Теория копинг-поведения в контексте решения проблем (первичной психолого-педагогической профилактики) аддиктивного поведения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в замещающих семьях

Mast SvetlanaViktorovna
психолог бюджетного учреждения
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Нижневартовский центр помощи детям,
оставшимся без попечения родителей»,
г. Нижневартовск, ул. Интернациональная 24 А
E-mail: MastSV@dtsznhmao.ru,
тел.:8 (3466) 42-52-36,
Российская Федерация, 628624,
Ханты-Мансийский автономный округ - Югра,
г. Нижневартовск, ул. Интернациональная 24 А

ГРНТИ 15.41.59
ВАК 19.00.07

Аннотация. *В статье рассмотрена теория копинг-поведения в проспекции решения проблем первичной психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в замещающих семьях. Даны существующие подходы к рассмотрению актуальных проблем копинг-теории в современной психологической науке. Теоретические положения копинг-поведения репрезентированы в результатах исследования проблем аддиктивного поведения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.*

Ключевые слова: *копинг-теория, копинг-поведение, копинг-стратегия, копинг-ресурсы, аддиктивное поведение, первичная психолого-педагогическая профилактика, замещающая семья, дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей.*

Теория копинг-поведения рассматривается учеными в качестве научной основы первичной психолого-педагогической профилактики зависимого поведения детей и подростков [26, 27,28].

Проблема копинга (совладания) в зарубежной психологии возникла во второй половине XX века. В настоящее время учеными рассматриваются роли когнитивных конструктов, определяющих выбор стиля реагирования на жизненные ситуации [35, 36, 37].

В отечественной науке рассматриваемая проблема совладания изучается прежде всего в контексте теории деятельности, объединяющий психологическую защиту и совладеющее поведение в единый феномен защитно-совладающего поведения. [1, 8, 10, 13, 19, 25, 28, 29].

Среди исследователей признается, что психологическая защита предполагает отказ человека от решения проблем и принятие конкретных действий для обеспечения своего комфортного состояния. В тоже время способы совладания подразумевают необходимость проявить конструктивную активность, пройти через ситуацию, пережить событие, не уклоняясь от неприятности [16]. По мнению ведущего специалиста, в изучении копинг-поведения R.S.Lazarus существует два глобальных типа стиля реагирования: проблемно-ориентированный стиль (направлен на рациональный анализ проблемы, создание и выполнение плана разрешения трудной ситуации) и субъектно-ориентированный стиль (эмоциональное реагирование на ситуацию

не сопровождающееся конкретными действиями).

Считаем целесообразным разграничение понятий «защита» и «совладающее поведение»: копинг-механизмы используются индивидом сознательно и направлены на активные изменения ситуации, а психологические защиты неосознанны, пассивны и направлены на смягчение психологического дискомфорта [14, 30].

Вслед за С.А. Хазовой, рассматриваем копинг как социальное поведение или комплекс осознанных адаптивных действий (когнитивных), аффективных, поведенческих, помогающих человеку справляться с внутренним напряжением и дискомфортом способами, адекватными личностным особенностям и ситуации через осознанные стратегии действий [30, с. 60]. В настоящее время понятиесопingтак же используется для описания поведения людей в условиях хронических стрессоров и повседневной действительности [21, с. 22].

Разные психологические школы по-разному интерпретируют понятие «копинг-поведение». С позиции психодинамического подхода копинг и психологическая защита функционируют на основании тождественных эго-процессов, но различаются механизмами преодоления проблем. Динамический подход рассматривает копинг-поведение как сознательную стратегию преодоления стрессовых ситуаций [33]. С исследований R.S.Lazarus начинает доминировать когнитивистская интерпретация, в которой акцентируется внимание на выборе и осуществлении личностью совладающего поведения [34,35].

Для определения понятия «совладающее поведение» рассматриваются личностные характеристики субъекта, которые определяют процесс выбора им копинг-стратегии [8]. Некоторые исследователи проблем копинг-стратегии придерживаются ресурсного подхода, в котором учитываются как средовые, так и личностные ресурсы индивида[18].

Таким образом, теория копинг-поведения активно разрабатывается: она соединяет в себе различные теоретические подходы, в ней отсутствуют терминологическое единообразие. Термин копинг может быть использован и при изучении когнитивной оценки человеком субъективно трудных ситуаций, и при характеристике поведенческих реакций на стресс, и как совокупность когнитивной и поведенческой активности субъекта в ходе социально-психологической адаптации, а также в данное понятие нередко включается эмоциональная составляющая как способность человека к саморегуляции своих эмоциональных состояний [7, с. 13]. Среди многообразия направлений можно выделить единый модуль утверждения того, что совладание это динамический процесс, в котором особая роль отводится комплексной когнитивной оценке, включающей в себя как интерпретацию субъектом ситуации, так и представления о ней комплексной когнитивной оценки, включающей в себя как интерпретацию субъектом ситуации, так и представления о ней.

Исследователи копинг-поведения выделяют несколько уровней обобщенности того, что предпринимает индивид, чтобы справиться со стрессом: копинговые действия, копинг-стратегии и копинговые стили. Копинговые действия (то, что индивид чувствует, думает или делает) часто группируется в копинг-стратегии, которые, в свою очередь, группируются в копинговые стили. Иногда термины копинговые действия и копинг-стратегии используются как взаимозаменяемые, в то время как копинговые стили в общем раздельно относятся к действиям или стратегиям, которые последовательно используются индивидом, чтобы справиться со стрессом. Другие похожие термины — это копинговые тактики и копинговые ресурсы [4, с 115]. Копинг-стратегии рассматриваются как актуальные ответы личности на воспринимаемую угрозу, как способ управления стрессором.

В настоящее время нет единой классификации копинг-поведения. Исследователи выделяют три основных критерия таких классификаций: эмоциональный/проблемный (урегулирование

эмоциональной реакции), когнитивный/поведенческий (когнитивное решение проблемы), успешный/неуспешный (конструктивные/неконструктивные стратегии преодоления трудной ситуации).

Укажем некоторые типы классификаций подходов копинг-стратегий. Проблемно-фокусированные/эмоционально-фокусированные копинг-стратегии (исследователи R.S.Lazarus, S.Folkman определяют основанием для классификации направленность на разрушение или управление стрессовой связью личности и среды[33, 35]. Многие из классификаций копинг-стратегий, возникавшие вслед за классификацией R.S. Lazarus, S. Folkman, составлялись в той же модальности, предлагая дихотомическое разделение копинг-стратегий по принципу работа с проблемой /работа с отношением к проблеме [8, с. 89], [31], [32],

Когнитивные/поведенческие/эмоциональные копинг-стратегии (И.М. Никольская и Р.М. Грановская различают их в зависимости от типов процессов (эмоциональных, поведенческих, когнитивных), лежащих в их основе) [22, с. 7].

Эффективные/неэффективные копинг-стратегии (в качестве критерия классификации выделяются стратегии активные и пассивные, конструктивные и неконструктивные, адаптивные и неадаптивные) [2, с. 7].

Копинг-ресурсы определяются исследователями как характеристики личности и социальной среды, облегчающие или делающие возможной успешную адаптацию к жизненным стрессам. В большинстве работ используется типология копинг-ресурсов, предложенная R.S. Lazarus: физические (здоровье, выносливость), материальные (имущество, деньги), психологические (убеждения, самооценка, локус контроля и т.д.), социальные (социальные связи человека).

Автор подразделяет копинг-ресурсы на личностные и средовые. Личностные ресурсы включают в себя ресурсы когнитивной сферы (возможности, позволяющие оценивать воздействие социальной среды); ресурсы самосознания (Я-концепции, представление человека о себе); ценностно-мотивационную структуру личности; позицию человека по отношению к смерти, жизни, любви, одиночеству, вере; духовность человека; конкретные личностные качества, свойства (интернальный локус контроля, аффилиация, эмпатия, социальная компетентность). Ресурсы социальной среды связаны с системой социальной поддержки [33, 34, 35]. Некоторые ученые говорят о существовании единого личного ресурса человека [3].

К важным личностным копинг-ресурсам ученые относят самооценку, эмпатию, мотивацию достижения успеха, уровень тревожности [6, 20, 26, 27, 28].

К копинг-ресурсам относят Я-концепцию и её составляющие, среди которых особо выделяют самооценку как необходимое внутреннее условие регуляции поведения [6, с. 15]. Индивиды с адекватной самооценкой гибко реагируют на изменения, уверены в себе, способны самостоятельно решать жизненные проблемы и т.д. У них мотивация достижения успеха преобладает над мотивацией избегания неудачи [6, 12, 20]. Неадекватная самооценка — фактор риска аддиктивного поведения детей и подростков [19, 27, 28]. По мнению Н.А. Сироты, В.М. Ялтонского, для индивидов с аддиктивным поведением характерны негативная, слабо сформированная Я-концепция и низкая самооценка. Использование копинг-стратегии разрешения проблем и поиска социальной поддержки приводит к формированию позитивной Я-концепции, адекватной самооценки, обеспечивает выбор активных стратегий. Использование копинг-стратегии избегания провоцирует формирование негативной Я-концепции, неадекватной самооценки, предопределяет выбор пассивных копинг-стратегий [27, 28]. Поведенческие проявления адекватной самооценки способствуют поиску социальной поддержки, расширению социально-поддерживающих сетей, а проявление заниженной или завышенной самооценки приводит к сужению круга

интересов, замкнутости, социальной отгороженности [26, с. 59].

К коммуникативным личностным ресурсам ученые относят эмпатию и аффилиацию, которые положительно влияют на качество общения и позитивные личностные изменения. [3, 9, 27, 28, 35]

Вслед за Н.А. Сиротой и В.М. Ялтонским, под аффилиацией понимаем стремление человека жить в обществе других людей [28, с. 30]. Если блокируется аффилиация, то возникает чувство одиночества, отчуждённости, что усугубляет стресс.

Эмпатия понимается учеными по-разному: как постижение эмоционального состояния другого человека [28]; как эмоциональная отзывчивость [9]. Вслед за В.А. Лабунской, эмпатию понимаем как социально-психологическое свойство, состоящее из ряда способностей: эмоционально реагировать и откликаться на переживания другого, распознавать эмоциональное состояние другого, давать адекватный эмпатический ответ на переживания другого [15]. Установлено, что чем выше уровень эмпатии и аффилиации, тем выше показатели копинг-стратегий поиска социальной поддержки. Низкий уровень эмпатических тенденций, оказывает негативное влияние на качество общения, что ведёт к искажению личностного развития. Дефицит навыков эмпатии способствует саморазрушающему поведению и разрыву с обществом. Активное общение содействует личностному росту и выбору активных, продуктивных копинг-стратегий.

Качественный личностный ресурс — наличие у индивида мотивации достижения успеха. Некоторые исследователей считают, что у детей и подростков с аддиктивным поведением мотивация избегания неудач преобладает над мотивацией достижения успеха [17, 27, 28]. Преобладание мотивации на избегание неудачи коррелирует с заниженной самооценкой, низким уровнем притязаний, высокой тревожностью, беспомощным поведением, стремлением к неоправданному риску и способствует выбору копинг-стратегии избегания и ухода от реальности [26, с. 64].

Высокий уровень тревожности, рассматриваемый учеными, как одна из психологических особенностей детей и подростков, склонных к аддиктивному поведению, также негативно влияет на их развитие [19, 23, 24]. Некоторые считают, что высокая тревожность — это критерий дезадаптации и предполагают, что потенциальные аддикты — это люди изначально тревожные [11, с. 216]. Повышенный уровень тревожности вызывает усиление мотивации избегания и ухода от реальности, что повышает риск формирования аддикции. В работах Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского рассмотрен копинг в контексте проблемы аддиктивного поведения и его профилактики, разработаны три теоретические модели копинг-поведения людей, не имеющих проблем в зависимости, и аддиктов [27, 28].

Теоретические положения копинг-поведения учитываются нами в исследовании проблем аддиктивного поведения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (далее — ДСиДБПР), и имеют важное значение для разработки личностных копинг-ресурсов.

На базе бюджетного учреждения ХМАО-Югры «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Аистенок» города Нижневартовска было проведено исследование личностных копинг-ресурсов (тревожности, мотивации достижения успеха, самооценки, эмпатии) подростков, склонных к аддитивному поведению, проживающих в замещающих и кровных семьях. В исследовании приняли участие 150 подростков в возрасте от 12 до 15 лет, в том числе 50 подростков из замещающих семей и 100 подростков, проживающих в кровных семьях. Средний возраст испытуемых составил 13,5 лет.

Результаты исследования показали следующее. В группе подростков из замещающих семей наблюдается преобладание низкого уровня самооценки (56 %). Адекватный уровень самооценки выявлен у 36 %, высокий уровень — у 12 % подростков. У подростков, проживающих в кровных

семьях, низкий уровень самооценки выявлен в 48 % случаев, адекватный уровень — у 40% подростков, высокий — у 12 %. Наряду с этим в группе подростков, проживающих в замещающих семьях, выявлено преобладание высокого и очень высокого уровня тревожности (56%). В группе подростков из кровных семей этот показатель составил 48%. Низкий и с тенденцией к низкому уровень тревожности выявлен у 8% и 12% соответственно в группе подростков из замещающих семей. У подростков из кровных семей низкий уровень тревожности установлен в 12% случаев, с тенденцией к низкому уровню — в 22 % случаев. Кроме того, у 38% подростков из замещающих семей выявлен очень низкий уровень эмпатии, у 46% -низкий уровень, у 16%- средний уровень эмпатии. У подростков из кровных семей очень низкий уровень наблюдается в 22% случаев, низкий уровень — в 38%, средний- в 40% случаев. Следует отметить, что высокий уровень эмпатии в данных группах не выявлен. У подростков из замещающих семей имеет место преобладание низкой мотивации к достижению успеха (выявлена в 52% случаев). В кровных семьях данный показатель составил 30 %. Тенденция к достижению успеха обнаружена у 20% подростков, проживающих в замещающих семьях, и у 28 % подростков из кровных семей.

Материалы исследования позволяют констатировать, что у подростков преобладают низкая самооценка, низкий уровень эмпатии, высокий и с тенденцией к высокому уровень тревожности, низкая мотивация к достижению успеха, что свидетельствует о низкой функциональной активности данных личностных копинг-ресурсов и повышает риск аддиктивного поведения.

Теоретико-практические материалы дают возможность определить проспекции психолого-педагогической профилактики работы с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, в замещающих семьях, актуализируют формирование блока продуктивных копинг-ресурсов и копинг-стратегий, способствующих конструктивной адаптации и социальной интеграции подростков.

Литература

1. Абабков В.И., Адаптация к стрессу [текст] В.И. Абабков, М. Перре — СПб 2004 с. 17.
2. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. — 1994. -№ 1. — С. 3-16.
3. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 1: «Copingstress» и теоретические подходы к его изучению // Психологический журнал. Том 27.- 2006. -№ 1.- С. 122-133.
4. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 2: Процессы и ресурсы преодоления стресса // Психологический журнал. Том 27. — 2006. -№ 2. -С. 113-123.
5. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы [текст]/В,А. Бодров — М. 1995 с. 15
6. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии. — 1979. — № 4. — С.23-24.
7. Бочавер С.К. CjpingBehavior в системе понятий психологии личности (Текст)//Психологический журнал, том 18 № 5 1997
8. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления психологических ситуаций [текст]/Ф.Е. Василюк — М.: Издательство московского университета, 1984
9. Гаврилова Т.П. Экзистенциальный страх смерти и танатическаятревога: методы исследования и диагностики // Прикладная психология. — 2001. — № 6. — С.1-8.
10. Змановская Е.В. Девиантология: психология отклоняющегося поведения личности: Учеб пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Академия, 2003. — 288 с.
11. Иванов М.С. Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера / Психология зависимости: Хрестоматия / Сост. К.В.

Сельченок. — Мн.: Харвест, 2004. —
12. Кон И.С. Психология ранней юности: Кн. для учителя. — М.: Просвещение, 1989.-254 с.592 с.
13. Короленко Ц.П., Донских Т.А. Семь путей к катастрофе: деструктивное поведение в современном мире. — Новосибирск: Наука Сиб., 1990. — 222 с.
14. Крюкова Т.Д. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения // Психологический журнал. Том 26. — 2005. — № 2. — С.5-15.
15. Лабунская В.А. Невербальное поведение. — Ростов н/Д, 1986. — 195 с.
16. Либина А., Либин А. стили реагирования на стресс: психологическая защита или совладание со сложными обстоятельствами//Стиль человека, психологический анализ. — М.: Смысл 1998. — с. 190-204
17. Лигер С.А. Формирование копинг-поведения студентов медицинского вуза и его влияние на личностно-профессиональное развитие врача. Дисс. на соиск. ... канд.психол.наук. — Бишкек, 1997. — 191 с.
18. Маленова А.Ю. Особенности и личностные детерминанты копинг- поведения в ситуациях оценивания (на примере ситуации экзамена). Дисс. на соиск. ... канд.психол.наук. — Омск, 2007. — 209 с.
19. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения: Учебн. пособ. — М.: МЕДпресс, 2001. — 432 с.
20. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. — 5-е изд., стер. — М.: Академия, 2000.-453 с.
21. Нартова-Бочавер С.К. «Copingbehavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. Том 18.- 1997. — № 5. — С. 20-30.
22. Никольская И.М. Психологическая защита у детей [Текст]/И.М. Никольская, Р.М. Грановская — СПб. 2000
23. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. — 1998. — № 2. — С. 11-18.
24. Прихожан А.М. Формы и маски тревожности. Влияние тревожности на деятельность и развитие личности // Тревога и тревожность / Ред. В.М. Астапов. — СПб., 2001. — С.143-156.
25. Селье Г. Стресс жизни. Минск.:Харвест. 1999
26. Симатова О.Б. Первичная психолого-педагогическая профилактика аддиктивного поведения подростков в условиях средней общеобразовательной школы. Дисс... доктора псих.наук. Иркутск 2008.
27. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Копинг-поведение как проблема наркологии // Вопросы наркологии. — 1996. — № 1. — С.76-80.
28. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Профилактика наркомании и алкоголизма: Учебн. пособ. — М.: Академия, 2003. — 176 с.
29. Тышкова М. Исследование устойчивости детей и подростков в трудных ситуациях — вопросы психологии. 1987. N 1. с. 27-34
30. Хазова С.А. Совладающее поведение одаренных старшеклассников // Психологический журнал;-Том 25.-2004: —№ 5.—"С.59-69
31. Amirkhan J.H. Factor analiticalydrived measure of coing: the strategy in¬dicator // J. of Personality and Social Psychology. 1990, V. 59, P. 1066¬1074.
32. Billings A.G., Moos R.H. Coping, stress and social resources among adults with unipolar depression // J. of personality and social psychology. 1984. Vol.46. № 4. P.877-891.
33. Folkman S., Lazarus R.S. Coping and Emotion//Stress and Coping: an anthology. N.Y.: Columbia University Press, 1991. P.207-227.
34. Lazarus R.S. Psychological-stress-and coping-process. — New-York McGraw Hill. — 1966.
35. Lasarus R.S., Folkman S. The Concept of Coping // Stress and Coping: an anthology. N.Y.: Columbia

University Press, 1991. P. 189-206.
36. Petrovsky M.J., Birkimer J.C. The relationship among locus of control, coping styles and psychological symptom reporting // J. Clin. Psychol. 1991. V.47.№ 3. P. 336-345.
37. Pretzlik U., Sandalis M. Parental problems: children's coping and Their self-esteem//International society of Behavional Development XIII th Meeting Amsterdam, 1994.