітні, що перерахувати їх усі неможливо. Прихована або відкрита образа, серйозні неприємності, критичні ситуації (і реальні, і надумані), виявлена по відношенню до підлітка насильство в будь-якій його формі – все це в підлітковому віці може викликати стрес. Якщо доросла людина зі зрілою нервовою системою це переживає спокійно, то у дитини з'являється внутрішня паніка чи депресія, що викликають психологічні травми.

Звертаючись до результатів діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки можна зазначити що з віком в учнів змінюється стиль поведінки в конфліктних ситуаціях, учні старших класів (11-х) схильні до суперництва (40% учнів) як прагнення домогтися задоволення своїх інтересів на шкоду іншому; учні 10-х класів – до пристосування (30% учнів) що означає, навпаки, принесення в жертву власних інтересів; учні 9-х класів – до компромісу (23% учнів) – як угоди між учасниками конфлікту, досягнутої шляхом взаємних поступок; учні 8-х класів – до уникнення (23% учнів) для якого характерно як відсутність прагнення до кооперації, так і відсутність тенденції до досягнення власних цілей.

Результати методика «Стратегії подолання стресових ситуацій» свідчать про перевагу в учнів 11-х класів асоціальних та агресивних дій 14% і 13% відповідно, проте ці стратегії подолання стресових ситуацій знаходяться на останньому місці в учнів 10-х класів. Перше місце посідають стратегії вступ в соціальний контакт (13%) та пошук соціальної підтримки (14%), що є характерним і для учнів дев'ятих і восьмих класів, але в дев'ятикласників поряд з цими стратегіями перше місце посідає також стратегія асоціальних дій (15%) так само як і в учнів одинадцятих класів, а в учнів 8-х класів додається стратегія асертивні дії також у 15% від усієї кількості учнів.

Наступна методика «Опитувальник способів опанування» Лазарус підтверджує результати методики «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях», оскільки в учнів 11-х, 9-х і 8-х класів переважає схильні до позитивної переоцінки (18%, 22%, 16% відповідно), проте самоконтроль і прийняття відповідальності знижується, а в учнів 10-х класів навпаки самоконтроль переважає – 22%, а пошук соціальної підтримки і втеча знаходяться на останньому місці.

Висновки. Результати аналізу сучасних наукових підходів свідчать, що психічне і фізичне самопочуття залежить від вибору індивідом копінг-стратегії у момент зіткнення з психотравмуючою ситуацією.

Використання активних поведінкових стратегій подолання стресу і відносно низька сприйнятливості до стресових ситуацій сприяють поліпшенню самопочуття. А до його погіршення і наростання негативної симптоматики призводять намагання уникнути проблеми і застосування пасивних стратегій, спрямованих не на вирішення проблеми, а на зменшення емоційної напруги. Вибір ефективних способів опанування

зумовлюється єдністю індивідуальних властивостей особистості, ресурсів та параметрів ситуації, що вирішується особистістю.

Показано, що копінг-поведінка учнів 8-х, 9-х класів має такі психологічні особливості: висока представленість уникання і соціального відволікання, низький та середній рівень вираженості проблемно-орієнтованої та емоційно-орієнтованої копінг-поведінки.

Отже важливо сказати, що для підліткового віку важливими копінг-стратегіями є:

- позитивна переоцінка;
- асоціальні дії;
- агресивні дії;
- пошук соціальної підтримки.

Копінг-поведінка в старших підлітків орієнтована на вирішення завдання а у молодших підлітків спостерігається копінг-поведінка орієнтована на уникнення. Нами було виявлено, що у старших підлітків переважають агресивні дії та асоціальні, схильність до стресу в таких учнів також висока.

Проблема агресивності в підлітковому віці пов'язана з двома основними факторами, це період статевого дозрівання і фактор переходу від дитинства до дорослого життя і в зв'язку з цим цей період супроводжується психоемоційними зрушеннями, дуже часто виражається в агресії.

ЛІТЕРАТУРА

1. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: Монография / Татьяна Леонидовна Крюкова. – Кострома: Студия оперативной полиграфии «Авантитул», 2004. – 344 с.
2. Сиерральта З.Х.Б. Особенности психических ресурсов личности в раннем юношеском возрасте: копинг-стратегии, защитные механизмы, социальный интеллект, общий интеллект: автореф. дис. на здобуття наук.ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогическая психология» / З.Х.Б.Сиерральта. – СПб., 2000. – 24 с.

АННОТАЦИЯ

ОСОБЕННОСТИ СТРАТЕГИЙ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

В статье рассмотрены особенности совладания в поведении в подростковом возрасте, проанализированы результаты исследования копинг-поведения подростков. Освещены главные аспекты и составляющие копинг-поведения. Выделены важные копинг-стратегии характерны для подросткового возраста. Охарактеризованы особенности копинг-поведения в подростковом возрасте. Подробно рассмотрены и проанализированы подходы к изучению совладенческого поведения и стратегий копинг-поведения. Установлено, что в исследуемых подростках преобладают психологические защиты проекция и рационализация независимо от возраста. Выявлено возрастные различия копинг-поведения в стрессовых ситуациях. Констатируется, что ученики всех исследуемых классов проявляют высокий уровень склонности к стрессу, что довольно проблематично, поскольку совладенческое поведение еще полностью не сформирована, а подчинение стрессу большая, и в итоге это может привести к проявлению стрессов без повода, и к тяжести борьбы с ними.

Ключевые слова: копинг-поведение, подростковый возраст, копинг-стратегии, стили копинг-поведения, стресс, конфликт.

SUMMARY

FEATURES COPING STRATEGIES BEHAVIOR IN ADOLESCENCE

In article features coping behavior in adolescence, analyzed the results of the study coping behavior among adolescents. Deals with the main aspects and components of coping behavior. Considered in detail and analyzes approaches to the study of behavior and coping strategies. Found that in the studied adolescent psychological defenses dominated projection and rationalization of all ages. Revealed age differences coping behavior in stressful situations. It notes that students studied all classes exhibit a high level of susceptibility to stress, which is quite problematic as coping behavior is quite immature and immature great stress, and as a result it can lead to the manifestation of stress without cause, and severity to combat them.

Key-words: coping behavior, adolescence, coping strategies, coping style behavior, stress, conflict.