

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»

УДК 316.6.

Гончарова Светлана Сергеевна

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПРЕОДОЛЕНИЕ
НЕГАТИВНЫХ СОБЫТИЙ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ
В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

19.00.01 – общая психология,
психология личности, история психологии

Автореферат диссертации
на соискание ученой степени кандидата психологических наук

Минск - 2006

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Работа выполнена в Научно-методическом учреждении
«Национальный институт образования» Министерства образования
Республики Беларусь

Научный руководитель:
доктор психологических наук, профессор
Пергаменщик Л.А. (Учреждение
образования «Белорусский государственный
педагогический университет имени
Максима Танка», кафедра прикладной
психологии)

Официальные оппоненты:
доктор психологических наук, профессор
Фурманов И.А. (Белорусский
государственный университет, кафедра
психологии)

кандидат психологических наук, доцент
Малейчук Г.И. (Учреждение образования
«Брестский государственный университет
имени А.С.Пушкина», кафедра психологии)

Оппонирующая
организация:
Учреждение образования «Гродненский
государственный университет имени Якуба
Купалы»

Защита состоится 4 апреля 2006 г. в 14.00 на заседании совета по
защите диссертаций Д 02.21.04 при учреждении образования «Белорусский
государственный педагогический университет имени Максима Танка»
по адресу: 220050, Минск, ул. Советская, 1, ауд. 401, тел.: 226-00-21.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке учреждения
образования «Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка».

Автор ~~закончил~~ разослаг 2 марта 2006 г.

Ученый секретарь
совета по защите диссертаций

С.И.Коптева

Актуальность темы диссертации. В юношеском возрасте существует ярко выраженная потребность в глубоком осознании логики происходящих событий собственной жизни, в создании ясной и целостной картины жизненного пути, особенно в связи с негативными событиями. Из-за быстроты изменения социальных условий жизнедеятельности, нестабильности времени этого мира юноши и девушки не могут использовать накопленный опыт поколений, вынуждены самостоятельно вырабатывать способы и стратегии преодоления. От того, какими эти способы и стратегии окажутся – конструктивными или деструктивными, способствующими адаптации или препятствующими ей – зависит дальнейшее развитие личности молодого человека и его психологическое здоровье.

В зарубежной психологии проблема психологического преодоления негативных событий активно разрабатывается с 60-х годов прошлого столетия (R.S.Lazarus, 1971, 1991, 1993; R.S.Lazarus, S.Folkman, 1984, 1986; N.S.Endler, 1993; R.H.Amos, 1991). Существенные исследователи только приступают к её осмыслению, разработке и обогащению понятийного аппарата (К.А.Абульханова-Славская, 1991, 2000; И.Анциферова, 1994, 2001; С.К.Нартова-Бочавер, 1997), становлению и адаптации методов исследования (Н.И.Сирота, 1994; Т.Л.Крюкова, 2002), проведению эмпирических исследований (Р.М.Грановская, 2000; Е.В.Куфтия, 2001; И.М.Никольская, 2000; М.В.Сапоровская, 2002; С.А.Хазова, 2004).

Проблемное поле диссертационного исследования включает способы и стратегии психологического преодоления юношеством негативных событий жизненного пути, особенности психологического преодоления негативных событий высокой интенсивности переживания, оценку юношами и девушками эффективности используемых способов преодоления. Отсутствие диагностического инструментария, адекватного целям и задачам исследования, поставило задачу создания опросника, измеряющего способы и стратегии психологического преодоления негативных ситуаций.

Связь работы с крупными научными программами, темами. Исследование проводилось в рамках научных тем Научно-методического учреждения «Национальный институт образования»:

«Влияние кризисных событий на дальнейшую жизнедеятельность человека» (Инв. № 19973883) 1997–1998 гг.;

«Разработать теоретическую модель психологического преодоления школьниками негативных событий жизненного пути» (Инв. № 20015260) 2001 г.;

«Разработать и апробировать комплексную систему поддержания психического здоровья школьников, пострадавших от катастрофы на Чернобыльской АЭС» (Инв. № 20022958, Президентская программа «Дети Беларуси», утвержденная Указом Президента Республики Беларусь № 281 от 24.05.2001 г.) 2002–2003 гг.

Цель и задачи исследования. Цель исследования – выявление способов и стратегий психологического преодоления негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте. В соответствии с поставленной целью сформулированы основные задачи исследования:

1. Разработать теоретические основания исследования, проблемы психологического преодоления негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте.
2. Создать опросник «Способы преодоления негативных ситуаций», провести его психометрическую оценку и стандартизацию для раннего юношеского возраста.
3. Проанализировать негативные события жизненного пути в раннем юношеском возрасте.
4. Изучить способы и стратегии психологического преодоления, описать специфику их выбора в зависимости от особенностей восприятия негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте.
5. Определить эффективные, в оценке юношества, способы психологического преодоления негативных событий жизненного пути.

Предмет и объект исследования. Объект исследования – негативные события жизненного пути. Предмет исследования – способы и стратегии психологического преодоления негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте.

Гипотеза исследования. В ситуациях с негативной валентностью и высокой интенсивностью переживания «сужается» широта жизненного пространства личности, что проявляется в уменьшении спектра и использовании типичных для личности способов и стратегий преодоления, уменьшении масштаба временной перспективы, доминировании эмоциональных способов преодоления.

Методология и методы исследования. Методологическую основу исследования составили:

- теория поля К.Левина, согласно которой ситуация становится для психологической благодаря субъекту, находящему в шине объекты субъективными значениями;
- событийно-биографический подход (Д.Бюлер, С.Л.Рубинштейн, К.А.Абульханова-Славская), в рамках которого личность рассматривается как субъект жизненного пути, где основным инструментом анализа и измерения является событие;
- транзакционная теория стресса и копинга Р.Лазаруса, в частности понимание психологического преодоления как процесса постоянно изменяющихся когнитивных и поведенческих усилий индивида с целью управления специфическими требованиями ситуации, которые оцениваются индивидом как подлагающие его испытанию и превышающие ресурсы.

Процедура исследования включала в себя изучение способов психологического преодоления с помощью опросника «Способы преодоления негативных ситуаций» (СПНС), который является разработанной нами версией клинического Бернского опросника «Способы преодоления критически ситуаций». События жизненного пути изучались с помощью методики Е.Ю.Коржовой «Психологическая автобиография». Для психометрической оценки опросника СПНС использовались: опросник копинг-теста Е.Неим (автор – Э.Хайм, адаптация сотрудников института им. Г.И.Бехтерева, адаптаторы – Е.В.Клубова, Е.Б.Клубова); методика диагностики индекса жизненного стиля (ЛС), разработчики – Г.Келлерман и Р.Плутчик, адаптация Е.Б.Клубовой; опросник социально-психологической адаптации (СПА), разработанный К.Роджерсом и Р.Даймондом, адаптация А.К.Осиповского; методика определения уровня субъективного контроля (УСК), автор – Д.Ротте, адаптация Е.Р.Бажина, Е.А.Голынкиной, А.И.Эгличида.

При обработке эмпирического материала применялись следующие методы математической статистики: частотная статистика (расчет медианы, среднего значения (M), стандартного отклонения (s)), анализ главных компонент (с Varimax вращением), метод косоугольного вращения факторов (метод Direct Oblimin), критерий адекватности выборки Keiser-Meyer-Olkin, критерий сферичности Барлэтта (Bartlett's Test of Sphericity), j-коэффициент дифриминативности, α -критерий Кронбаха, R-коэффициент надежности согласованности, ранговая корреляция по Спирману (rs), U-тест Манна –Уитни, χ^2 -тест Чирсона, z-тест Вилкоксона. Расчеты осуществлялись в программе SPSS v.11.5.

Характеристика выборки исследования. В исследовании принимали участие учащиеся 10 – 11 классов средних общеобразовательных школ, гимназий и лицеев г. Минска, г. Барановичи, г. Ельска, г.п. Добруш, г.п. Корма, д. Санюки Гомельской области.

На этапе конструирования, психометрической оценки и стандартизации опросника СПНС участвовали 372 человека в возрасте от 14 до 17 лет и 199 взрослых (средний возраст 35 лет). На этапе изучения способов и стратегий преодоления негативных событий жизненного пути – 184 человека в возрасте от 14 до 17 лет. Общее количество анализируемых протоколов составило 1 055.

Научная новизна и теоретическая значимость полученных результатов. Выделены и описаны стратегии преодоления негативных событий жизненного пути юношей и девушек: поиск поддержки, повышение самооценки, самообвинение, анализ проблемы, поиск виновных. Рассмотрено прогностическое значение стратегий преодоления с точки зрения социально-психологической адаптации: определены адаптивные и дезадаптивные стратегии преодоления. Проведено целостное рассмотрение стратегий преодоления во взаимосвязи с механизмами психологических защит и локусом контроля.

Осуществлен анализ оценки юношеством эффективности и социальной желательности используемых способов и стратегий психологического преодоления. Обнаружена парадоксальная связь между оценкой эффективности и социальной желательностью способа преодоления «сединение», которую можно рассматривать как возрастную закономерность.

Эмпирически подтверждено, что при встрече с негативным событием высокой интенсивности переживания «сужается» широта жизненного пространства юношей и девушек, что проявляется в уменьшении спектра и использовании типичных для личности способов и стратегий преодоления, в уменьшении масштаба временной перспективы и доминировании эмоциональных способов преодоления.

Понятие «стратегия психологического преодоления» представлено как эмпирический и теоретический конструкт, что вносит вклад в теорию психологического преодоления негативных событий жизненного пути.

Практическая значимость связана с возможностью использования полученных результатов в практике оказания юношам и девушкам психологической помощи, направленной на увеличение спектра, поиск и обучение конструктивным – адаптивным способам и стратегиям преодоления негативных событий жизненного пути, что в конечном счете повышает психологическое здоровье подрастающего поколения. Разработан опросник «Способы преодоления негативных ситуаций» (СПНС), который прошел психометрическую процедуру и стандартизацию, что дает возможность его применения в научных исследованиях и психологической практике. Результаты исследования легли в основу программы психологической помощи и поддержки юношеству в ситуации потери значимых других, реализованной на базе ДРОЦ «Ждановичи», в работе с пострадавшими после чрезвычайных ситуаций (tragедия на Немиге, авария в Краснопольской средней школе № 1), а также использованы при разработке и чтении курса «Кризисная психология» в БГПУ им. Максима Танка.

Основные положения диссертации, выносимые на защиту:

1. Психологическое преодоление выступает как паттерн взаимодействия личности и ситуации, где активность человека как субъекта жизненного пути разворачивается в соответствии с его оценкой специфики требований ситуации, её значимости и наличия ресурсов.

2. Опросник «Способы преодоления негативных ситуаций» (СПНС) является надежным, валидным, достоверным и стандартизованным диагностическим инструментом для изучения способов и стратегий психологического преодоления негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте.

3. При восприятии событий жизненного пути юноши и девушки отмечают большую пропускную способность воспроизведения образов прошлого, чем будущего; позитивные события выделены негативными в прошлом, настоящем и будущем; события с высокой интенсивностью переживания. Переживание юношами и девушками негативных событий уменьшает масштаб временной перспективы жизненного пути: события концентрируются вокруг настоящего. С течением времени интенсивность переживания негативных событий снижается, у большинства изменяется валентность (исключение составляют события «смерть близких» и «болезнь близких»).

4. Юноши и девушки применяют следующие стратегии психологического преодоления негативных событий жизненного пути: «поиск поддержки», «повышение самооценки», «самообвинение», «анализ проблемы» и «поиск виновных». Психологическое преодоление негативных событий высокой интенсивности переживания характеризуется: увеличением количества эмоциональных, «пассивных» поведенческих, неконструктивных коэффициентов способов и стратегий преодоления. Сильное переживание негативных событий приводит к использованию «универсальных», сложившихся в опыте стратегий и способов преодоления, «сужению» их спектра.

5. Юноши и девушки считают эффективными такие способы преодоления негативных событий жизненного пути, как «уединение», «анализ проблемы», «обращение за поддержкой», «оптимизм» и «смеша действенности». Обнаружена парадоксальная связь между общими эффектами и социальной желательностью способа преодоления «уединение», между отнесением эмоциональных способов преодоления к слабоэффективным и активным их использованием в ситуациях с высокой интенсивностью переживания.

Личный вклад соискателя. Настоящее исследование представляет собой результат много летней (1999–2005) работы соискателя. В процессе исследования выявлена и описана стратегии психологического преодоления негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте, разработан опросник, позволяющий фиксировать изучаемый психологический феномен – способы и стратегии психологического преодоления негативных событий жизненного пути юношеского возраста.

Апробация результатов исследования. Материалы исследования обсуждались на Международных научных и практических конференциях «Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф» (Минск, 1999–2003), «17 лет после Чернобыля: проблемы и решения» (Гомель, 2003), «Психосоциальная адаптация в трансформирующемся обществе: проблемы и перспективы» (Минск, 2003), «Чрезвычайные ситуации: предупреждение и ликвидация» (Брест, 2005), а также на заседаниях отдела психологии Национального института образования, кафедры прикладной психологии факультета психологии БГПУ им. Максима Танка.

Опубликованность результатов. Результаты диссертации отражены в 29 публикациях по теме исследования (7 статьях, 15 тезисах докладов и материалов конференций, 2 разделах научных изданий, 4 разделах научно-методического пособия, разделе буклета). Общее количество страниц опубликованных материалов составляет 148.

Структура и объем работы. Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и приложений. Полный объем диссертации составляет 166 страниц. Текстовая часть работы изложена на 99 страницах, содержит 9 таблиц и 3 рисунка. Список использованной литературы включает 216 источников; из них 36 на иностранном языке, и занимает 13 страниц, объем приложений – 54 страницы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

В введении и в общей характеристике работы обосновывается актуальность исследуемой проблемы, определяются предмет, объект, цели и задачи исследования, формулируются гипотеза и положения, выносимые на защиту, называются используемые методы, раскрываются научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы.

В первой главе «Основные теоретические подходы к проблеме исследования психологического преодоления негативных событий жизненного пути» представлен анализ научной литературы по проблеме диссертационного исследования,дается операционализация основных понятий, излагается концепция исследования.

Рассматривается подход С.Л.Рубинштейна к личности как субъекту жизненного пути и теория поля К.Левина, определяются понятия: «жизненный путь личности», «событие», «жизненное пространство», «временная перспектива».

Отмечается, что понять личность невозможно вне ситуации, в которой она находится, вне её жизненного пути, поскольку между человеком и условиями его жизни существует постоянная связь. Несмотря на кажущуюся очевидность необходимости учёта ситуационных и диспозиционных факторов в объяснении поведения человека, данное положение ввиду методологической сложности не всегда является объектом научного исследования.

Важными для понимания проблемы исследования считаются представленные в теории С.Л.Рубинштейна положения о личности как субъекте жизненного пути и событии как основной единице анализа жизненного пути. Так, С.Л.Рубинштейн раскрывает «особенность человека как субъекта жизни» через «его способности разрешать жизненные противоречия», которые в диссертационной работе исследуются в связи с активностью личности по их преодолению. В качестве основной единицы анализа жизненного пути, его основного момента и поворотного этапа, учёный рассматривает событие, при котором с принятием того или иного решения на более или менее длительный период определяется дальнейший жизненный путь человека.

В диссертационном исследовании нашли выражение основные положения теории поля К.Левина:

- воздействующие «сила» и «важность» являются не объективными характеристиками внешней ситуации, а представляют собой результат наделения личностью внешних объектов субъективными значениями;
- поведение рассматривается как функция взаимодействия личности и ситуации, определяется зависимостью от интерпретации ею этой ситуации;
- при анализе поведения человека необходимо учитывать особенности ситуации, характеристики данной личности и её ситуации в конкретный момент времени;
- в условиях стресса «сужается» широта жизненного пространства личности, что проявляется в «сужении» масштаба временной перспективы и социальных

связей, областей деятельности, в ухудшении «экономии действия» и «поведении более или менее типичном» для личности.

Общим в концепциях С.Л.Рубинштейна и К.Левина является описание личности через категорию «активность» при построении собственной жизни. Границы теории поля К.Левина рассматривает личность «сквозь» призму процесса «структуризации жизненного пространства» в соответствии с универсальным внутренним миром индивида. С.Л.Рубинштейн характеризует её через категорию «субъект жизненного пути». Категория «событие» занимает определенное место в исторической причинности жизненного пространства (К.Левин) и является поворотным этапом жизненного пути человека (С.Л.Рубинштейн). Она рассмотрена и описана в качестве единицы анализа жизненного пути конкретной личности, в процессуальных и структурных терминах, предложены классификации событий.

В главе анализируются существующие в литературе концептуальные подходы к формулировке понятия «психологическое преодоление»: 1) способ психологической защиты (T. Naar); 2) относительно постоянная предрасположенность человека к определенным образом на стрессовые ситуации – интрапредикторальный подход (A.Ebata, S.Folkman, R.H.Moos); 3) процесс, специфика которого определяется ситуацией, или интраиндивидуальный подход (B.L. Coopert); 4) процесс управления ресурсами (W.M. Ensel, N.Lin). Диссертационное исследование проводится с позиции транзакциональной теории coping и стресса (R.S.Lazarus), в рамках которой психологическое преодоление рассматривается как процесс постоянно изменяющихся когнитивных и поведенческих усилий индивида с целью управления специфическими требованиями ситуации, которые оцениваются им как подвергающие испытанию и превышающие его ресурсы.

Описываются проблемные области в исследовании психологического преодоления: основания для классификаций (Chr.Langston, L.I.Pearlin, H.Thomaе, K.C.Нартова-Бочавер), эффективность психологического преодоления (F.T.Melges, S.Folkman, V.J.Conway, D.J.Teggy, K.Nakano), универсальность и стабильность психологического преодоления (R.S.Lazarus, M.Folkman, R.H.Moos, A.Ebata), возрастные особенности преодоления (J.C.Birkimer, M.Petrovsky, R.Rook, D.Dooley, L.Sulsky, W.M. Ensel, N.Lin, T.L.Крюкова, С.А.Хазова).

Проведенный в диссертации анализ литературных источников показал, что стратегии преодоления разграничиваются по параметрам ориентированности (на проблему – эмоции), характеру участия в разрешении ситуации (активные – пассивные), степени субъективного вовлечения (приближение – избегание), области психического, в которой развертывается преодоление (внешняя деятельность или чувства), временной протяженности полученного эффекта (разрешается ситуация радикально или требует возврата к ней), параметру эффективности (приносит желаемый результат по разрешению затруднений или нет), социальной желательности (социально одобряемые – неодобряемые), ситуациям, провоцирующим coping-поведение (кризисные или повседневные).

Существующие точки зрения по вопросу об эффективности тех или иных стратегий и способов преодоления можно разделить на два полюса. Одни авторы

считают, что деление по параметру «эффективность» не имеет смысла, так как одна и та же стратегия может быть эффективной в одних ситуациях и неэффективной в других, иметь разную эффективность на различных стадиях одной ситуации, зависят от индивидуальных особенностей личности. Другие – этот параметр вводят исходя из результата психологического преодоления.

В диссертационной работе рассматриваются проблемы уникальности и стабильности психологического преодоления, которые связаны с двумя линиями его функционирования. Линия пространственного функционирования задает проблему уникальности – универсальности психологического преодоления: применяет человек в различных ситуациях разные стратегии и способы психологического преодоления или же пользуется во всех ситуациях типичными, универсальными для него. Линия временного функционирования связана с вопросом о том, являются ли способы и стратегии психологического преодоления стабильными образованиями или меняются на протяжении жизни человека.

Анализ литературных источников показал отсутствие единства в воззрениях и результатах экспериментальных исследований, позволяющих выявить возрастную динамику преодоления. Тем не менее исследователи отмечают, что для юношеского возраста характерно наличие достаточно устойчивых стратегий преодоления, которые можно рассматривать как новообразование возраста (С.А.Хазова, Т.Л.Крюкова). Успешность решения возникающих проблем для данного возраста определяется: отказом от стратегии «поиск поддержки» как базовой и использованием в этом качестве стратегии «анализ и решение проблемы», принятием ответственности на себя за решение проблем, разграничением стратегий по фактору «конструктивность – деструктивность».

Вторая глава «Разработка версии опросника «Способы преодоления критических ситуаций»» посвящена проблемам диагностики психологического преодоления, изложению этапов разработки версии Барнса опросника, обоснованию и описанию методов сбора эмпирических данных исследования.

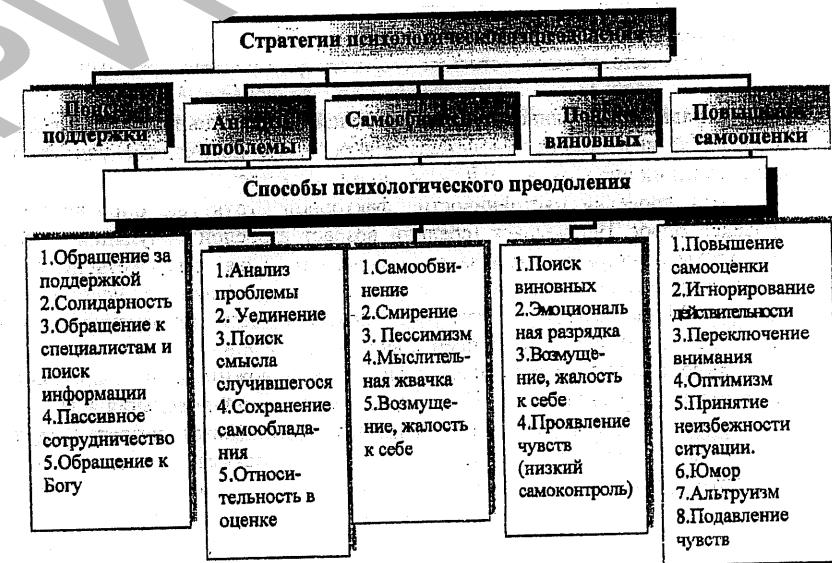
Проанализированы существующие зарубежные и отечественной психологией методы диагностики психологического преодоления негативных событий, обозначены проблемы их создания, наличие неудовлетворительных психометрических свойств, несбалансированности факторов, существенных недостатков при переводе на русский язык.

Описана процедура разработки, психометрической оценки и стандартизации опросника «Способы преодоления негативных ситуаций» (СПНС) на исследуемой выборке. Определение психометрических характеристик опросника СПНС осуществлялось по «блоксхемному» плану, то есть не все респонденты участвовали в выявлении каждой психометрической характеристики.

Опросник СПНС позволяет измерять способы и стратегии психологического преодоления негативных ситуаций и состоит из: 1) инструкции; 2) 25 утверждений; 3) пятипозиционной шкалы, позволяющей оценить частоту использования способов преодоления; 4) 5 шкал: «поиск

поддержки», «повышение самооценки», «самообвинение», «анализ проблемы» и « поиск виновных»; 5) норм в «сырых» баллах; ключа перевода «сырых» баллов в стены по шкалам; 6) описания и интерпретации шкал.

Правомерность использования опросника СПНС в диагностических целях обусловлена высокими и удовлетворительными показателями, полученными в ходе психометрической оценки. Он отвечает требованиям: надежности измерительного инструмента (ре-тестовая надежность – $r_s = 0,70$, $p < 0,01$; надежность-согласованность (α-Кронбаха) – 0,707, $p < 0,05$); валидности (корреляция с релевантным опросником (опросник Е.Н. Барнса) – $r_s = 0,67$, $p < 0,01$); достоверности ($r_s = 0,477$, $p < 0,01$). Опросник СПНС стандартизован на выборке 307 человек (критерий адекватности выборки Kaiser-Meyer-Olkin равен 0,711, что свидетельствует о приемлемости адекватности). Факторная структура опросника, полученная с помощью метода главных компонент, представлена на рисунке (критерий сферичности Барлера показал $(p < 0,05)$, что данные приемлемы для проведения факторного анализа). В качестве значимых рассматривались нагрузки пунктов, которые по абсолютной величине превосходят 0,3. Эти самые межшкальные корреляции отсутствуют (метод Direct Oblimin).



Факторная структура опросника «Способы преодоления негативных ситуаций» (СПНС)

В таблице представлены результаты психометрической оценки шкал опросника СПНС. Значения перечисленных показателей являются высокими и удовлетворительными.

Психометрические характеристики шкал опросника «Способы преодоления негативных ситуаций»

Наименование шкалы	R - коэффициент	α - Кронбаха	j - коэффициент	г ре-тест	г достоверность
Поиск поддержки	0,58 – 0,69	0,62	0,280 – 0,471	0,678; p=0,001	0,513; p=0,001
Повышение самооценки	0,41 – 0,65	0,59	0,217 – 0,483	0,727; p=0,001	0,458; p=0,001
Самообвинение	0,60 – 0,69	0,65	0,354 – 0,449	0,565; p=0,001	0,430; p=0,001
Анализ проблемы	0,62 – 0,64	0,47	0,162 – 0,389	0,642; p=0,001	0,348; p=0,003
Поиск виновных	0,57 – 0,75	0,57	0,277 – 0,452	0,727; p=0,001	0,154; p=0,203

Примечание. Значения коэффициентов R и j представлены в виде интервальных показателей; при расчете ретестовой надежности и достоверности уровень значимости – 0,01.

Шкала «поиск виновных» дифференцируется испытуемыми по фактору социальной желательности – нежелательности, что необходимо учитывать при использовании опросника СПНС в ситуации экспертизы.

Для проверки «устойчивости» факторной структуры опросника СПНС проведен опрос 199 человек (средний возраст взрослой популяции – 35 лет). Результаты факторного анализа и их содержательная интерпретация, а также результаты сравнения показателей шкал двух выборок с использованием критерия Манна–Уитни не позволяют рекомендовать применение опросника СПНС для изучения стратегий преодоления взрослой выборке.

Была получена статистическая значимая положительная корреляционная связь между опросником СПНС и опросником копинг-поведения E.Heim ($r_s = 0,672$, $p = 0,001$; $p < 0,01$) они равнозначны друг другу. Можно назвать следующие преимущества авторской версии этого опросника: 1) адаптирована и стандартизирована на выборке юношей и девушек, в то время как опросник E.Heim прошел адаптацию на взрослых; 2) авторские шкалы позволяют анализировать результаты исходя из предпочтительности личностью *стратегий*, а не из тех, в которых разворачивается преодоление; 3) стратегии преодоления определены параметром адаптивность – дезадаптивность, социальная желательность – нежелательность, во взаимосвязи с локусом контроля и механизмами психологических защит. Стратегия преодоления – актуальный ответ личности на требования ситуации, которые воспринимаются ею как несущие угрозу благополучию. Стратегия представляет собой комбинацию

способов преодоления, которые определяются как действия человека, предпринимаемые в ситуации психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию, которые разворачиваются в когнитивной, поведенческой или эмоциональной сфере.

Между опросником СПНС и методикой диагностики индекса жизненного стиля (LSI) установлена статистически значимая положительная корреляционная связь: $r_s = 0,492$, $p = 0,015$; $p < 0,05$. Этот факт подтверждает положение о том, что стратегии преодоления и механизмы психологической защиты обеспечивают адаптацию человека к меняющимся условиям жизнедеятельности, наличие проблемы определяет и разграничение понятий «стратегия» и «механизм психологической защиты», находящиеся в «стратегиях» и «механизмах защиты». Обнаружены значимые связи между шкалами диагностических критериев. Обнаружены значимые связи между шкалами опросников СПНС и СПА, УСК. Шкалы «поиск поддержки» и «анализ проблем» имеют значимые корреляции с шкалой «адаптированность», шкалы «самообвинение» и «поиск виновных», которые характеризуют эмоциональный копинг, положительно взаимосвязаны с показателями дезадаптированности личности; группа «анализ проблемной ситуации» – со шкалой «интернальности», «самообвинение» и «поиск виновных» – со шкалой «экстернальности». Интерпретация шкалы опросника СПНС дана с учетом выявленных взаимосвязей, связей со шкалами опросников LSI, СПА и УСК.

Делается вывод о том, что опросник СПНС в целом отвечает требованиям, предъявляемым к диагностическим методикам, что позволяет использовать его в качестве измерительного инструмента для изучения способов и стратегий преодоления негативных событий в раннем юношеском возрасте.

В третьей главе «Исследование способов и стратегий преодоления негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте» представлен план эмпирического исследования, его результаты, их анализ и интерпретация.

Негативные события жизненного пути анализировались по параметрам: продуктивность (количество), оценка (интенсивность переживания события), время ретроспекции и антиципации, содержание.

Для юношей и девушек характерны: низкая продуктивность воспроизведения образов негативных событий по сравнению с позитивными в прошлом, настоящем и будущем (в среднем каждый опрошенный называет в прошлом $M = 2,5$ событий позитивного характера, в настоящем – $M = 2,9$, в будущем – $M = 2,3$; число названных прошедших негативных событий составляет $M = 1,3$, в настоящем – $M = 1,0$, ожидаемых – $M = 0,3$); высокая продуктивность воспроизведения образов негативных прошедших событий ($M = 1,31$) по сравнению с настоящими ($M = 0,99$) и ожидаемыми ($M = 0,30$), то есть прошлое воспринимается как наиболее окрашенное негативными переживаниями.

В психологической автобиографии юноши и девушки делают акцент на события высокой интенсивности переживания (среди негативных событий прошлого отмечают 70,0 % событий высокой интенсивности переживания, в настоящем – 47,4 %, ожидаемых – 61,4 %; такая же тенденция присутствует и в

отношении позитивных событий жизненного пути); прошедшие негативные события высокой интенсивности переживания сконцентрированы вокруг ближайшего настоящего (среднее время ретроспекции – $M = 2,6$ года), что делает актуальной задачу их преодоления.

Большинство прошедших событий негативного характера относятся к смерти близких (24,56 %), неуспешности в учебной деятельности (17,67 %), связаны с конфликтами (14,22 %), разрывом отношений с любимым человеком (12,93 %), болезнями и госпитализацией (10,78 %). Среди ожидаемых будущих негативных событий доминируют поступление и экзамены (45,61 %), событие смерти (19,30 %). Выявлена особенность в переживании прошедших событий «болезнь близких» и «смерть близких»: события остаются негативными по валентности и незначительно изменяют свою интенсивность переживания во времени по сравнению с остальными негативными событиями. Это может быть связано с невозможностью контролировать эти события, воздействовать на их исход, а также с большой значимостью данного события и влиянием на жизненный путь.

Описывается выбор юношами и девушками способов и стратегий преодоления в зависимости от оценки ими событий прошлого. Одним из показателей социальной адаптированности личности является умение «встраивать» в свой жизненный опыт события разной валентности. Исследуемая выборка ($n = 184$) была разделена на группы в зависимости от оценки юношами и девушками событий прошлого.

Опрошенные первой группы (с положительной оценкой событий прошлого, $n = 26,1$ %) придают большое значение в своей жизни событиям потенциальным, их настоящее можно определить как «жизнь для завтра». В то же время будущее отмечено тревогой, неуверенностью в успешности задуманного, невыраженностью ясного понимания целей и задач. Отсутствие биографии событий негативного характера свидетельствует об отсутствии и «вытеснении» значимых негативных переживаний. Репертуар способов преодоления в данной группе отличается доминированием пассивных форм – «активное избегание», «отвлечение».

Вторая группа испытуемых (с событиями разной валентности, $n = 63,0$ %) характеризуется «адекватным» отношением к своему жизненному пути, что проявляется в наличии позитивных и негативных событий в психологической автобиографии, широком репертуаре способов и стратегий преодоления.

Третья группа опрошенных (с отрицательной оценкой событий прошлого, $n = 7,1$ %) имеет низкую продуктивность воспроизведения образов прошлого и будущего, отсутствие опоры на позитивный опыт, что предполагает травму; тревогу, в отношении будущего; узкий спектр используемых способов преодоления (по сравнению с опрошенными первой и второй групп). В негативных ситуациях респонденты этой группы переключают внимание на семью и друзей, стараются сохранить самообладание и придерживаться оптимистической позиции, в то же время активно проявляют эмоции, игнорируют проблему, уходят от решения ситуаций, чаще применяют стратегию «поиск виновных», чем испытуемые первой группы.

Выявлены и описаны особенности психологического преодоления юношами и девушками негативных событий высокой интенсивности переживания. Группа респондентов с наличием в прошлом и настоящем негативного события высокой интенсивности переживания характеризуется высокими показателями продуктивности восприятия образов прошлого и будущего, узостью масштаба временной перспективы (концентрацией событий вокруг ближайшего настоящего) по сравнению с испытуемыми из первой группы, активным использованием стратегии «анализ проблемы».

У группы опрошенных (с негативным событием высокой интенсивности переживания, произошедшим не более полутора лет назад) вырисована высокая продуктивность воспроизведения образов прошлого и будущего, событий высокой интенсивности переживания разной валентности. Большинство негативных событий высокой интенсивности переживания недавнего прошлого связаны со смертью родных и близких – 31,7 %, межличностными отношениями (конфликтами, разрывом отношений с любимым человеком) – 29,73 %, неуспешностью в учебной деятельности – 16,22 %, состоянием здоровья собственного тела (болезнями, физическими травмами и госпитализацией) – 12,16 %. Изучая меню интенсивности переживания этих событий в прошлом и настоящем, её изменение: с течением времени 20,27 % негативных событий изменили свою валентность в связи с использованием способов и стратегий преодоления, меню измыв психологических защит, 79,73 % – остались негативными.

Выявлены статистически значимые различия в применении способов психологического преодоления в зависимости от интенсивности переживания ситуации (использовался z-критерий Вилкоксона для зависимых выборок). В «сильных» ситуациях юноши и девушки используют значительно меньше способов преодоления, чем «обычно» в негативных ситуациях ($z = -5,178$, $p = 0,001$; $p < 0,01$), то есть репертуар средств сужается. В ситуациях с высокой интенсивностью переживания реже применяются «конструктивная деятельность», «уединение», «пессимизм», «игнорирование действительности», «комор», «анализ проблемы», «относительность», «обращение к Богу», «поиск смысла случившегося», «повышение самооценки», «подавление чувств», «оптимизм», «сотрудничество», в качестве доминирующих выступают эмоциональные стратегии преодоления («поиск виновных», «самообвинение») и поведенческая стратегия («поиск поддержки»).

Изучена специфика преодоления в зависимости от типа ситуации. В ситуации потери используются «обращение за поддержкой», «внимание семье и друзьям», «солидарность» (общение с людьми, пережившими потерю). В когнитивной сфере происходит своеобразное «застревание» – присутствуют постоянные мысли о случившемся, среди эмоциональных способов совладания – «возмущение и язость к себе», «выражение чувств» (печали, страха, гнева, уныния). Доминирующие стратегии «поиск поддержки» и «поиск виновных». Разрыв отношений с любимым человеком сопровождается включением таких способов преодоления в поведенческой сфере, как «уединение», «поиск поддержки»,

«компенсация» (еда, курение, алкоголь) и «конструктивная деятельность» (чтение, рисование и т.д), в когнитивной сфере – «анализ проблем», в эмоциональной – «эмоциональная разрядка»; редко используются обращение к специальной литературе и специалистам (например, психологу), «сотрудничество», «обращение к Богу». Преобладают стратегии «самообвинение» и «поиск виновных». Негативные переживания по поводу неуспешности в учебной деятельности (неудачи при поступлении, сдаче экзаменов) преодолеваются также с помощью эмоциональных стратегий преодоления «поиск виновных» и «самообвинение». Переживания по поводу собственной болезни преодолеваются с помощью стратегий «повышение самооценки» и «поиск виновных», совладать с переживаниями, связанными с болезнью близких, помогают «поддержка» и «анализ проблемы». Стратегию «поиск виновных» юноши и девушки относят к социально неодобряемым, в то же время активно её используют в ситуациях с высокой интенсивностью переживания, в которых «снимаются» социальные запреты на проявление негативных эмоций в адрес других.

Изучение способов и стратегий преодоления по параметру «的独特性 – универсальность» (составлялись индивидуальные корреляционные матрицы с использованием коэффициента Спирмана по результатам двух серий опроса) выявило, что у 58,11 % опрошенных существуют значимые положительные связи на уровне 0,01, у 14,86 % – на уровне 0,05, у 27,03 % испытуемых показатели в двух сериях опроса не связаны. В работе делается вывод: большинство юношей и девушек (72,97 %) в негативных ситуациях используют универсальные или типичные для себя способы и стратегии преодоления, что подтверждает гипотезу диссертационного исследования. Максимальная «的独特性 – универсальность» была получена в отношении преодоления, разворачивающегося в эмоциональной сфере – стратегии «самообвинение» и «поиск виновных», а также в социальной сфере – «поиск поддержки». От ситуационных переменных в большей степени зависит использование стратегий «повышение самооценки» и «анализ проблемы» и таких способов совладания эмоций как «смирение» и «сохранение самообладания», «оптимизм», «позитивистский», «активное избегание» и «поиск информации по проблеме и обращение к специалистам», когнитивного плана – «поиск смысла случившегося». Делается вывод о том, что «的独特性 – универсальность» вышеупомянутых способов и стратегий задается особенностями ситуации преодоления.

Психологическое преодоление негативных ситуаций высокой интенсивности характеризуется: более узким спектром используемых способов преодоления, чем в негативных ситуациях с меньшей интенсивностью переживания; использованием «универсальных» для личности способов преодоления; включением эмоциональных (эмоциональная разрядка, жалость к себе, смирение, поиск виновных и самообвинение), пассивных поведенческих (отвлечение, активное избегание) и неконструктивных (пессимизм, принятие ситуации) способов преодоления; доминированием эмоциональных стратегий преодоления «самообвинение», «поиск виновных» и поведенческой стратегии «поиск поддержки».

Определены и описаны эффективные, в оценке юношей и девушек, способы преодоления негативных событий жизненного пути, к которым относятся: «уединение», «анализ проблемы», «обращение за поддержкой», «оптимизм» и «отвлечение». Не эффективны в процессе преодоления такие способы, как «смирение», «активное избегание», «возмущение и жалость к себе», «самообвинение». Способ преодоления «уединение» свойственен для данной возрастной группы и, по мнению юношей и девушек, является самым эффективным. В то же время они относят его к социально неодобряемым. Эту парадоксальную связь мы объясняем как возрастную закономерность.

Выявлена связь между используемыми в эффективных способами преодоления у 75,68 % опрошенных, и её отсутствие – 24,32 %. Отсутствие связи может свидетельствовать о противоречивости психологического преодоления у конкретной личности. У данной группы наиболее эффективным способом преодоления является «компенсация (курень, алкоголь)».

Определены особенности оценки юношеством эффективности способов преодоления негативных событий высокой интенсивности переживания, к которым относятся: «повышение дезадаптивных способов преодоления («жалость к себе», «самообвинение», «поиск виновных», «ход от решения проблемы»), уменьшение количества эффективных способов преодоления с 3–8 способов в «слабой» негативной ситуации до 2–7 – в «сильной».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования, в ходе которого была достигнута поставленная цель, решены соответствующие задачи, подтвердили выдвинутую гипотезу и позволили сделать следующие выводы:

1. Основной единицей анализа и измерения жизненного пути личности выступает событие. Негативные события жизненного пути способствуют запуску механизма психологического преодоления. Психологическое преодоление определяется нами как паттерн взаимодействия личности и ситуации, где активность человека как субъекта жизненного пути разворачивается в соответствии с его оценкой специфичности требований ситуации, её значимости и наличия ресурсов [1, 23].

2. Созданный опросник «Способы преодоления негативных ситуаций» (СПНС) предназначен для диагностики способов и стратегий преодоления негативных ситуаций в раннем юношеском возрасте. Опросник отвечает требованиям, предъявляемым к диагностическим методикам (надежности, валидности, достоверности, стандартизации), может быть использован в сочетании с другими методами и в качестве основного психоdiagностического средства для практической и исследовательской деятельности [5].

3. Восприятие юношами и девушками негативных событий жизненного пути характеризуется: меньшей продуктивностью по сравнению с позитивными в прошлом, настоящем и будущем; доминированием событий высокой интенсивности переживания; уменьшением интенсивности

переживания с течением времени (исключение составляют события смерти и болезни близких); концентрацией вокруг ближайшего настоящего, что делает процесс психологического преодоления актуальным для развития личности. Ретроспективный ряд негативных событий юношей и девушек отмечен доминированием событий, связанных со смертью близких, болезнью и госпитализацией, конфликтами, разрывом отношений с любимым человеком, неуспешностью в учебной деятельности, а ряд ожидаемых негативных событий – с поступлением и экзаменами, событиями «собственной смерти» и смерти близких. Восприятие негативных событий усиливается возрастными возможностями анализировать проблемы с помощью абстрактных категорий «конечность», «навсегда», «никогда», что драматизирует социальную ситуацию развития юношей и девушек [4, 7, 12, 13, 14, 19, 25].

4. Юноши и девушки используют следующие стратегии преодоления негативных событий жизненного пути: «поиск поддержки», «повышение самооценки», «анализ проблемы», «самообвинение», «поиск виновных». К адаптивным стратегиям относятся «анализ проблемы» и «поиск поддержки», к дезадаптивным – «самообвинение» и «поиск виновных». Психологическое преодоление негативных событий жизненного пути высокой интенсивности переживания отмечается: включением дезадаптивных эмоциональных, пассивных поведенческих и неконструктивных когнитивных способов преодоления; использованием типичных для данной личности способов; «сужением» спектра применяемых и эффективных способов преодоления. Продуктивность событий в психологической биографии, масштаб временной перспективы, количественный и качественный спектры способов и стратегий преодоления определяются отношением к прошлому (отрицательным, позитивным, амбивалентным), которое свидетельствует о сильной адаптированности личности, адекватном отношении к своему жизненному пути и умении «встраивать» в личный опыт события разной валентности [4, 25].

5. Преодолевать негативные события, по мнению юношей и девушек, помогают такие способы, как «уединение», «анализ проблемы», обращение за поддержкой», «оптимизм» и «смена деятельности». К неэффективным они относят эмоциональные («смиление», «возмущение и жалость к себе», «самообвинение») и «пассивные» («живое избегание») способы. Существует парадоксальная связь между оценкой юношами и девушками эффективности и собственной желающей способа преодоления «уединение», что может рассматриваться как возрастной феномен. В негативных ситуациях высокой интенсивности переживания чаще используются в качестве эффективных «пассивные» способы преодоления: «жалость к себе», «самообвинение», «поиск виновных», «активное избегание» и «принятие ситуации». Помощь психолога и поиск информации в сложных ситуациях не воспринимается юношами и девушками как эффективный способ преодоления [2, 3, 6, 8, 9, 10, 11, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 24, 25, 26].

СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

Статьи:

- Гончарова С.С., Пергаменщик Л.А., Отчик С.В. Психологические механизмы адаптации старших школьников к меняющимся условиям посттравматического развития // Социально-психологическая реабилитация детей и подростков, пострадавших от катастрофы на ЧАЭС: Сб. науч. тр. / НИО; Редкол.: Л.А.Пергаменщик (гл. ред.) и др. – Минск, 1993. – Вып. 1. – С. 77–85.
- Гончарова С.С., Пергаменщик Л.А. Социально-психологические проблемы Чернобыльской катастрофы // 17 лет после Чернобыля: проблемы и решения: Сб. науч. тр. / Комитет по проблемам последствий катастрофы на Чернобыльской АЭС при Совете Министров Республики Беларусь. Под общ. ред. А.Д. Шевчука и др. – Минск, 2003. – С. 152–155.
- Гончарова С.С. Процедура эффективности психологического преодоления негативных событий жизненного пути // Современные психологические технологии влияния на личность: Сб. науч. ст. / Под общ. ред. С.Л.Богомаза. – Витебск: Изд-во «Відд-ння Т.М.Машерова», 2005. – С. 54–61.
- Гончарова С.С. Психологическое преодоление ситуации потери в раннем юношеском возрасте // Вестн. БДПУ. – 2005. – № 3. – С. 60–65.
- Гончарова С.С. Процедура создания опросника «Способы преодоления негативных ситуаций»: психометрическая оценка и стандартизация // Психологический журнал. – 2005. – № 3. – С. 56–68.
- Гончарова С.С. Эффективность психологического преодоления негативных событий жизненного пути: проблема, понятие и результаты исследования // Вестн. МДПУ. – 2005. – № 2. – С. 115–120.
- Гончарова С.С. Изучение переживания и преодоления потери значимого другого в раннем юношеском возрасте // Журнал практического психолога. Специальный выпуск: Теория и практика семейной психологии. – 2005. – № 5. – С. 107–114.

Тезисы докладов и материалы конференций:

- Гончарова С.С., Пергаменщик Л.А. Ценности и возможность их реализации в будущем у мигрантов Чернобыльской зоны // Чернобыльская катастрофа и медико-психологическая реабилитация пострадавших: Материалы конф. – Минск, 1992. – С. 25–27.
- Гончарова С.С., Пергаменщик Л.А. Ценностные ориентации школьников-мигрантов // Психология травматического стресса сегодня: Тез. докл. Междунар. конф., Киев, 12–15 мая 1992 г. – Киев, 1992. – С. 82–83.
- Гончарова С.С. Ценностно-ориентационный портрет старшеклассника // Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: Материалы Междунар. конф. – Минск, 1994. – С. 27.
- Goncharova S.S., Pergamenchtchik L.A., Kolominsky J.L., Otsik S.W. The influence of psychosocial factors following the Chernobyl disaster on adolescents //

- International conference early adolescence: Research and clinic. September 1–3, 1994. – Lausanne Switzerland, 1994. – Р. 63.
12. Гончарова С.С. Особенности жизненного пути старшеклассников // Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: Материалы V Междунар. конф. / Редкол. Л.А.Пергаменщик (гл. ред.) и др. – Минск, 1998. – С. 63.
 13. Гончарова С.С., Яковчук М.И. Возрастные особенности в переживании негативных событий жизненного пути // Психология и дети: рефлексия по поводу защиты прав ребенка: Материалы Междунар. науч.-практ. конф. / БГПУ им. Максима Танка. – Минск, 1999. – С. 42–44.
 14. Гончарова С.С. Негативные события жизненного пути школьников // Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: Материалы VI Междунар. конф. / Редкол. Л.А.Пергаменщик (гл. ред.) и др. – Минск, 1999. – С. 57.
 15. Гончарова С.С., Пергаменщик Л.А. Организационные и психотерапевтические аспекты оказания психологической помощи пострадавшим в трагедии на Немиге // Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: Материалы VII Междунар. конф. / Редкол. Л.А.Пергаменщик (гл. ред.) и др. – Минск, 2000. – С. 60.
 16. Гончарова С.С. О необходимости просвещения детей на тему смерти // Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: Материалы VIII Междунар. конф. / Редкол. Л.А.Пергаменщик (гл. ред.) и др. – Минск: Веды, 2001. – С. 60.
 17. Гончарова С.С., Смолик Н.В. Эффективные способы преодоления старшеклассниками негативных событий жизненного пути // Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: Материалы VIII Междунар. конф. / Редкол. Л.А.Пергаменщик (гл. ред.) и др. – Минск: Веды, 2001. – С. 61.
 18. Гончарова С.С. Превентивный подход в оказании психологической помощи в экстремальных ситуациях // Чрезвычайные ситуации: предупреждение и ликвидация: Тез. II Междунар. конф. Минск, 23–25 июня 2003 г. – Минск, 2003. – С. 74.
 19. Гончарова С.С. Способы психологического преодоления старшеклассниками стрессоров // Психосоциальная адаптация в трансформирующемся обществе: проблемы и перспективы: Материалы Междунар. науч. конф. / Редкол. И.И.Фурманов (гл. ред.) и др. – Минск: УП «Гама – 5», 2003. – С. 43–45.
 20. Гончарова С.С., Немцова Г.Д. Результаты исследования психологического состояния и стратегии преодоления детей младшего школьного возраста // Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: Тез. IX Междунар. конф., Минск, 5 ноября 2003 г. / НИО. – Минск, 2003. – С. 33.
 21. Гончарова С.С. О необходимости создания службы экстренной психологической помощи // Социально-психологическая реабилитация

- населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: Тез. IX Междунар. конф., Минск, 5 ноября 2003 г. / НИО. – Минск, 2003. – С. 31.
22. Гончарова С.С., Пергаменщик Л.А. Возможности запуска механизма социальной поддержки в местах катастроф // Психологическое здоровье в контексте развития личности: Материалы II Междунар. науч.-практ. конф. / Брестский гос. ун-т им. А.С.Пушкина. – Брест: БрГУ, 2005. – С. 216–217.

Научные издания:

23. Гончарова С.С., Пергаменщик Л.А., Яковчук М.И. Преодоление психологических травм. – Минск: НИО, 1999. – 55 с.
24. Психическое здоровье школьников: состояние и психологическая помощь / Л.А.Пергаменщик, С.С.Гончарова, М.И.Яковчук и др.; Под ред. Л.А.Пергаменщика. – Минск: НИО, 2000. – 88 с.

Научно-методическое пособие:

25. Система поддержки психического здоровья детей, пострадавших от катастрофы на Чернобыльской АЭС: научно-метод. пособие / С.С.Гончарова, Л.А.Пергаменщик, М.И.Яковчук и др.; Отв. ред. Л.А.Пергаменщик. – Гомель: РНИИ «Институт радиологии», 2004. – 156 с.

Буклет:

26. Гончарова С.С., Пергаменщик Л.А., Яковчук М.И., Красовская И.Ч. Психическое здоровье детей (буклет для родителей и педагогов) / Министерство образования Республики Беларусь. Национальный институт образования. Комитет по проблемам катастрофы на Чернобыльской АЭС. – Минск, 2003. – 12 с.

РЕЗЮМЕ

Гончарова Светлана Сергеевна

Психологическое преодоление негативных событий жизненного пути
в раннем юношеском возрасте

Ключевые слова: психологическое преодоление, стратегия преодоления, негативное событие, жизненный путь, ранний юношеский возраст.

Объект исследования: негативные события жизненного пути.

Предмет исследования: способы и стратегии психологического преодоления негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте.

Цель исследования: выявление способов и стратегий психологического преодоления негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте.

Методы: теоретический анализ, сравнительный и психоdiagностический методы.

Научная новизна. В качестве предмета специального исследования выступил феномен психологического преодоления негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте. Выделены, изучены и содержательно описаны стратегии преодоления негативных событий для данного возраста: поиск поддержки, повышение самооценки, самообвинение, анализ проблемы и поиск виновных случившегося. Дано характеристика стратегиям преодоления по параметру «адаптивность – дезадаптивность». Установлены взаимосвязи между стратегиями преодоления и психологическими защитами, локусом контроля. В работе осуществлен анализ оценки юношеством эффективности и социальной желательности используемых способов и стратегий психологического преодоления, отражена сложная взаимосвязь между оценкой интенсивности переживания негативных событий, временем перспективой и выбором способов и стратегий психологического преодоления. Эмпирически подтверждено, что при встрече с негативным событием высокой интенсивности переживания «сужается» горизонт жизни этого пространства юношей и девушек, что проявляется в узчении спектра и использовании типичных для личности способов и стратегий преодоления.

Практическая значимость результатов диссертационного исследования заключается в разработке вопросника «Способы преодоления негативных ситуаций» (СПНС). Опросник прошел психометрическую процедуру и стандартизацию на выборке белорусских юношей и девушек, что дает возможность его использования в научных исследованиях и психологической практике. Результаты данного исследования могут быть использованы при построении вопросника оценки особенностей психологического преодоления негативных ситуаций и в практике оказания психологической помощи.

РЭЗЮМЭ

Гончарова Светлана Сергеевна

Псіхалагічнае пераадольванне негатыўных падзеяў жыццёвага шляху
ў раннім юнацкім узросце

Ключавыя слова: пісіхалагічнае пераадольванне, стратэгія пераадольвання, негатыўная падзея, жыццёвы шлях, ранні юнацкі ўзрост.

Аб'ект даследавання: негатыўная падзея жыццёвага шляху.

Прадмет даследавання: спосабы і стратэгіі пісіхалагічнага пераадольвання негатыўных падзеяў жыццёвага шляху ў раннім юнацкім узросце.

Мэты даследавання: выяўленне спосабу і стратэгіі пісіхалагічнага пераадольвання негатыўных падзеяў жыццёвага шляху ў раннім юнацкім узросце.

Метады: тэарэтычны, паміжпрамысловы, паразунальны, ліхадыягнастычны метады.

Навуковая навізна. У даследаванні прадмета спецыяльнага даследавання выступіў феномен пісіхалагічнага пераадольвання негатыўных падзеяў жыццёвага шляху ў раннім юнацкім узросце. Выдзелены, вывучаны і змястоўна апісаны стратэгіі пераадольвання негатыўных падзеяў для данага ўзросту: пошук падтрымкі, паміжпрамыслове самаацэнкі, самаабвінавачванне, аналіз праблемы і пошук вінаватаў у сябе, што здарылася. Дадзена характеристыка стратэгіям пераадольвання па параметру «адаптыўнасць – дэзадаптыўнасць». Устаноўлены ўзаесувязі паміж стратэгіямі пераадольвання і пісіхалагічнымі абаронамі, локусам кантролю. У работе здзейснены аналіз ацэнкі юнацтвам эфектыўнасці і сацыяльнай пажаданасці выкарыстанных спосабаў і стратэгій пісіхалагічнага пераадольвання, адлюстравана складаная ўзаесувязь паміж ацэнкай інтэнсіўнасці перажывання негатыўных падзеяў, часавай перспектывай і выбарам спосабаў і стратэгій пісіхалагічнага пераадольвання. Эмпрычна падверджана, што пры сустрэчы з негатыўнай падзеяй высокай інтэнсіўнасці перажывання «звужаецца» шырыня жыццёвай прасторы юнакоў і дзяўчак, што прайяўляецца ў змяншэнні спектра і выкарыстанні тыповых для асобы спосабаў і стратэгій пераадольвання.

Практычная навізна даследавання заключаецца ў распрацоўцы аптыальnika «Спосабы пераадольвання негатыўных сітуацый» (СПНС). Аптыальник прайшоў пісіхаметрычную працэдуру і стандартызацыю на выбарцы беларускіх юнакоў і дзяўчак, што дае магчымасць яго прымянея ў навуковых даследаваннях і пісіхалагічнай практыцы. Вынікі гэтага даследавання могуць быць выкарыстаны пры будаванні працэдураў ацэнкі асаблівасцей пісіхалагічнага пераадольвання негатыўных сітуацый, а таксама ў практыцы пісіхалагічнай дапамогі ў рамках пісіхалагічнага кансультаўвання і пісіхатэрапіі.

SUMMARY

Svetlana S.Goncharova

Coping with negative life events in early youthful age

Key words: coping, coping strategy, negative event, course of life, early youthful age.

Object of the research: negative life events.

Subject of the research: methods and coping strategies with negative life events in early youthful age.

Purpose of research: to study methods and coping strategies with negative life events in early youthful age.

Methods: theoretical analysis, comparative and psycho-diagnostic methods.

Scientific novelty of research. The phenomenon of «coping» with negative life events in early youthful age began by special subject of scientific research in Native Psychology. The coping strategies with negative life events for above mentioned age, such as «looking-for a support», «rising of self-appraisal», «self-condemnation», «analysis of a problem» and «looking-for a guilty of occurrence» have been picked out and thoroughly described. The strategies of coping were characterized according to «adaptation – disadaptation» parameter. The correlation between coping strategies, psychological defenses and control locus, was determined. For the first time youth evaluation of the effectiveness and social desirability of the used methods and coping strategies were analyzed in the presented work. A complicated correlation between the evaluation of feeling intensity of negative events, temporary perspective and a choice of ways and coping strategies was also reflected in the work. It was experimentally confirmed that facing negative events of high emotional intensity the life spaces of boys and girls converge and that was displayed as a decrease of spectrum and usage typical for person methods and coping strategies.

Practical Significance of the dissertation consists in creation the questionnaire «Methods of coping with negative events». The questionnaire has gone through psychometrical procedures and standardization to belarusian sample of boys and girls which gives the opportunity of using it in scientific researches and psychological practice. The results of present scientific work can be used in constructing of coping assessment procedure and in psychological counseling and psychotherapy practice.

Подписано в печать 27.02.06. Формат 60x84 1/16. Бумага офсетная. Усл. печ. л.
Тираж 70 экз. Заказ 136

Полиграфическое исполнение: Учреждение образования «Белорусский государственный
педагогический университет имени Максима Танка».
ЛП № 02330/0131508 от 30.04.04. 220050, Минск, Советская, 18.

Отпечатано с оригинал-макета заказчика в Учебно-издательском центре БГПУ.
220007, Минск, Могилевская, 37.