

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Факультет педагогики и психологии  
Специальность «педагогика и психология»  
Кафедра психологии

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

**Копинг-стратегии подростков в зависимости от  
доминирующей родительской стратегии**

- **Актуальность исследования.** На современном этапе развития общества проблема формирования социально-психологической адаптации детей и подростков – одна из наиболее **актуальных**. Умение справляться с трудными ситуациями, вырабатывая при этом широкий набор конструктивных способов преодоления стресса является важным показателем уровня развития личности.
- Эффективность адаптации человека к требованиям трудной, экстремальной ситуации (действительной или воображаемой), отражено в понятии **«coping behavior» (преодоление, совладание), под которым понимают активные, преимущественно сознательные усилия личности, предпринимаемые в ситуации угрозы и направленные на овладение трудной ситуацией.** Копинг позволяет человеку обеспечивать поддержание, укрепление здоровья и благополучия, а может способствовать их разрушению.
- Научный интерес психологов к проблеме поведения человека в сложных жизненных ситуациях в последнее время возрастает, однако исследования, анализирующие развитие конструктивных копинг-стратегий у подростков представлены недостаточно. В отечественной литературе отсутствуют систематизированные сведения по проблеме копинг-поведения подростков, основное внимание исследователей направлено на изучение развития личности под влиянием неправильного воспитания ребенка в семье и не раскрывают многих важных аспектов, влияющих на формирование эффективного копинг-поведения в онтогенезе. Выявленное противоречие позволило определить проблему исследования, которая состоит в преодолении противоречия путем изучения психологических особенностей копинг-стратегий подростков и их взаимосвязи с доминирующими родительскими стратегиями.

**Цель исследования:** изучить особенности копинг-стратегий подростков в зависимости от доминирующей родительской стратегии.

**Объект исследования:** копинг-стратегии подростков.

**Предмет исследования:** копинг-стратегии подростков в зависимости от доминирующей родительской стратегии.

**Гипотеза:** особенности взаимодействия родителей и детей оказывают влияние на качественное своеобразие копинг-стратегий подростков.

Для достижения цели исследования и проверки гипотезы были определены

**задачи исследования:**

1. Рассмотреть проблему копинг-поведения личности в психологии;
2. Провести теоретический анализ литературы о психологических особенностях подросткового возраста и копинг-стратегий подростков; изучить особенности взаимодействия родителей и детей.
3. Составить пакет диагностических методик для определения копинг-стратегий подростков и межличностного взаимодействия подростков и родителей.
4. Диагностировать базисные и ситуационно-специфические копинг-стратегии подростков;
5. Выявить структурные свойства личности, выступающие в качестве психологических ресурсов стресспреодолевающего поведения подростков;
6. Определить особенности взаимодействия родителей и детей в изучаемой группе подростков;
7. Раскрыть взаимосвязь детско-родительских отношений с особенностями совладающего поведения и личности подростков.

### **Теоретической и методологической основой послужили:**

транзакционная теория стресса и копинга Р. Лазаруса, С. Фолькмана; психоаналитические теории З. Фрейда, А. Фрейд, А. Маслоу; теория жизненного цикла развития человека Э. Эриксона; теория «психологии отношений» В.М. Мясищева; теоретические положения о социальной природе психики Л.С. Выготского, С.Л. Рубенштейна, А.Н. Ананьева, Л.И. Божович и др.; работы о развитии стресса и противодействия ему В.А. Бодрова, Л.И. Анциферовой, Р.М. Грановской, Н.А.Сирота, В.А. Ялтонского, У. Баумана и др.; теория системной семейной психотерапии В.Сатир, А.Я. Варга, Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юстицкого, и др.

**Методы и методики исследования.** Для проверки гипотезы и обоснования результатов работы были использованы следующие методы: теоретический анализ проблемы исследования, эмпирические методы, методы обработки данных – количественный (статистические методы) и качественный (контент-анализ).

Методики исследования: методика для диагностики базовых копинг-стратегий «Индикатор копинг-стратегий» (адаптирована Н.А.Сиротой и В.М. Ялтонским), для диагностики ситуационно-специфических копинг-стратегий «Копинг-тест Лазаруса» (адаптирована Т. Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С. Замышляевой), методика «Копинг-поведение» Э.Хейма (адаптирована Л.И. Вассерманом.), для диагностики структурных особенностей личности методика "Личностный Дифференциал" (адаптирована сотрудниками психоневрологического института им. В.М.Бехтерева), для изучения стиля родительского воспитания опросник «Взаимодействие родитель-ребенок» И. М. Марковской.

**База исследования.** В исследовании приняли участие 43 подростка в возрасте 15-16лет, учащиеся 9-х классов общеобразовательной средней школы №5 г. Славянска-на-Кубани, из них 22 юноши и 21 девушки.

- **Научная новизна исследования** определяется комплексным исследованием психологических особенностей копинг-стратегий подростков 15-16 лет. Доказано, что конструктивные стили семейного воспитания могут рассматриваться в качестве прогностических характеристик активного эффективного копинг-поведения личности.
- **Теоретическая значимость исследования** состоит в углублении представления о копинг-стратегиях подростков:
  - - выявлены психологические особенности базовых и ситуационно-специфических копинг-стратегий подростков 15-16 лет;
  - - определены ведущие индивидуально-психологические свойства личности и их значимость в развитии адаптивного и дезадаптивного копинг-поведения подростков;
  - - показано, что копинг-стратегии подростков зависят от стиля родительского отношения.
- **Практическая значимость** определяется возможностью широкого применения полученных в исследовании результатов и выводов для психолого-педагогической работы с подростками, разработки практических рекомендаций для педагогов и психологов, направленных на оптимизацию процесса формирования у подростков и старшеклассников способности к совладанию с трудными жизненными ситуациями.
- **Надежность и достоверность** результатов исследования обеспечиваются методологической обоснованностью исходных позиций, применением методик, адекватных цели и задачам исследования, согласованностью теоретических положений и выводов, как между собой, так и с данными экспериментального изучения, а также применением математических методов обработки и анализа данных. Обобщающие выводы сделаны на основе количественного и качественного анализа данных, полученных в ходе экспериментальной работы. Теоретические выводы подтверждены экспериментально.
- **Апробация и внедрение результатов исследования.** Основные положения работы докладывались и обсуждались на научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых: «Дни науки» Славянск-на-Кубани, СГПИ (2009г. – 2010г.), Всероссийской студенческой научной конференции «Молодежь и наука: творчество, поиск, открытия» (Славянск-на-Кубани, 2009г.), IV Всероссийской научно-практической конференции «Психология образования: современное состояние и развитие» (Адлер, 2010г.). Результаты исследования отражены в 3 публикациях.

- **Теоретические подходы** к проблеме копинг-поведения личности основываются на различных вариантах взаимосвязи индивидуальных особенностей, ситуации и процесса преодоления. Наиболее существенное влияние на современные достижения в изучении совладания со стрессом оказал когнитивно-феноменологический подход Р.Лазаруса, суть которого состоит в том, что на различных уровнях анализа (биологическом, психологическом, поведенческом) прослеживается взаимодействие средовых (социальных, экологических, информационных и др.) и личностных факторов. Кроме того, трансакционистская модель взаимовлияния предполагает идею развития психики и организма в результате этого взаимодействия. Психологические механизмы преодоления или копинг-механизмы формируются вместе с развитием личности, в этой связи подростковый возраст можно охарактеризовать как возраст активизации внутренних резервов, обеспечивающих формирование эффективного копинг-поведения у подростков.
- Ежедневно сталкиваясь со стрессом, человек, для его преодоления, использует **собственные стратегии** (копинг-стратегии) на основе имеющегося у него личностного опыта (**личностных ресурсов** или копинг-ресурсов). Устойчивые способы защитно-совладающего поведения, а также личностные особенности, выступающие в качестве ресурсов психологического преодоления трудностей формируются в подростковом возрасте, и значительную роль в формировании механизмов психологической адаптации у подростков играют детско-родительские отношения. Одни воспитательные стили формируют активные функциональные копинг-стратегии (стратегии разрешения проблем и поиска социальной поддержки) *и развивают определенные личностные и средовые копинг-ресурсы, которые являются психологическими факторами устойчивости к стрессу и сохранения здоровья.* Другие воспитательные стили определяют развитие неконструктивных способов совладания с трудными жизненными ситуациями и повышают индивидуальную чувствительность к стрессу.

# **ИССЛЕДОВАНИЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ ПОДРОСТКОВ И ХАРАКТЕРА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ**

Исследовательская работа проводилась в г. Славянске-на-Кубани на базе общеобразовательной средней школы № 5. В исследовании приняли участие 43 учащихся 9-го класса в возрасте 15-16 лет, из них 22 мальчика, 21 девочек. Мы изучали учащихся обычной общеобразовательной школы, с широким кругом взрослых и сверстников, так как мы стремились исследовать самые разнообразные формы копинг-поведения и отношений подростков.

Для достижения цели исследования, мы использовали комплекс психодиагностических методик. В результате исследования было установлено, что дети подросткового возраста имеют широкий арсенал базисных и ситуационно-специфических копинг-стратегий.

Диагностика *базисных стратегий* преодолевающего поведения проводилась с помощью методики «Индикатор копинг-стратегий». Наиболее характерным является средний уровень стратегии «разрешения проблем» (65,1%) и низкий уровень стратегии «избегания проблем» (88,35%), т.е. у подростков преобладает поведение, которое отличается активностью, сознательностью, целенаправленностью. (рис.1)



Рис.1. Распределение базисных копинг-стратегий подростков по разным уровням использования у подростков

Тест Э.Хейма (табл. 1) и опросник «Способы копинга» (табл.2) позволили изучить способы совладания с *повседневными стрессовыми ситуациями*. Чаще всего подростки используют стратегию «Дистанцирование» (76,75%) уменьшая значимость ситуации, а также в недостаточной степени применяют когнитивные стратегии преодоления трудностей (39,5%), использование которых базируется на личностных ресурсах индивида и тесно связано с коммуникативной эффективностью, низкий уровень которой преобладает среди подростков (51,2%). Выявлено, что подростки в сложных условиях чаще всего не решают, а приспосабливаются к сложившейся ситуации.

*Таблица 1*

**Результаты исследования копинг-стратегий подростков дифференцированных по основным сферам психической деятельности**

Стратегии по основным сферам психической деятельности	Вариант копинг-поведения					
	Адаптивные		Относительно адаптивные		Не адаптивные	
	n	%	n	%	n	%
Когнитивные стратегии	16	37,2	10	23,3	17	39,5
Эмоциональные стратегии	23	53,5	8	18,6	12	27,9
Поведенческие стратегии	17	39,5	20	46,5	6	14

Таблица 2

## Результаты исследования ситуационно-специфических копинг-стратегий подростков

Ситуационно-специфическая стратегия	Вариант копинг-поведения					
	Адаптивный		Пограничный		Напряженный	
	n	%	n	%	n	%
Конфронтационный копинг	15	34,9	22	51,15	6	13,95
Дистанцирование	6	13,95	33	76,75	4	9,3
Самоконтроль	3	7	23	53,5	17	39,4
Поиск социальной поддержки	11	25,6	23	53,5	9	20,9
Принятие ответственности	7	16,28	24	55,82	12	27,9
Бегство-избегание	5	11,6	27	62,8	11	25,6
Планирование решения проблемы	3	7	26	60,5	14	32,5
Положительная переоценка	2	4,6	23	53,5	18	41,9

Для исследования определенных свойств личности, выступающих в качестве психологических ресурсов стрессопродолевающего поведения подростков использовалась психосемантическая методика «Личностный дифференциал». Результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3

**Результаты исследования структурных особенностей личности подростков**

Фактор	Уровень выраженности					
	низкий		средний		высокий	
	n	%	n	%	n	%
Оценка	7	16,3	23	53,5	13	30,2
Сила	18	41,9	24	55,8	1	2,3
Активность	22	51,2	17	39,5	4	9,3

Уровень самоуважения, уверенности – тревожности и экстраверсии – интроверсии является важным показателем в исследовании копинг-поведения. Среди испытуемых преобладает инвертированная направленность личности, что говорит о необщительности, замкнутости и пассивности.

Получены гендерные различия в проявлении копинг-поведения подростков, статистически значимые различия по степени выраженности базисной стратегии «поиск социальной поддержки» (уровень значимости  $p \leq 0,05$ ) у юношей и девушек (рис. 2).

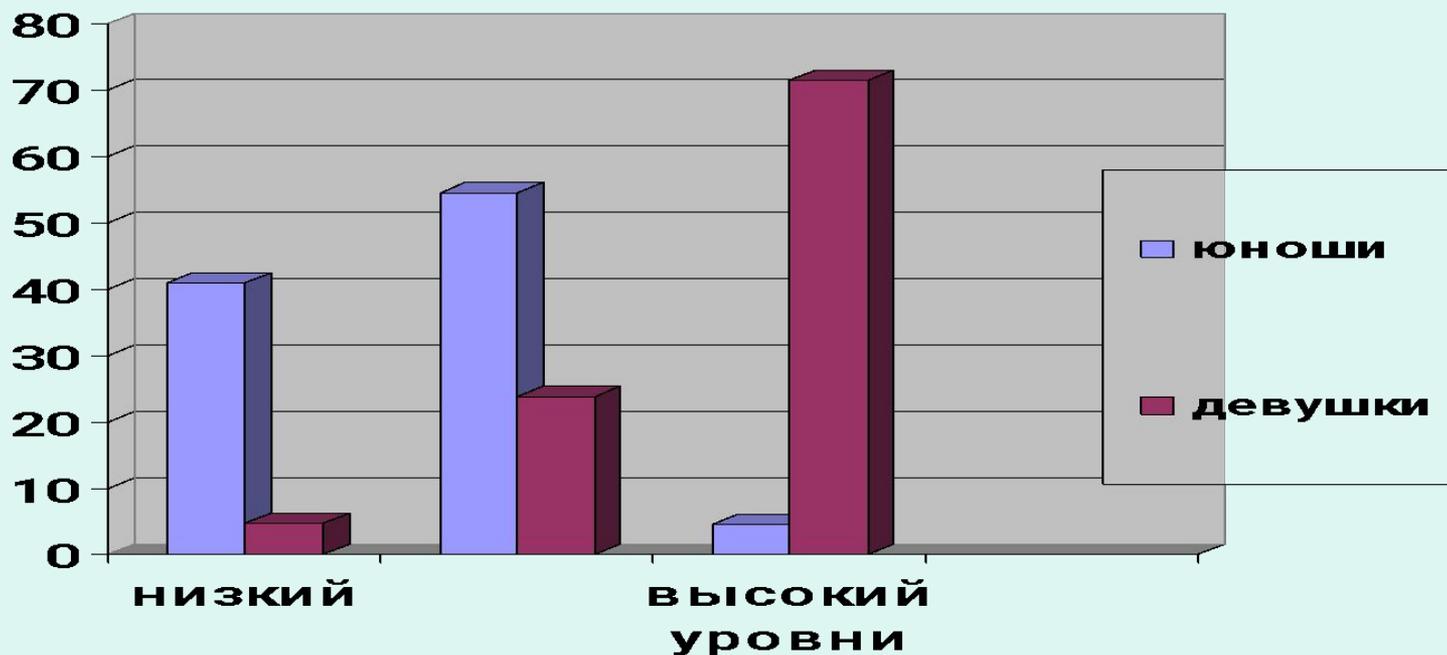


Рис. 2. Распределение показателей использования стратегии «поиск социальной поддержки» с разным уровнем использования по гендерному признаку

Для изучения особенностей взаимодействия родителей и детей в восприятии подростков и выявление доминирующей родительской стратегии использовался опросник «Взаимодействие родитель-ребенок». Нами были изучены стили родительского воспитания и сложившаяся в семье ситуация с точки зрения подростков. Выявлены доминирующие стратегии родительского отношения: требовательность, автономность, сотрудничество, последовательность.

Результаты представлены в таблице 4.

Высокий уровень требовательности отмечают 56% подростков, чем более требователен родитель, тем более высокого уровня ответственности он ожидает от ребенка. Автономность, т.е. низкий уровень контролирующего поведения по отношению к подростку у 46,2% родителей, это может означать, что ребенка часто предоставляют самому себе, низкий контроль может быть следствием безразличия к ребенку, возможно, является проявлением доверия к ребенку или стремлением родителей привить ему самостоятельность. Высокий уровень сотрудничества между родителями и детьми отмечают 51,1% подростков. Последовательность родителей в своих требованиях, отношении к ребенку, применении наказаний и поощрений отмечают 46,5% подростков

Таблица 4

## Результаты исследования особенностей взаимодействия родителей и детей с позиции подростков

Компонент стиля воспитания	Уровень выраженности					
	низкий		средний		высокий	
	n	%	n	%	n	%
Нетребовательность- требовательность	3	7,0	16	37	24	56
Мягкость-строгость	8	18,6	25	58,1	10	23,3
Автономность-контроль	20	46,2	19	44,2	4	9,3
Эмоциональная дистанция- близость	4	9,3	20	46,5	19	44,2
Отвержение-принятие ребенка	19	44,2	22	51,1	2	4,7
Отсутствие сотрудничества- сотрудничество	3	7,0	18	41,9	22	51,1
Несогласие-согласие	2	4,7	27	62,7	14	32,6
Непоследовательность- последовательность	9	20,9	14	32,6	20	46,5
Авторитетность родителя	8	18,6	19	44,2	16	37,2
Удовлетворенность отношениями	6	14,0	25	58,1	12	27,9

Установление зависимости между копинг-стратегиями подростков и ведущими стратегиями родительского отношения было осуществлено нами путем сравнения и выявления значимых различий с помощью  $t$ -критерия Спирмена. Анализ корреляционных связей позволил сделать следующий вывод: между копинг-поведением подростков и воспитательными стратегиями существует положительная зависимость. Коэффициент корреляции составил от 0,981 до 0,995 (уровень значимости  $p \leq 0,01$ ). Полученные взаимосвязи показателей доказывают, что копинг-стратегии подростков развиваются в зависимости от типа родительских отношений, т.е. особенности взаимодействия родителей и детей оказывают влияние на качественное своеобразие копинг-стратегий подростков.

Результаты исследования возрастных особенностей копинг-поведения подростков позволило наметить направление дальнейшей работы в рамках проблемы развития копинг-стратегий подростков. Так как копинг-стратегии являются результатом приобретенного опыта, то система коррекционно-развивающей работы может существенно влиять на развитие конструктивных копинг-стратегий поведения подростков и должна быть направлена как на формирование активного адаптивного копинг-поведения, так и на оптимизацию детско-родительских отношений.

**Проведенное нами исследование в целом подтвердило выдвинутую гипотезу и позволило решить поставленные задачи.**