

## СТРАТЕГИИ СОВЛАДАНИЯ СО СТРЕССОМ У ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ПОВЕДЕНИЯ

*А.А. Макарова  
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»*

Распад культурных ценностей в современном обществе способствует возрастанию дезадаптации среди всех слоев населения. Особенно этой опасности подвергаются подростки, так как этот возрастной период характеризуется формированием социально-психологических механизмов регуляции общественного поведения. Стремясь к максимальной адаптированности к нормам и ценностям субкультуры сверстников, подросток зачастую использует неконструктивные копинг-стратегии, приводящие к развитию нарушений поведения. Для того чтобы решить задачу обучения подростков конструктивным стратегиям преодоления трудностей, необходимо осуществить анализ феномена совладания и выявить взаимосвязь между стратегиями совладания и нарушениями поведения подростков. Для изучения этой цели были решены следующие исследовательские задачи: проанализированы работы западных и отечественных авторов, посвященные проблеме копинг-стратегий; раскрыты этапы и механизмы протекания процесса совладания; изучены особенности копинг-стратегий подростков с различными типами нарушений поведения.

**Материал и методы.** В процессе эмпирического исследования был определен уровень агрессивности и враждебности подростков (учащихся 8-9 классов), а также установлен комплекс копинг-стратегий, характерных для них. Общая агрессивность и ее проявления определялись при помощи опросника Басса–Дарки (Buss – Durkey Inventory). Опросник Басса–Дарки позволяет выявить общий уровень агрессивности и враждебности, а также указывает на степень выраженности различных форм агрессивности и враждебности: физической агрессии, вербальной агрессии, косвенной агрессии, негативизма, раздражения, подозрительности, обиды и чувства вины. При этом под агрессией понимался способ разрешения сложных, проблемных ситуаций, вызывающих психическую напряженность. Для изучения способов преодоления использовался опросник способов совладания Р.Лазаруса (Ways of Coping Checklist). Данный опросник позволяет определить частоту использования таких копинг-стратегий, как «самоконтроль», «поиск социальной поддержки», «принятие ответственности», «планирование решения проблемы», «положительная переоценка», «дистанцирование», «избегание», «конфронтация».

**Результаты и их обсуждение.** Проведенное нами исследование показало, что высокоагрессивные подростки наиболее часто используют такие копинг-стратегии, как «планирование решения проблемы», «самоконтроль» и «конфронтация», наиболее редко – «избегание», «принятие ответственности», «поиск социальной поддержки». Это означает, что высокоагрессивные подростки склонны анализировать трудную ситуацию, стараясь сдерживать свои чувства и контролировать поступки. Они не признают себя побежденными и борются за то, чего хотели достичь. Такие подростки не принимают помощи от друзей и ближайшего окружения, а также склонны

отрицать свою роль в возникновении проблемы. Неагрессивные подростки также стараются планомерно разрешать ситуацию и подавлять свои негативные чувства. Тем не менее, в иерархии их стратегий есть и различия. Так, в отличие от высокоагрессивных мальчиков и девочек, в трудной ситуации неагрессивные мальчики склоняются к занятиям, позволяющим поднять самооценку (спорт, творчество), а девочки ожидают возможных изменений в ситуации, не предпринимая никаких действий. В то же время неагрессивные подростки так же, как и высокоагрессивные, редко ищут поддержки у близких людей и не прибегают к фантазированию и уходу от реальности. Отсюда следует, что стратегия «конфронтация», играющая важную роль в повседневном преодолении трудностей у высокоагрессивных подростков, способствует росту агрессивности и направляет процесс совладания в неконструктивное русло. Наряду с этим, неагрессивные подростки, применяющие стратегии «положительная переоценка ситуации» и «дистанцирование» сохраняют низкий уровень агрессивности.

Высоковраждебные мальчики наиболее часто используют такие копинг-стратегии, как «планирование решения проблемы», «положительная переоценка ситуации» и «конфронтация», наиболее редко - «принятие ответственности», «поиск социальной поддержки», «избегание». Высоковраждебные девочки чаще всего применяют такие способы совладания, как «планирование решения проблемы», «самоконтроль» и «конфронтация», реже - «положительная переоценка ситуации», «дистанцирование», «избегание». Из этого следует, что подростки с высокой враждебностью размышляют над решением проблемы, пытаются разобраться в ней, однако их усилия по изменению ситуации часто проявляются в противостоянии окружению. Среди предпочитаемых стратегий подростков наблюдаются половые различия. В частности, мальчики стараются изменить что-то в себе, развить уверенность, поднять самооценку. Девочки же убеждают себя в положительном исходе дела, не позволяя отрицательным эмоциям завладеть ими.

Отсюда следует, что высоковраждебные подростки в трудной ситуации сосредотачиваются в первую очередь на том, что нужно сделать в первую очередь, а также обдумывают проблему, чтобы лучше понять ее. Процесс разрешения проблемы выглядит для них как борьба за свои интересы, которая часто сопровождается выплеском негативных эмоций в адрес обидчика или окружения. Кроме того, мальчики часто прибегают к занятиям спортом, а также начинают серьезно задумываться о смысле жизни и своем месте в ней. Для девочек самым важным является сохранение чувства собственного достоинства. Для того чтобы не показать, как сильно их уязвляет данная ситуация, они скрывают свои чувства. Высоковраждебные девочки намного чаще, чем мальчики, рассказывают кому-нибудь о том, что с ними происходит, и спрашивают совета у родственника или друга. Невраждебные подростки в трудной ситуации размышляют над возможными вариантами решения проблемы, а также стараются не действовать поспешно. В том числе, мальчики стараются бороться до конца, не признавая себя побежденными, а девочки винят себя в произошедшем, давая себе сло-

во, что этого больше не повторится. Замечено, что невраждебные мальчики значительно чаще, чем высоковраждебные, считают необходимым в трудной ситуации контролировать свои чувства, сдерживать всплески отрицательных эмоций. Враждебные девочки чаще, чем невраждебные, рассказывают о своих переживаниях друзьям, а также склонны к избеганию реальной ситуации и фантазированию о том времени, когда трудности прекратятся и все станет по-прежнему. Отсюда следует, что снижению уровня враждебности у мальчиков содействует использование стратегии «самоконтроль». Наряду с этим, применение девочками стратегий «поиск социальной поддержки», «избегание» и «конфронтация» ведет к повышению уровня враждебности. Вероятно, использование конструктивной стратегии «поиск социальной поддержки» в тесном сочетании с неконструктивными стратегиями, ведет к отказу от самостоятельного, активного разрешения проблемы и, вследствие, росту враждебности.

**Заключение.** Эмпирические данные показывают, что, выстраивая свое копинг-поведение, подросток опирается на характерные для него нарушения поведения. В трудных ситуациях подростки прибегают к свойственным для них способам реагирования. Так, агрессивные подростки применяют стратегию конфронтации, противопоставления себя окружению, включающую открытое выражение отрицательных эмоций. Кроме того, для совладания с жизненными неприятностями мальчики напрямую используют физическую и вербальную агрессию. Использование стратегии «избегание», то есть постоянный уход от травмирующих ситуаций, отказ от встречи с проблемой лицом к лицу, фантазирование распространены у девочек, которые проявляют агрессию косвенным путем. Отсутствие самоконтроля, склонность сосредотачиваться на негативных сторонах событий, пессимизм свойственны девочкам с высоким уровнем негативизма. Реакции активного протеста, «приближения» как самой проблемной ситуации, так и обидчика характерны для девочек с высоким уровнем физической и вербальной агрессии. Отсюда следует, что попытки разрешения ситуации с помощью выражения агрессии позволяют подросткам стабилизировать свое состояние и разрешать проблемы. Однако постоянное, привычное применение таких методов приводит к развитию нарушений поведения и дезадаптации.

## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДИДАКТОГЕННЫХ НЕВРОЗОВ

*М.В. Макрицкий  
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»*

В происхождении неврозов участвует совокупность (конstellация) факторов: преморбидные характерологические, личностные особенности; всевозможные действующие в течение жизни вредные факторы, способные изменить реактивность организма, ослабить, сенсibilизировать нервную систему, сделать её более уязвимой, ранимой. Но ведущей неперменной