

Секция «Психология»

**Особенности совладающего поведения у лиц с разным уровнем
жизнестойкости.**

Вдовина Ольга Ивановна

Студент

*Ульяновский государственный университет, Факультет гуманитарных и
социальных наук, Ульяновск, Россия*

E-mail: olga58791@mail.ru

Современное общество задает такой темп жизни, который можно рассматривать как способствующий развитию стресса. Именно поэтому в последнее время стало так актуально изучать стратегии преодоления, совладания с тяжелыми жизненными ситуациями.

Способы, позволяющие решить трудную ситуацию, в рамках исследования, мы рассматриваем в двух контекстах: в рамках изучения жизнестойкости (как одной из характеристик личности) и совладающего поведения (как одной из стратегий действия в кризисной ситуации).

Жизнестойкость, по мнению С. Мадди, - личностная характеристика, которая является общей мерой психического здоровья личности и отражает три жизненные установки: вовлеченность, уверенность в возможности контроля над событиями, а также готовность к риску [2,3].

Совладающее поведение мы рассматриваем с двух позиций: как непосредственно копинг (Р. Лазарус, С. Фолкман, Н. Эндлер, Дж. Паркер и др.) и как защиту (Н. Хаан, А. Фрейд, Х. Конте и др.) [4].

Более раннее исследование (2012 г.) показало, что жизнестойкость суицидентов и соматически здоровых людей действительно различаются [1, с. 17]. Настоящее исследование, по замыслу автора, должно послужить подтверждением ранее полученных результатов, а также позволит исследовать стратегии решения трудных жизненных ситуаций более подробно.

Именно поэтому в исследовании было использовано 3 диагностических методики: «Тест жизнестойкости» С. Мадди (в адаптации А.Н. Леонтьева, Е.И. Рассказовой), «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана и «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика, Х. Келлермана, Х. Конте (в адаптации Л.И.Вассермана, О.Ф.Ерышева, Е.Б.Клубовой и др.). В качестве испытуемых были выбраны обычные люди, не совершавшие суицидальных попыток, и суициденты, тяжелая ситуация в жизни у которых толкнула к совершению такой попытки.

Анализ полученных результатов по методике «Тест жизнестойкости» свидетельствуют, что жизнестойкость суицидентов значительно ниже, чем у людей, не совершавших суицидальных попыток ($U=6$ при $p<0,01$). При этом, наиболее значимые различия касаются такого ее компонента как контроль ($U=4,5$ при $p<0,01$). То есть люди, совершившие суицидальную попытку, оценивают ситуацию как не поддающуюся воздействию извне. Возможно, этот факт оказывает свое влияние при выборе ими неконструктивного способа решения проблемы.

Эти данные согласуются с результатами, полученными в ходе анализа результатов методики Д. Амирхана, поскольку суициденты в качестве превалирующей стратегии

поведения выбирают стратегию «избегания проблем» ($t_{эмп} = 2,4$ при $p_{0,05}$).

Анализ же механизмов психологических защит выявил различия только в результатах, полученных по шкале «замещение» ($t_{эмп} = 2,5$ при $p_{0,05}$). Такие данные дают возможность предположить, что те негативнее эмоции, которые возникают в период кризиса, прежде всего обращаются на собственную личность, а не проявляются на других людей. Кроме того, средний уровень «общей напряженности психологических защит» у суицидентов выше (51%), чем у людей, не совершавших суицидальных попыток (42%).

Таким образом, гипотеза исследования подтвердилась: жизнестойкость суицидентов действительно значительно ниже. Кроме того, в качестве стратегий решения конфликта они предпочитают дезадаптивные формы поведения – стратегию избегания проблем и замещение в качестве психологической защиты (хоть и делают это неосознанно). Эти данные могут оказаться полезными при оказании терапевтической помощи суицидента, а также при составлении превентивных программ.

Литература

1. Вдовина О. И. Жизнестойкость как фактор антисуицидального потенциала личности [Текст] / О. И. Вдовина, О. И. Ефимова / Актуальные проблемы социальной компетентности личности: ресурсы развития: Материалы 4-ой Международной научно-практической конференции 28 сентября 2012 / Отв. ред. Калинина Н.В., Седунова А.С. - Ульяновск: "Вектор-С 2012 г. – 228 с.
2. Мадди С. Смыслообразование в процессах принятия решения / С. Мадди // Психологический журнал.- 2005. – Т. 26.- № 6. С. 87-101.
3. Фоминова А. Н. Жизнестойкость личности / А. Н. Фоминова – М.: МГПУ, 2012. – 152 с.
4. Совладающее поведение: теоретические аспекты проблемы [Электр. ресурс] – Режим доступа: <http://www.rusnauka.com>