

Корупятник Ірина Валеріївна,
студентка історичного ф-ту КДПУ

Особливості типів копінг-поведінки старшокласників у залежності від стилю міжособистісних відносин.

Однією з важливих соціально-психологічних проблем сучасності є вивчення психологічної адаптації особистості до умов навколишнього середовища. Нова соціально-економічна й політична ситуація в Україні привела до різкої зміни звичних стереотипів. Сучасне суспільство немислимо без стресових впливів і необхідності адекватного реагування на ситуацію, що змінюється. Очевидно, що довгостроково існуючий стрес впливає на психологічний стан людини. Сьогодні вже не можна бути соціально благополучним без максимальної напруги наявних ресурсів життєздатності в проблемних ситуаціях, уміння ефективного подолання стресу й соціальних труднощів.

Особливості реагування у важких ситуаціях визначаються єдністю зовнішніх та внутрішніх чинників розвитку особистості на певному віковому етапі. Роль складних стресових ситуацій в психічному розвитку,

вікова та індивідуальна специфіка копінг-поведінки особистості та її зумовленість стилем міжособистісних відносин є перспективними та актуальними напрямками поглиблення знань про особистісне самовизначення в ранньому юнацькому віці. Ранній юнацький вік – це період, коли зростає рефлексивність свідомості, збільшується увага до особистісних переживань, інтерес до власного психічного життя [1].

Мета роботи полягала у з'ясуванні особливостей типів копінг-поведінки старшокласників у залежності від стилю міжособистісних відносин та відношення до самого себе.

Гіпотеза дослідження: в період раннього юнацького віку психологічні особливості реагування у важких стресових ситуаціях зумовлюються притаманним особистості стилем міжособистісних відносин та структурою співвідношення «Я-реального» – «Я-ідеального».

У вітчизняній психології копінг-поведінка розглядається як усвідомлена раціональна поведінка, спрямована на усунення стресової ситуації (І. М. Никольська, Р. М. Грановська, Л. І. Анциферова, С. Норман, Д. Ф. Ендлер, Д. А. Джеймс, М. І. Паркер, Т. А. Крюкова, Е. Б. Клубова та ін.). Умовою копінгу є стресс – стан людини, неспецифічна реакція на фізіологічному, психологічному і поведінковому рівні, яка з'являється у відповідь на негативні події, що відіграють роль подразника. Психологічна значимість копінгу у тому, щоб ефективно адаптувати людину до потреб у різних ситуаціях, дозволити оволодіти ними, ослабити і пом'якшити ці потреби, загасити стресову реакцію на подразнюючу ситуацію [5].

У дослідженні прийняли участь 32 учні 11 класу КЗОШ №89, віком 15-16 років (16 хлопчиків, 16 дівчаток). Дослідження проводилися у листопаді 2008 – квітні 2009 р.

В емпіричному дослідженні були використані наступні методики: методика Лірі, тест «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (С. Норман, Д. Ф. Ендлер, Д. А. Джеймс, М. І. Паркер; адаптований варіант Т. Крюкової).

За тестом Лірі, кожному із 8 октантів відповідає тип міжособистісної взаємодії. Перші чотири типи міжособистісних відносин – I, II, III, IV характеризується переважанням неконформних тенденцій і схильністю до диз'юнктивних (конфліктних) проявів (III, IV), незалежністю поглядів, наполегливістю у відстоюванні власної думки, тенденціями до лідерства і домінування (I, II). Інші чотири октанти – V, VI, VII, VIII показують протилежну картину: переважання конформних установок, конгруентність у контактах з оточуючими (VII, VIII), невпевненість в собі, піддатливість до поглядів оточуючих, схильність до компромісів (V, VI). Тому варто визначити (за спеціальними формулами) показники з двох основних факторів: домінантність ((I – V) + 0,7x (III+II-IV-VI)) і доброзичливість ((VII-III) + 0,7x (VIII-II-IV+VI)).

З метою більш детального вивчення структури «Я» варто проводити дослідження в два етапи – по-перше, вивчення «Я-реального» (такий, яким я є насправді), по-друге, - «Я-ідеального» (тобто образу «я», до якого слід прагнути), оскільки образ актуального та ідеального «Я» є невід'ємною частиною структури цілісного «Я».

Щодо тесту копінг-поведінки, він передбачає стратегії реагування у стресових ситуаціях. Зокрема, **копінг, орієнтований на розв'язання задач** у різних важких, стресових ситуаціях передбачає зосередження на проблемі з метою пошуку оптимального шляху її вирішення, пригадування можливих стилів реагування в аналогічних ситуаціях, негайне прийняття заходів для пошуку виходу із ситуації. **Копінг, орієнтований на емоції** характеризується переживаннями, нервуванням, звинуваченням себе за надемоційне відношення до усього, що відбувається навколо, звинуваченням себе через незнання того як повести себе у важких, збентежуючих, стресових ситуаціях. **Відволікання** на гарні думки, прагнення походити по магазинах, нічого не купуючи, поспати, поїсти, подивитися телевізор, раптовий відпочинок з метою втечі від стресової ситуації характерне для копіngu, орієнтованого на уникання. **Субшкала відволікання** передбачає вірогідність реагування людини у складній чи стресовій ситуації перенесенням себе у приємну сприятливу ситуацію (наприклад, переглянути улюблений кінофільм), а **субшкала соціального відволікання** передбачає втечу від стресової ситуації у сприятливе оточуюче середовище, в якому найкращі друзі, весела компанія, люди, яким довіряєш і до думки яких завжди прислуховуєшся допомагають забути про ситуацію, що викликала стрес.

Статистична обробка даних здійснювалася методом кореляційного аналізу. Якісний аналіз отриманих статистичних даних здійснювався шляхом визначення якісних характеристик копінг-реакцій старшокласників та їх взаємозв'язку з особливостями презентації «Я-реального» та «Я-ідеального» та властивостей особистості, істотних при взаємодії з іншими людьми. Крім того, на другому етапі дослідження старшокласників було поділено на дві групи за результатами шкал тесту «Лірі» - з переважанням стилю «домінування» та стилю «доброзичливість».

Ми приділили увагу аналізу зв'язків між шкалами використаних методик, щоб на цьому прикладі показати достовірність отриманих даних, в тому числі щодо подальшого доведення залежності поведінки у складних ситуаціях від стилів міжособистісної взаємодії.

Як і очікувалося, перші чотири октанти (I – IV) в методиці «Лірі» пов'язані зворотними значущими зв'язками з останніми чотирма (V – VIII). Виключення – відсутність значущого зв'язки між I та IV октантами.

Перш за все, варто відзначити відмінності у зв'язках «всередині» шкал тесту «Лірі» у «домінуючих» та «доброзичливих» досліджуваних. У «домінуючих» повторюються всі тенденції, виявлені у загальній виборці ($n=32$), передусім, «дзеркальність» I – IV та V – VIII октантів. У групі «доброзичливих» ці зв'язки наче б то «розсипаються», кількість і міцність зв'язків суттєво зменшується. Найменше це стосується VIII октанту (5 зв'язків «дзеркального» характеру), найбільше – III (тільки один значущий зворотній зв'язок з октантом «покірно-сором'язливий»; $r=-0,73$) та IV октант (теж один значущий зв'язок – зворотній з VIII октантом; $r=-0,52$). Щодо останнього: альтруїзм, безумовно, несумісний із скептицизмом, недовірливістю, критичністю, негативізмом тощо. Октант «співпрацюючий» має зв'язок з «альтруїстичним» (відповідальним) ($r=0,67$) та зворотній з «егоїстичним» ($r=-0,54$). Всі інші октанти мають по 3 зв'язки, що значно менше норми (7 зв'язків). Отже, «жорсткість» зв'язків у «доброзичливих» значно менша, що можна інтерпретувати як більшу варіативність виявлення в них різних особистісних якостей в процесі спілкування. Можливе і альтернативне пояснення: у цьому виявляється «слабкість», «амбівалентність», менша структурованість особистості та особистісних якостей представників стилю «доброзичливих».

Шкали методики «Копінг-стратегій» показали протилежність стратегій «вирішення задач», «емоції», з однієї сторони, та паралельно «уникнення», «відволікання» й «соціальне відволікання». Копінг, орієнтований на «розв'язання задач» та «емоції» зворотно пов'язаний зі шкалами «уникнення» й «відволікання» (всі на рівні 0,01). Стратегія «уникнення» - відповідно прямими кореляційними зв'язками пов'язана з «відволіканням» (0,01) та «соціальним відволіканням» (0,01).

На копінг-поведінку, судячи з отриманих статистичних даних, впливають три октанти – «егоїзм (незалежність)», «агресивність», «альтруїзм (відповідальність)». Із семи статистично значущих зв'язків шкал копінг-тесту та тесту Лірі три – зв'язки копінг-стратегій із «егоїстичним (незалежно-домінуючим)» стилем міжособистісної взаємодії (II октант). Чим більше виражений цей стиль, тим імовірніше звернення суб'єкта до вибору копінг-стратегії «емоції» ($r=0,46$, при $p<0,01$) і тим менш імовірна поведінка зі стратегією «відволікання» ($r=-0,31$, при $p<0,05$) та «соціальне відволікання» ($r=-0,31$, при $p<0,05$). Агресивний стиль взаємодії сприятливий до вибору стратегії «розв'язання задач» (0,05) і неприйнятний до стратегії, орієнтованої на «соціальне відволікання» (0,01).

Отже, чим більш настійливим, енергійним, вимогливим та жорстоким є суб'єкт, тим менше імовірність того, що в складній, стресовій ситуації він буде відволікатися на заміщуючи форми соціальної взаємодії

замість реального вирішення проблем. Октант VIII («альтруїстично-відповідальний»), навпаки, сприятливий до «соціального відволікання» ($r=0,38$, при $p<0,05$) та несприятливий до стратегії, орієнтованої на «емоційне подолання» ($r=0,46$, при $p<0,01$).

Ми звернулися до порівняння зв'язків «всередині» шкал опитувальника «Копінг-стратегії» у обох груп досліджуваних. Відмінності виявлено переважно по шкалам «Відволікання» та «Соціальне відволікання». У «доброзичливих» стратегія «відволікання» призводить до зменшення сили емоційних переживань ($r=-0,68$) та збільшення орієнтації на «уникнення». Останні, мабуть, і є інструментами «відволікання» від стресових ситуації. У «домінуючих» стратегія відволікання зменшує ефективність «розв'язання задач» ($r=-0,7$), вони фактично виключають одна одну, та зменшує (як і у «доброзичливих») силу включення емоційного реагування ($r=-0,77$). Стратегія, орієнтована на «соціальне відволікання», у «доброзичливих» унеможливує розв'язання задач ($r=-0,83$) та, навпаки, сприяє ефективності «уникнення» ($r=0,82$). У «домінуючих» «соціальне відволікання» пов'язане тільки із стратегією, орієнтованою на «емоції» ($r=-0,62$): чим більше перше, тим менше друге. Отже, у «доброзичливих» цю функцію виконує стратегія «відволікання» та «уникнення», а у «домінуючих» – «відволікання», «уникнення» і «соціальне відволікання». Для перших «соціальне відволікання» є, мабуть, більш особистісно-значущим та емоційно насиченим.

При аналізі зв'язків між методиками «Копінг-поведінки» та «Лірі» у матрицях кореляційних зв'язків «Я- ідеальне» було виявлено 2 статистично значущі зв'язки. По-перше, те, що між VIII октантом («альтруїстичний» [відповідально-великодушний]) існує прямий зв'язок із тенденцією на «розв'язування задач» ($r=0,3$) може свідчити про те, що юнаки, у яких переважає «відповідально-великодушний» тип міжособистісного спілкування характеризуються схильністю до ідеалізації гармоній міжособистісних відносин, доброзичливістю, місіонерськими рисами, що ніби підштовхує їх до вирішення проблем, з'являється прагнення до діяльності, корисної для оточуючих. По-друге, зворотній зв'язок III октанту («агресивний») із «соціальним відволіканням» ($r=-0,33$) дає підставу припускати, що надмірна наполегливість, роздратованість, схильність обвинувачувати оточуючих значно знижують розв'язання складних стресових ситуацій шляхом «соціального відволікання».

Отже, ці результати доводять, що гіпотеза підтвердилася лише частково: виявилось, що стиль спілкування виступає регулятором поведінки у різних ситуаціях. Стиль «Домінування» виявився гнучким до поведінки у стресових ситуаціях, він впливає на вибір стратегій копінг-поведінки особистості. Зокрема, старшокласники, які схильні до

диз'юнктивних (конфліктних) проявів, незалежні у своїх поглядах, наполегливі у відстоюванні власної думки, потрапляючи у стресові ситуації більш схильні до пошуку конструктивних шляхів вирішення проблеми. Юнаки, у яких переважають конформні установки, невпевнені в собі, піддатливі до поглядів оточуючих, схильні до компромісів, потрапляючи у стресові ситуації намагаються «розчинитися» в середовищі з метою забуття ситуації або намагаються таким чином знизити переживання. Стилі міжособистісної поведінки впливають не лише на поведінку у стресових ситуаціях, а й у обставинах, спрямованих на подолання бар'єру, що є предметом наших подальших досліджень.

Список використаних джерел:

1. Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (С. Норманн, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс, М. И. Паркер; адаптированный вариант Т. А. Крюковой)// Фитискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Учеб.пособие. – М.: Изд-во Инст-та Психотерапии, 2005. - С. 442 – 444.
2. Корнієнко І. О. Особливості копінг-поведінки студентів молодших курсів / І. О. Корнієнко // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка. Т. XI, част. 3. – К., 2009. – С. 152 – 163.
3. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А.Г.Маклаков // Психологический журнал. – 2001. - № 1. – С. 16 – 25.
4. Методика діагностики межличностных отношений. «Тест Т. Лири» // Практикум по основам психологии: Тексты и хрестоматия. Учеб. пособ. для ст-ов мед. ин-ов./ сост. В. А. Мельников. – Симферополь: Сонат, 1997. – С. 179 – 192.
5. Нартова-Бочавер С. К. «Coping Behavior» в системе понятий психологии личности / С.К.Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. - № 5. – С. 20 – 30.