

нальной деятельности, к выбору которой они готовятся на данном жизненном этапе. Семья, увлечения и общественная жизнь привлекают старшеклассника не всегда, а, например, тогда, когда возникают проблемы, в связи с объективными причинами, которые активизируют деятельность человека в данном направлении.

В результате сравнительного анализа установлено отсутствие значимых различий в выраженности терминальных ценностей и жизненных сфер у двух групп (юношей и девушек). Такие результаты могут быть объяснены тем, что и юноши и девушки в данный период жизни (15-17 лет) нацелены на окончание школы, выбор дальнейшего пути, профессии, учебного заведения. Они ещё не вполне осознали свою социальную роль, которая влечёт за собой различия между мужчинами и женщинами в ценностях, целях и отчасти продиктована менталитетом российского человека. Возможно, отсутствие различий объясняется тем, что мы рассматривали только терминальные ценности как наиболее устойчивый класс ценностей, не беря во внимание ценности — средства (инструментальные ценности).

Также необходимо отметить, что наиболее выраженной терминальной ценностью в среднем для группы является такая ценность как «активные социальные контакты», а наиболее выраженными жизненными сферами являются «сфера профессиональной жизни» и «сфера обучения, образования». Это может говорить о том, что в профессиональной деятельности и в обучении старшеклассники видят возможность взаимодействия с другими людьми, расширения социальных контактов, установления благоприятных отношений.

В дальнейшем необходимо проводить исследования, посвящённые изучению ценностных ориентаций разных возрастных групп, привлекая для анализа ценностей данные других наук: истории, этнографии, культурологии.

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

Особенности механизмов преодоления стресса у лиц, страдающих невротическими расстройствами

Возрастание информационных нагрузок и увеличение числа стрессовых ситуаций делает проблему совладания со стрессом актуальной на данном этапе развития психологии. Современный человек каждый день сталкивается с целым рядом стрессогенных ситуаций, в связи с чем вырастает

нагрузка на механизмы, которые позволяют разрешать проблемные ситуации, предвосхищать их возникновение и снимать психическое напряжение, возникающее в результате воздействия различных стрессоров. Одним из основополагающих понятий, используемых для описания стратегий преодоления личностных трудностей, является понятие психологической защиты. Оно обладает большой объяснительной силой при изучении способов преодоления стресса и личностных адаптационных резервов, позволяющих осуществлять оптимальную адаптацию к стрессовым ситуациям.

Объектом исследования являются особенности механизмов преодоления стрессовых ситуаций у лиц, страдающих невротическими расстройствами.

В качестве предмета исследования выступает взаимосвязь антиципационной состоятельности с психологическими защитами и копинг-стратегиями личности при невротических расстройствах.

Цель исследования: выявление особенностей механизмов преодоления стресса у лиц, страдающих невротическими расстройствами.

Выдвинуты следующие гипотезы:

1. У лиц, страдающих невротическими расстройствами, преобладает совладающее поведение с опорой на механизмы психологической защиты и пассивные копинг-стратегии.
2. У лиц, страдающих невротическими расстройствами, выявляется низкая антиципационная состоятельность.

Были сформулированы следующие задачи:

- 1) На основе анализа психологической и медицинской литературы выявить и определить содержание проблемы взаимосвязи антиципационной состоятельности, психологических защит и копинг-стратегий личности в современной психологии.
- 2) Выяснить особенности совладания со стрессом в условиях невротических расстройств.

Методологическая основа: основные положения учения о психологической защите личности (Л.И. Анцыферова, Н.Ф. Бассин, Ф.Е. Василюк, Г.М. Грановская, Э.И. Киршбаум, З. Фрейд и др.); теоретические позиции Р. Плутчика, разработавшего психозволюционную теорию эмоций и эгозащит, Р. Лазаруса, описавшего механизм действия копинг-стратегий личности; теория невротогенеза В.Д. Менделевича, согласно которой в основе формирования и развития невротических расстройств лежит такая личностная особенность

больных, как неспособность предвосхищать возможные травмирующие ситуации в будущем и планировать способы их преодоления.

Методы исследования: теоретические методы аналитического исследования, эмпирические методы измерения, статистические методы обработки результатов, включающие вычисление коэффициентов ранговой корреляции Спирмена и Стьюдента, корреляционный анализ.

Проведённое исследование раскрывает особенности антиципации, психологических защит и копинг-стратегий у лиц, страдающих невротическими расстройствами.

Полученные данные могут быть использованы в профилактике и терапии невротических расстройств.

Эмпирическую основу исследования составили результаты диагностики пациентов психоневрологического отделения городской клинической больницы № 18 в возрасте от 26 до 57 лет, страдающих невротическими расстройствами (16 человек).

В исследовании был использован диагностический аппарат, состоящий из 5 методик:

- 1) Тест антиципационной состоятельности (В.Д. Менделевич);
- 2) Опросник Плутчика – Келлермана – Конте;
- 3) Методика Хайма
- 4) Графическая психодиагностическая методика «Человек под дождем»
- 5) Опросник SACS – «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (С. Хобфолл)

Результаты исследования особенностей механизмов преодоления стресса у лиц, страдающих невротическими расстройствами, представлены в следующем виде:

У группы лиц, страдающих невротическими расстройствами, наблюдается активное применение в ситуации совладания со стрессом следующих психологических защит: отрицание (56,3%), компенсация (50,8%), рационализация (56,3%), проекция (40 %). «Включение» рационализации и проекции может говорить о преобладании у лиц, страдающих невротическими расстройствами, эмоций ожидания и отвращения необходимости сдерживать их с помощью соответствующих психологических защит. Высокий процент «отрицания» обусловлен ярко выраженным неприятием той информации, которая тревожит и может привести к конфликту, данная информация перестает восприниматься. Высокая выраженность «компенсации» может говорить о большой

фрустрированности потребности в признании и о преобладании эмоции печали (присуща унылость, депрессивность).

У данной группы лиц преобладает совладающее поведение также с опорой на пассивные копинг-стратегии: в когнитивной сфере — смирение, растерянность, диссимуляция, игнорирование; в эмоциональной сфере — подавление эмоций, покорность; в поведенческой — активное избегание. Наблюдается применение относительно адаптивных вариантов копинг-поведения. Среди когнитивных копинг-стратегий — религиозность, относительность; среди эмоциональных копинг-стратегий — эмоциональная разрядка; среди поведенческих копинг-стратегий — отвлечение, компенсация.

Пассивные копинг-стратегии ориентированы не на решение проблемы, а на ее избегание, что приводит к усилению симптоматики.

Преодолевающее поведение у лиц, страдающих невротическими расстройствами, в стрессогенных условиях ориентировано на такие модели поведения как: поиск социальной поддержки, избегание, осторожные действия. В меньшей степени выражены такие модели поведения как: вступление в социальный контакт, импульсивные, манипулятивные и асоциальные действия. У лиц данной группы наблюдается использование про-социальных и пассивных стратегий преодоления стрессогенных ситуаций; они склонны выбирать копинг-поведение по типу изоляции и социально-го отчуждения, избегания проблемы и подавления эмоций, легко впадают в состояние безнадежности и покорности, склонны к самообвинению.

В группе лиц, страдающих невротическими расстройствами, на фоне общей антиципационной состоятельности (способность прогнозирования будущих событий) по трем ее составляющим наблюдается: 1) личностно-ситуативная антиципационная несостоятельность (отражает коммуникативный уровень антиципации); 2) пространственная (способность предвосхищать движение предметов в пространстве, упреждать их, координировать собственные движения, проявляя моторную ловкость) антиципационная несостоятельность; 3) временная (демонстрирует хроноритмологические особенности человека, способности прогнозировать течение и точно распределять время; не способность точно предсказывать течение и длительность времени любой деятельности, что отражается на искажении его временно-пространственных

упреждающих действиях) антиципационная несостоятельность.

По результатам корреляционного анализа было выявлено следующее:

У данных лиц не наблюдаются корреляционные связи между различными блоками совладающего поведения: «опережающим» совладанием, копинг-стратегиями и психологическими защитами, что может говорить о дезадаптивном совладании.

В группе больных, страдающих невротическими расстройствами, не используются копинг-стратегия «игнорирование», относительно адаптивная копинг-стратегия «конструктивная активность», часто применяется неадаптивная копинг-стратегия «растерянность» ($p \leq 0,05$).

В группе больных, страдающих невротическими расстройствами, преобладает совладающее поведение с акцентом на психологические защиты (пассивное совладание).

Обнаружены слабые связи между когнитивным, эмоциональным и поведенческим компонентами совладающего поведения.

Н.М. Лаптева
г. Екатеринбург, РГППУ

Анализ основных подходов к изучению феномена стрессоустойчивости*

В последнее время отмечается повышенный интерес к стрессам, связанным с трудовой деятельностью. Как известно, рабочие или профессиональные стрессы могут оказать как позитивное (мобилизующее) действие на работника, так и негативное. Регулярно повторяющиеся стрессы могут нарушить дееспособность организации, приводя к потере кадровых ресурсов. Поэтому очень важной в любой организации является проблема стрессоустойчивости персонала.

В психологической науке нет единого понимания содержания «стрессоустойчивости», а, следовательно, нет единого определения этого понятия. А.А. Баранов предлагает считать стрессоустойчивость частным случаем психической устойчивости, проявляющейся при действии стресс-факторов. Под термином «стрессоустойчивость» понимают также такие частные его составляющие как эмоциональная устойчивость, психологическая устойчивость к стрессу, стресс-резистентность, фрустрационная толерантность.

В.С. Субботин с позиций теории интегральной индивидуальности В.С. Мерлина пишет, что «стрессоустойчивость – это индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в специфической взаимосвязи разноуровневых свойств интегральной индивидуальности, что обеспечивает биологический, физиологический и психологический гомеостаз системы и ведет к оптимальному взаимодействию субъекта с окружающей средой в различных условиях жизнедеятельности и деятельности» [Бохан, с. 222]. Б.Х. Варданян определяет стрессоустойчивость как особое взаимодействие всех компонентов психической деятельности, в том числе эмоциональных.

Как следует из приведенных определений стрессоустойчивости, данный феномен рассматривается в основном, с функциональных позиций, как характеристика, влияющая на продуктивность (успешность) деятельности.

Психологи (Л.Г. Дикая, О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, Р.Р. Сагиев) основой стрессоустойчивости считают саморегуляцию человека, которая состоит из определенных звеньев (О.А. Конопкин) и стилистически разнообразна (Л.Г. Дикая, В.И. Моросанова, Р.Р. Сагиев). Другие авторы (Д. Амирхан, Р. Лазарус, Л. Мерфи, Н. Сирота, С. Фолкман, и др.) относят к данной характеристике различные когнитивно обусловленные механизмы совладания со стрессом (копинг-механизмы) и механизмы психологической защиты (Н. Хаан). Копинг-механизмы проявляются в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сфере человека в виде разнообразных копинг-стратегий: противостоящего совладания, дистанцирования, самоконтроля, поиска социальной поддержки, принятия ответственности, избегания, планового решения проблемы, позитивной переоценки (Р. Лазарус, С. Фолкман). Также это копинг-стратегии решения проблемы, поиска социальной поддержки, избегания проблемы (Д. Амирхан).

Со стрессоустойчивостью отождествляют способность переносить большие нагрузки и успешно решать задачи в экстремальных ситуациях (Н.Н. Данилова); свойство темперамента, позволяющее надежно выполнять целевые задачи деятельности за счет оптимального использования резервов нервно — психической эмоциональной энергии (В.А. Плахтиенко, Н.И. Блудов); стабильную направленность эмоциональных переживаний по их содержанию на положительное решение предстоящих задач (О.А. Черникова); устойчивое

* Научный руководитель: Хасанова И.И. – доцент, к. пед. н., профессор кафедры ППР.