

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

Кафедра возрастной и педагогической психологии

На правах рукописи

УДК \_\_\_\_\_

РЖЕУТСКАЯ

Надежда Алексеевна

**ДИСПОЗИЦИОННЫЙ ОПТИМИЗМ КАК ФАКТОР  
СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ  
В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Диссертация на соискание академической степени  
магистра психологических наук  
по специальности 1-23 80 03 Психология

Научный руководитель  
кандидат психологических наук,  
доцент  
Грицевич Т.Д.

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ (Т.В. Гормоза)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Минск, 2014

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	
<b>ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА И СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ</b>	
1.1 Основные теоретические подходы к исследованию диспозиционного оптимизма личности	
1.2 Копинг-стратегии как критерий совладающего поведения личности	
1.3 Оптимизм и копинг-стратегии как условие самоэффективности и успешной деятельности личности	
Выводы.....	
<b>ГЛАВА 2 ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА ВО ВЗАИМОСВЯЗИ С КОПИНГ-СТРАТЕГИЯМИ В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ</b>	
2.1 Организация и методы исследования.....	
2.2 Описание и интерпретация полученных результатов исследования диспозиционного оптимизма личности и сформированных копинг-стратегий	
2.3 Определение взаимосвязи диспозиционного оптимизма и копинг-стратегий в раннем юношеском возрасте	
2.4 Рекомендации по использованию полученных результатов в сфере образования	
Выводы.....	
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ</b> .....	
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>	

## ВВЕДЕНИЕ

На протяжении всей жизни практически каждый человек сталкивается с ситуациями, субъективно переживаемыми им как трудные, «нарушающие» привычный ход жизни. Переживание таких ситуаций зачастую меняет и восприятие окружающего мира, и восприятие своего места в нем. Вследствие определенного типа восприятия человек прибегает к использованию определенных паттернов поведения: к позитивному взгляду на жизнь – оптимизму, или же, наоборот, – пессимизму.

Невозможно отрицать, что психологическое исследование оптимизма и пессимизма действительно является актуальным. Из многочисленных исследований последних десятилетий стало ясно, что оптимизм и пессимизм являются важными психологическими конструктами, тесно связанными с такими понятиями как мотивация достижения и настойчивость, стресс и совладающее поведение, депрессия, надежда и многое другое. Следовательно, изучение природы оптимизма, его психологической сущности необходимо для продвижения психологических исследований по всем перечисленным направлениям и проблемам.

Кроме того, исследование оптимизма и пессимизма необходимо для решения целого ряда практических проблем психологического плана, с которыми сталкивается человек в современном обществе. Оптимизм и пессимизм достаточно ярко проявляются в различных областях реальной жизнедеятельности человека: образовании, спорте, профессиональной деятельности.

В современной зарубежной литературе можно выделить два основных подхода к изучению оптимизма и пессимизма: исследование диспозиционного оптимизма (Ч. Карвер, М. Шейер и др.) и исследование оптимизма как атрибутивного стиля (М. Селигман, К. Петерсон и др.). Эти подходы имеют довольно много общих положений, отражающих близкие теоретико-методологические основания, и могут рассматриваться в рамках позитивной психологии как родственные и взаимодополняющие направления. Оба направления одинаково известны за рубежом и хорошо представлены в различной обобщающей литературе по позитивной психологии. Современные отечественные психологи при исследовании оптимизма личности чаще всего опираются на уже сложившиеся в зарубежной психологии подходы и теории.

Одним из важных направлений изучения поведения является поведение, направленное на преодоление трудностей, которое в зарубежной психологии проводится в рамках исследований, посвященных анализу «coping» – механизмов или «coping behavior». Проблема совладающего поведения (копинг-поведения) со сложными ситуациями мало изучена. Первым, кто заинтересовался в данной научной области и ввел понятие «coping» был Абрахам Маслоу. Затем продолжили изучение такие ученые, как Р. Лазарус и С. Фолкмен, П. Коста и Р. Маккрей, У. Лер и Х. Томэ.

В отечественной психологии изучение поведения личности в стрессе изучалось в основном в контексте преодоления экстремальных ситуаций. Исключения составляют немногочисленные работы, посвященные изучению личности и жизненного пути (Л.И. Анцыферова, 1994; Е.В. Либина, А.В. Либин, 1998). Исследования в данной проблеме отечественных ученых, таких как Тышкова М. (1987), Сидорова Е.Н. (1988), Хазова С.А. (2004) и Крюкова Т.Л. (2005), показали, что активное становление копинг-стратегий приходится на подростковый возраст.

Актуальность изучения проблемы состоит в том, что условия, в которых протекает жизнедеятельность современного человека, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. Это связано со многими факторами и угрозами, в том числе политическими, информационными, социально-экономическими, экологическими, природными. Для совладания со стрессовыми ситуациями человек на протяжении своей жизни вырабатывает так называемые копинг-стратегии, то есть систему целенаправленного поведения по сознательному овладению ситуацией для уменьшения вредного влияния стресса.

Таким образом, несмотря на большое число исследований особенностей оптимизма и совладающего поведения в зарубежной и отечественной психологии, существует много аспектов для дальнейшего исследования и практического применения.

В связи с этим **цель исследования** состоит в выявлении значимости диспозиционного оптимизма в совладающем поведении в раннем юношеском возрасте.

Отсюда вытекают **задачи исследования**:

1. Проанализировать научную литературу по проблеме психологии оптимизма и совладающего поведения.
2. Изучить психологические особенности проявления диспозиционного оптимизма в раннем юношеском возрасте.

3. Изучить причины и особенности использования копинг-стратегий в раннем юношеском возрасте.

4. Выявить связь диспозиционного оптимизма с копинг-стратегиями в раннем юношеском возрасте.

**Объект исследования** – диспозиционный оптимизм.

**Предмет исследования** – связь оптимизма и копинг-стратегий в раннем юношеском возрасте.

**Гипотеза исследования:** существует связь между диспозиционным оптимизмом и копинг-стратегиями в раннем юношеском возрасте.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ