

Секция 1

Защитное и совладающее поведение



В.И. Андрианова
г. Чебоксары,
ЧГУ им. И.Н. Ульянова

Психология защитного и совладающего поведения в процессе профессиональной самореализации российских предпринимателей

Комплексный подход к исследованию социально-психологической адаптации как важного резерва профессиональной самореализации российских предпринимателей показывает, что к числу жизненно необходимых адаптационных механизмов представителей бизнес-слоя относятся средства и способы их психологической защиты и совладающего поведения. Последние феномены можно рассматривать как внутренние резервы личности предпринимателей, поскольку отсутствие умений использовать защиту и копинг-поведение может привести к слабой эффективности экономической деятельности предпринимателей, к банкротству данного вида бизнеса.

Немногочисленные теоретико-прикладные исследования психологии защитного и совладающего поведения, проведенные в начале XXI века, свидетельствуют об отсутствии внимания отечественных ученых к изучению объективных и субъективных факторов жизнедеятельности бизнес-слоя, к уст-

ранению многочисленных трудностей, возникающих в процессе их профессиональной самореализации. Сравнительный анализ проведенных исследований показывает, что если проблемы копинг-поведения в какой-то мере анализируются и изучаются (зачастую на уровне абстрактного индивида), то психология защитного поведения находится вне исследовательского поля многих психологов, социологов, экономистов.

При исследовании психологии защитного поведения предпринимателей мы увязывали эффективность этой защиты не только со степенью трудности решения экономических, административных, организационных, правовых ситуаций и обстоятельств, но с наличием у бизнесменов внутренних резервов для преодоления возникших трудностей. В деле устранения преград для выбранного вида бизнеса предприниматели зачастую мобилизуют совокупность сознательных и бессознательных усилий для преодоления непредвиденных трудностей, непроизвольно обращаются к поиску резервов в сфере бессознательного. Этот механизм концентрации бессознательных механизмов, направленных на реализацию когнитивных, эмоционально-волевых компонентов личности, как правило, связан с активизацией средств психологической

защиты. Интересно отметить такой факт. Первоначально, в работах зарубежных авторов, изучение копинга начиналось с исследований механизмов адаптивных защит и защитного поведения. Хотя, отличие копинга от психологической защиты заключается в том, адаптивная защита базируется в основном на сознательных актах социального поведения, тогда как психология защитного поведения – преимущественно на совокупности проявлений бессознательного.

При диагностике психологии защитного поведения предпринимателей мы опирались на методический инструментарий, адаптированный к механизмам защиты Эго, разработанных З.Фрейдом. Изучая особенности профессиональной самореализации того или иного предпринимателя в трудных ситуациях можно охарактеризовать совладающее поведение с помощью тех защит, которые он использует для преодоления возникших трудностей. Как показали результаты нашего исследования, при решении трудных ситуаций предприниматели довольно часто опираются на такие бессознательные механизмы как вытеснение, проекция, сублимация др.

Переходя к анализу совладающего поведения следует сделать следующую историческую преамбулу исследования данной проблемы. В зарубежных исследованиях, начиная с 1965 года, проблемы копинга стали разрабатываться не только на теоретико-методологическом уровне, но и на основе результатов прикладных исследований. При данной диагностике копинг-поведения, копинг-стратегий довольно часто используется «Индикатор стратегий преодоления» Д.Амирхана, опросник способов совла-

дания Р.Лазаруса и С.Фолькман. Несколько реже применяется методика Пегги А.Тойтс, методика GOPE, разработанная Карвером, Шайером и Вайнтраубом. В данных методиках исследователи делают акцент на изучении когнитивно-поведенческих усилий человека преодолении им трудных жизненных ситуаций. Общую направленность научных изысканий зарубежных ученых можно подразделить на три исследовательских подхода:

1) изучение особенностей трудных ситуаций и их влияние на стиль совладающего поведения;

2) изучение влияния личностных переменных на выбор тех или иных копинг-стратегий;

3) изучение роли когнитивных конструктов на характер и способы реагирования личности на трудные жизненные ситуации.

При этом содержание понятия «совладания» выходит за рамки традиционного понимания «копинг-поведения». В ходе данных исследовательских подходов делаются попытки изучения разных типов и видов совладающего поведения. Например, анализируется взаимосвязь между выбором копинг-стратегий и особенностями восприятия человеком трудной ситуации, степенью ее осознанности; определяются качественные характеристики содержания трудной ситуации, субъективное отношение к ней на основе ее кратковременности или длительности воздействия, исследуются конструктивные и деструктивные способы решения жизненных проблем, изучается эффективность воздействия активных и пассивных копинг-стратегий в разных жизненных ситуациях.

Что касается изучения психологии совладающего поведения российских предпринимателей, средств и способов его осуществления в процессе профессиональной самореализации, то ни теоретических, ни практических исследований в этой области научных знаний, по- существу, нет. Можно сказать, что многие проблемы профессиональной самореализации предпринимателей (в том числе проблемы защиты и копинга), находятся в «зачаточном» состоянии. В тоже время, по сравнению с представителями других социально- профессиональных групп, многим предпринимателям практически ежедневно приходится сталкиваться с необходимостью преодоления нервно-психического напряжения, возникающего вследствие общения с работниками контролирующих и проверяющих органов, с чиновниками местных администраций, агрессивных действий конкурентов и т.п. Как показывает практика, стрессы, фрустрации, повышенный уровень тревожности, беспокойства за бизнес, являются постоянными спутниками жизнедеятельности предпринимателей, их совладающего поведения. Психологическое преодоление трудных жизненных ситуаций (неустойчивость экономической среды деятельности, инфляция, конкуренты, повышение цен на энергоносители, арендной платы и др.) выдвигают перед предпринимателями массу разнообразных проблем (экономических, организационных, управленческих и др.) решение которых на уровне их профессиональной самореализации рассматривается нами как стратегия конкретных действий в условиях нарастающей психологической угрозы для осуществления данного вида бизнеса.

К числу наиболее распространенных форм копинг-поведения, к которым прибегают представители бизнес-слоя следует отнести: разрешение проблем на уровне данной ситуации; поиск социальной поддержки (так называемой «крыши»); избегание, уклонение от неприятной ситуации. Успешность преодоления трудных ситуаций, полная профессиональная самореализация предпринимателей во многом определяется уровнем развития их деловых, профессиональных и личностных качеств, теми возможностями социальной поддержки со стороны друзей, приятелей, коллег по бизнесу, работников местных администраций. Среди социально-психологических резервов оптимизации совладающего поведения предпринимателей необходимо отметить Я-концепцию, самооценку, уровень притязаний, локус контроля, мотивацию достижения успеха, нормативный уровень предпринимательского риска, хорошие способности в сфере коммуникативного взаимодействия и общения.

В этих условиях, совладающее поведение предпринимателей позволяет организовать свой бизнес таким образом, чтобы не только уменьшить значимость травмирующих их социальных фактов, но и предусмотреть наличие этих факторов при реализации оперативных, тактических и стратегических целей своей деятельности. Проведение различных тренингов совладающего поведения позволяет предпринимателям справляться с напряженными экономическими ситуациями, постоянной тревожностью и беспокойством в повседневной жизни. По мере развития рыночных отношений, возрастания индивидуализма личности, повышается значимость появления новых форм копин-

га. Противостояние в жизни россиян коллективистских и индивидуалистических форм социального поведения приводит к качественному изменению совладающего поведения, усиливает его взаимосвязь со многими характеристиками внутренней среды организма, детерминирующими воздействиями внешних обстоятельств, способствует успешному решению многих проблем экономической деятельности предпринимателей.

И.О. Ахметшина, О.А. Рудей
г. Екатеринбург
РГППУ

Теоретические подходы к изучению феномена копинг-поведения в психологии

Работы, посвященные изучению феномена копинг-поведения, появляются в зарубежной психологии со второй половины XX века. В работе немецких авторов используется термин «bewältigung» (преодоление). Отечественные исследователи понятие «копинг-поведение» интерпретируют как совладающее поведение или психологическое преодоление.

Копинг-поведение подразумевает индивидуальный способ совладания человека с затруднительной ситуацией в соответствии с ее значимостью в его жизни и с личностно-средовым ресурсами, которые во многом определяют поведение человека.

Понятие «копинг» интерпретируется по-разному в разных психологических школах.

Первый подход – неопсихоаналитический. Копинг-процессы рассматриваются как эго-процессы, направленные на продуктивную адаптацию личности в трудных ситуациях. Функционирование

копинг-процессов предполагает включение когнитивных, моральных, социальных и мотивационных структур личности в процессе совладания с проблемой. В случае неспособности личности к адекватному преодолению проблемы включаются защитные механизмы, способствующие пассивной адаптации. Такие механизмы определяются как ригидные, дезадаптивные способы совладания с проблемой, препятствующие адекватной ориентации индивида в реальной действительности. Иначе говоря, копинг и защита функционируют на основании одинаковых эго-процессах, но являются разнонаправленными механизмами в преодолении проблем.

Второй подход определяет копинг как качества личности, позволяющие использовать относительно постоянные варианты ответа на стрессовые ситуации. А.Биллингс и Р.Моос выделяют три способа совладания со стрессовой ситуацией.

1. Копинг, нацеленный на оценку, – преодоление стресса, включающее в себя попытку определить значение ситуации и ввести в действие определенные стратегии: логический анализ, когнитивная переоценка и др.

2. Копинг, нацеленный на проблему, – совладание со стрессом, имеющее целью модифицировать, уменьшить или устранить источник стресса.

3. Копинг, нацеленный на эмоции, – преодоление стресса, включающее в себя когнитивные, поведенческие усилия, с помощью которых человек пытается уменьшить эмоциональное напряжение и поддержать аффективное равновесие.

В третьем подходе *копинг выступает как динамический процесс,* который определяется субъективностью переживания ситуации и многими другими