

ты у героини – Иоанны – действуют только в ситуациях, угрожающих психическому или физическому здоровью и жизни вообще. В повседневном же общении защиты не срабатывают и не мешают адаптироваться в обществе как героине в романе, так и автору произведения – Иоанне Хмелевской – в реальности, и это очень важно.

Нам как психологам необходимо уметь анализировать поведение людей – как реальных, так и вымышленных героев – для того, чтобы через этот анализ научиться понимать и самих себя.

М.Г. Кустовская, И.Р. Абитов
г. Казань,
КГТУ им. А.Н. Туполева

**Изучение акцентуаций
характера и их взаимосвязи
со стратегиями совладания
со стрессом у инженеров**

В настоящее время многие области трудовой деятельности человека связаны с нервно-психическим напряжением. Урбанизация, ускорение темпа жизни, информационные перегрузки, усиливая это напряжение, зачастую способствуют возникновению и развитию пограничных форм нервно-психической патологии, что выводит вопросы психогигиены и психопрофилактики в ряд важнейших задач охраны психического здоровья человека. Немаловажную роль играет и диагностика акцентуаций характера, которые под воздействием психотравмирующих факторов способны переходить в патологическое состояние.

Объектом исследования являются акцентуации характера и их взаимосвязь со стратегиями совладания со стрессом.

В качестве *предмета* исследования выступают акцентуации характера,

стратегии совладания со стрессом и уровень стрессоустойчивости.

Цель исследования: выявление взаимосвязи акцентуаций характера со стратегиями совладания со стрессом и уровнем стрессоустойчивости.

Выдвинуты следующие гипотезы:

1) тип акцентуации характера взаимосвязан со стратегиями совладания со стрессом и с уровнем стрессоустойчивости;

2) совладающее поведение в исследуемой выборке ориентировано на адаптивные стратегии совладания.

Эмпирическую основу исследования составили результаты диагностики испытуемых, инженеров, в возрасте от 22 до 34 лет (15 лиц мужского пола и 5 лиц женского пола), сотрудников фирмы «Волга-Автоматика».

В исследовании был использован диагностический аппарат, состоящий из 5 методик: 1) Опросник SACS – «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (С. Хобфолл); 2) Методика аутоидентификации акцентуаций характера Э.Г. Эйдемиллера; 3) Методика А. Хайма; 4) Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге; 5) Графическая психодиагностическая методика «Человек под дождем».

В исследовании получены следующие результаты:

В данной группе лиц ярко выражены следующие типы акцентуации характера: циклоидный, гипертимный, шизоидный, конформный, неустойчивый, психастенический.

В данной группе лиц преобладают высокий и низкий уровни стрессоустойчивости.

Совладающее поведение в данной группе лиц ориентировано на такие

стратегии поведения как: 1) просоциальная (поиск социальной поддержки) – (23,5); 2) просоциальная (вступление в социальный контакт) – (21,5); 3) пассивная (осторожные действия) – (20,9); 4) активная (ассертивные действия) – (20,4).

Вышеизложенное может говорить в целом об адаптивном совладании данной группы лиц со стрессом.

В данной группе лиц преобладает совладающее поведение с опорой на адаптивные копинг-стратегии в когнитивной сфере – сохранение самообладания, проблемный анализ, установка собственной ценности, что в целом говорит об адаптивном совладании со стрессом в данной сфере; в эмоциональной сфере выявлено совладающее поведение с опорой как на адаптивные (оптимизм, относительно адаптивная стратегия – эмоциональная разрядка) так и на неадаптивные копинг-стратегии (подавление эмоций и агрессивность); в поведенческой сфере преобладает совладающее поведение с опорой как на адаптивные копинг-стратегии (обращение), на относительно адаптивные (отвлечение, компенсация), так и на неадаптивные (активное избегание, отступление), что может говорить о наличии серьезных трудностей в совладании со стрессом в данной сфере.

Методика «Человек под дождем» (диагностика способности преодолевать неблагоприятные ситуации, противостоять им). Размещение рисунка: чаще всего встречались рисунки с размещением точно в центре листа – незащищенность и ригидность (прямолинейность); потребность заботливого контроля ради сохранения психического равновесия. Также наблюдалось следующее: контур эскизный, применяе-

мый постоянно – мелочность, стремление к точности, либо же указание на неспособность к четкой позиции.

У данной группы лиц выражен сенсорный контакт с действительностью (наличие глаз, ушей и рта); тревога, связанная с мышлением или воображением (волосы сильно заштрихованы); агрессивность, амбиции (зубы четко нарисованы, пальцев больше пяти); незащищенность, потребность в стабильности (линия основы (земли)); сосредоточенность на цели, принятие некоторого порядка (земля изображена одной чертой). На большинстве рисунков преобладает позитивная картина видения стрессовой ситуации (улыбки, радость; зонт не был применен по своему назначению; радуга, солнце). В целом, совладающее поведение у представителей данной группы достаточно адаптивно, что находит подтверждение в результатах, полученных по методикам А. Хайма и С. Хобфолла.

По результатам корреляционного анализа наблюдаются:

1) взаимосвязи между типами акцентуаций характера (АХ) и стратегиями совладания со стрессом: выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между меланхолическим типом АХ и пассивной стратегией совладания со стрессом (осторожные действия), что может говорить о том, что чем больше выражен меланхолический тип АХ, тем больше будут проявляться осторожные действия (недоверие, перестраховка); выявлена положительная высокосignификантная корреляция ($p \leq 0,01$) между гипертимным типом АХ и активной стратегией совладания со стрессом (ассертивные действия), т.е. чем больше выражен гипертимный тип АХ, тем больше будут проявляться ассертивные действия в

совладании со стрессом; выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между гипертимным типом АХ и просоциальной стратегией совладания со стрессом (вступление в социальный контакт), т.е. чем больше выражен гипертимный тип АХ, тем больше будет проявляться потребность во вступлении в социальный контакт; выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между эмоционально-лабильным типом АХ и просоциальной стратегией совладания со стрессом (вступление в социальный контакт), т.е. чем больше выражен эмоционально-лабильный типа АХ, тем больше будет проявляться потребность во вступлении в социальный контакт; выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между психастеническим типом АХ и пассивной стратегией совладания со стрессом (осторожные действия), т.е. чем больше выражен психастенический тип АХ, тем больше будет проявляться склонность к осторожным действиям; выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между эпилептоидным типом АХ и просоциальной стратегией совладания со стрессом (вступление в социальный контакт), т.е. чем больше выражен эпилептоидный тип АХ, тем больше будет проявляться потребность во вступлении в социальный контакт; выявлена положительная высокосignificant корреляция ($p \leq 0,01$) между эпилептоидным типом АХ и асоциальной стратегией совладания со стрессом (агрессивные действия), т.е. чем больше выражен эпилептоидный тип АХ, тем больше будут проявляться агрессивные действия; выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между истероидным типом АХ и активной стратегией совладания со

стрессом (ассертивные действия), т.е. чем больше выражен истероидный тип АХ, тем больше будут проявляться ассертивные действия в совладании со стрессом; выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между истероидным типом АХ и просоциальной стратегией совладания со стрессом (вступление в социальный контакт), т.е. чем больше выражен истероидный тип АХ, тем больше будет проявляться потребность во вступлении в социальный контакт; выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между конформным типом АХ и активной стратегией совладания со стрессом (ассертивные действия), т.е. чем больше выражен конформный тип АХ, тем больше будут проявляться ассертивные действия в совладании со стрессом; выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между конформным типом АХ и просоциальной стратегией совладания со стрессом (вступление в социальный контакт), т.е. чем больше выражен конформный тип АХ, тем больше будет проявляться потребность во вступлении в социальный контакт;

2) взаимосвязи между типами АХ и уровнями стрессоустойчивости: выявлена положительная высокосignificant корреляция ($p \leq 0,01$) между эмоционально-лабильным типом АХ и низким уровнем стрессоустойчивости, что может являться следствием большой эмоциональной уязвимости представителей данного типа АХ, об использовании неадаптивных стратегий совладания со стрессом); выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между психастеническим типом АХ и низким уровнем стрессоустойчивости, что может объясняться недостаточно быстрым реагированием в стрессовой ситуации (в

силу присущей тревожности), неспособностью быстро и адаптивно совладать со стрессом; выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$), между эпилептоидным типом АХ и низким уровнем стрессоустойчивости, что может говорить о слабовыраженной способности данного типа АХ адаптивно совладать со стрессом (доминирование агрессивной стратегии); выявлена положительная высокосignificant корреляция ($p \leq 0,01$) между конформным типом АХ и низким уровнем стрессоустойчивости, что, возможно, объясняется ригидностью восприятия данного типа АХ, особенностями адаптации к окружающей среде (медленная), а как следствие – использование неадаптивных стратегий совладания со стрессом;

3) взаимосвязи между стратегиями совладающего поведения и уровнями стрессоустойчивости: выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между просоциальной стратегией совладающего поведения (вступление в социальный контакт) и высоким уровнем стрессоустойчивости, т.е. чем больше выражено использование просоциальной стратегии совладающего поведения со стрессом, тем больше будет выражен высокий уровень стрессоустойчивости. Описанная связь свидетельствует об адаптивном совладании со стрессом в случае использования просоциальной стратегии, т.е. вступление в социальный контакт способствует высокому уровню стрессоустойчивости. Выявлена положительная значимая корреляция ($p \leq 0,05$) между пассивной стратегией совладающего поведения (осторожные действия) и низким уровнем стрессоустойчивости, т.е. чем больше выражена пассивная стратегия совладающего поведения со стрессом, тем

больше будет выражен низкий уровень стрессоустойчивости. Данная связь свидетельствует о неадаптивном совладании со стрессом в случае использования пассивных стратегий (как следствие – низкий уровень стрессоустойчивости).

Перспектива дальнейших исследований видится в изучении социально-психологического климата данной фирмы с целью представления наиболее полной картины совладания со стрессом различными типами АХ.

Микрюкова Я.С.
г. Екатеринбург
РГППУ

Профессиональная адаптация педагогов общеобразовательных школ различными копинг-стратегиями

Одной из наиболее важных медико-социальных проблем современности является изучение психологической адаптации личности к условиям окружающей среды. Новая социально-экономическая и политическая ситуация в России привела к резкой смене привычных стереотипов. Современное общество немыслимо без стрессовых воздействий и необходимости адекватного реагирования на изменяющуюся обстановку.

Психическое здоровье людей является неременным условием социальной стабильности, прогнозируемости процессов, происходящих в обществе. Специфика работы педагогов требует от них мобилизации всех физических и душевных сил. Современная социальная ситуация предъявляет повышенные требования не только к личностным качествам, но и к уровню физического и психического здоровья педагогов, так как постоянное напряжение может вести к снижению работоспособности, к