

Библиографический список

1. *Коростелева Л.Ю.* Роль образовательной среды распределенного вуза в регулировании межэтнических конфликтов / Л.Ю. Коростелева // «Конфликты в современной России: исследование и регулирование». Материалы Всерос. научн.-практ. конф. Москва: СГУ, 2010. С.142-147.

2. *Коростелева Л.Ю.* Управление социальными конфликтами в образовательной среде вуза: автореф. дис. на соискание канд. соц. наук. Москва, 2011. 21 с.

Р.Л. Королькевич

НАВЫКИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ КАК АСПЕКТ СОЦИОКУЛЬТУРНОГО РАЗВИТИЯ КУРСАНТОВ АВТОШКОЛЫ

На протяжении жизни человек сталкивается с трудностями, которые предопределяются обыденными жизненными ситуациями. И для того, чтобы их преодолеть человеку нужно знание о способах возможной реализации своих усилий, и, как отмечал Р. Лазарус, «...человек должен верить, что они у него есть» [10, с. 83]. На современном этапе развития психологии проблема преодоления человеком трудностей рассматривается учеными посредством раскрытия такого феномена как совладающее поведение.

Социально-экономическая ситуация в сегодняшней России и в мире в целом крайне нестабильна. Поэтому понятна актуальность изучения совладания с трудными жизненными ситуациями как механизма адаптации к изменяющимся социальным условиям. Неспособность или неумение человека совладать со стрессом является основой для ухудшения качества жизни в различных сферах.

Для успешного взаимодействия с трудной стрессовой, кризисной ситуацией, необходимы навыки совладающего поведения, смысл которого — овладеть, разрешить или смягчить, привыкнуть либо уклониться от требований, предъявляемых стрессовой, кризисной ситуацией, а также, возмож-

но, предотвратить, своевременно разгадав ее неразрешимость или опасность.

Одной из особенностей современного этапа развития общества является потребность человека в личном средстве передвижения – автомобиле. Осуществление безопасной профессиональной деятельности по подготовке водителей транспортных средств обеспечивает безопасность дорожного движения, защиту здоровья людей.

Управлять автомобилем можно только научившись управлять своими эмоциями и своим поведением, так как вождение транспортного средства часто связано со стрессовыми и кризисными ситуациями. Человек, который сел за руль транспортного средства, автоматически берет на себя ответственность за свою жизнь и за безопасность окружающих. Поэтому стиль управления и особенности движения всегда должны определяться исходя из главного принципа – безопасности для окружающих. В этом вопросе психологическая готовность стать водителем играет важную роль. Таким образом, можно сказать, что одним из важных условий при подготовке водителей транспортных средств должны стать своевременно сформированные навыки совладающего поведения (копинг-стратегии).

Термин «совладающее поведение» появился в отечественной психологии в 90-е годы XX века и связан с работами таких ученых, как Платонов К.К., Теплов Б.М., Анцыферова Л.И. и др. [4, с. 111]. Но сопряженные с ним явления изучаются давно: в исследованиях Л.И. Уманского, Б.М. Теплова это понятие именовалось стрессоустойчивостью, в работах В.С. Мерлина оно представало в виде термина «эмоциональная устойчивость». Обращение российских психологов к феномену совладающего поведения обусловлено расширением представлений о формах личностной активности человека и вниманием к проблемам саморегуляции.

В настоящее время над различными аспектами этой проблемы (совладающее поведение в семье, на разных этапах возрастного развития, в ситуации болезни или формирующейся зависимости, в условиях профессионального стресса) работает целый ряд ученых: В.А. Абабков, Л.И. Анцыферова, В.А. Бодров, И.А. Горьковая, А.В. Махнач, С.К. Нартова-Бочавер,

И.М. Никольская, В.Д. Сапоровская, Н.И. Сирота, В.А. Ташлыков, С.А. Хазова, В.М. Ялтонский и другие.

Само же понятие «совладающее поведение» происходит от английского «coping», «to cope» (преодолевать). Как отмечает С.К. Нартова-Бочавер, в российской психологии его переводят как адаптивное, совладающее поведение, или психологическое преодоление. Сущность термина «coping» (преодоление, совладание) заключается в наиболее эффективной адаптации человека к требованиям трудной, экстремальной ситуации. Понятие «coping behavior» («совладающее поведение», «поведение по преодолению») используется для характеристики способов поведения человека в различных трудных ситуациях.

С. Фолкман и Р.С. Лазарус определили его как «постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия, прилагаемые человеком для того, чтобы справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые чрезмерно напрягают или превышают ресурсы человека» [6]. Они трактуют копинг-поведение в широком смысле этого слова, предполагая все виды взаимодействия субъекта с задачами внешнего или внутреннего характера – попытки овладеть или смягчить, привыкнуть или уклониться от требований проблемной ситуации.

Т.Л. Крюкова в своем исследовании совладающего поведения определила его как целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, – через осознанные стратегии действий [4].

Совладающее поведение – особый вид социального поведения человека, обеспечивающего или разрушающего его здоровье и благополучие. Оно позволяет субъекту справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией с помощью осознанных действий и направлено на активное взаимодействие с ситуацией – ее изменение (когда она поддается контролю) или приспособление к ней (в случае, когда ситуация не поддается контролю). Если субъект не владеет этим видом поведения, возможны неблагоприятные последствия для его продуктивности, здоровья и благополучия [8, с. 8].

Психологическое предназначение совладающего поведения состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к требованиям ситуации, позволяя ему ослабить или смягчить эти требования, постараться избежать или привыкнуть к ним и, таким образом, погасить стрессовое действие ситуации. Поэтому главная задача совладающего поведения – обеспечение и поддержание благополучия человека, физического и психического здоровья [9].

Главным отличительным признаком совладающего поведения являются его субъектные характеристики. Как отмечает Е. А. Сергиенко, «обращение к исследованию субъекта открывает возможность изучать поведение, деятельность как опосредованные внутренним миром человека, его субъектными выборами и предпочтениями, его активным построением модели окружающего мира» [2, с. 65].

К критериям совладания как поведения субъекта мы относим, прежде всего, его осознанность (отличие данного вида поведения от реактивного и защитного поведения). Понятие выбора человеком способа действий в ситуации стресса является критериальным для специфики этого вида поведения и ключевым для понимания осознанности совладающего поведения.

Копинг-поведение реализуется посредством применения копинг-стратегий на основе личностных и средовых копинг-ресурсов. Оно является результатом взаимодействия блока копинг-стратегий и блока копинг-ресурсов. Копинг-стратегии – это актуальные ответы личности на воспринимаемую угрозу, как способ управления стрессом. Относительно стабильные личностные и социальные характеристики людей, обеспечивающие психологический фон для преодоления стресса и способствующие развитию копинг-стратегий, рассматриваются в качестве копинг-ресурсов [3, с. 745].

На сегодняшний день проблематика копинг-стратегий активно исследуется в самых разных сферах и на примере самых разных типов деятельности. Серьезное внимание уделяется изучению связи копинг-стратегий, которые применяет индивид, с его эмоциональным состоянием, успешностью в социальной сфере и т. д. При этом копинг-стратегии оцени-

ваются с точки зрения их эффективности неэффективности, а за критерий эффективности принимается понижение чувства уязвимости к стрессам.

Эффективность той или иной стратегии зависит от особенностей актуальной ситуации и имеющихся личностных ресурсов, поэтому говорить об адаптивности/дезадаптивности отдельных копинг-стратегий некорректно.

Современная социальная действительность делает трудные ситуации важными элементами взаимодействия человека с окружающим миром. В многочисленных исследованиях совладающего поведения установлено, что факторами, влияющими на выбор стиля и стратегии совладающего поведения, являются как особенности ситуации и воспринимаемый контроль над ней, так и особенности личности.

В современных условиях процесс управления транспортным средством по своей структуре относится к операторской деятельности.

Деятельность водителя-оператора рассматривается в рамках сложной динамической системы, содержащей четыре основных составляющих: «водитель», «автомобиль», «дорога», «окружающая среда» [5]. Основным звеном системы является водитель, поддерживающий ее в состоянии равновесия. Такая ситуация формирует определенный эмоциональный фон деятельности, предъявляющий особые требования к функциональным возможностям оператора, которые должны обеспечивать надежность деятельности системы в целом.

Достаточно часто лица, обученные водительским приемам в средне-нагрузочном режиме, оказываются недостаточно подготовленными для работы в условиях интенсивного дорожного движения, формирующего максимально напряженный психологический режим деятельности. В процессе управления автомобилем возможна также непрогнозируемая смена минимальных психологических нагрузок максимальными, требующими предельного напряжения психофизиологических реакций.

Учитывая наличие в деятельности обучаемого сенсорного и моторного полей [11], становится очевидным, что повышенный уровень требований предъявляется ко всем звеньям психофизиологического обеспечения деятельности.

В процессе управления транспортным средством нет второстепенных или приоритетных реакций организма. Но наиболее важными качествами, которые необходимы водителю, по мнению ряда авторов, являются хорошее распределение внимания и быстрота ориентировки [1]. Особо подчеркивается важность функций внимания как одного из ведущих процессов, способствующих безаварийному управлению автомобилем в среднем режиме деятельности.

Для неопытного водителя чрезвычайно важно сохранение самообладания в стрессовой дорожной обстановке. Стрессоустойчивость, внимательность, точность скоординированных действий могут оказать значительное влияние на успешность обучения в автошколе. Задатками этих качеств являются природно-обусловленные психофизиологические показатели: выносливость нервной системы, подвижность и уравновешенность нервных процессов.

Водители старшего возраста, реакция которых замедляется примерно в полтора раза по сравнению с молодыми водителями, совершают аварий значительно меньше по сравнению с их молодыми коллегами [7, с 112].

Одним из самых важных навыков, который обучающийся должен получить в автошколе является прогнозирование и избегание опасных ситуаций на дороге. Получив водительское удостоверение, водитель должен уметь защитить себя от неадекватных или неумелых действий других водителей, и в случае необходимости, помочь другим участникам дорожного движения выйти из сложившейся аварийной ситуации.

Отсутствие психологической поддержки в автошколах со стороны преподавателей является пробелом в образовательной системе, то есть главная проблема при обучении будущих преподавателей и инструкторов – отсутствие психологических дисциплин на этапе обучения. Так же в автошколе в обязательном порядке должен быть психолог, который будет морально готовить будущих водителей к выезду на дорогу. При соблюдении этих условий обучение вождению станет более эффективным.

Большинство обучающихся в автошколе в ситуации, когда впервые садится за руль, переживает чувство страха, что он не справится с управлением, неправильно оценит дорожную ситуацию и попадет в ДТП или

просто будет выглядеть нелепо. Некоторые учащиеся автошкол, сумев заставить себя сесть за руль, водят автомобиль с большой нерешительностью и прячут в себе страх вождения. Эта несовместимость человека с автомобилем, скованное поведение на дороге никогда не даст такому человеку стать полноценным водителем и совершенствовать свои навыки вождения. В таких случаях обучающимся в автошколе просто необходимо иметь навыки совладающего поведения.

Таким образом, можно сказать, что совладающее поведение – это стратегии действий, предпринимаемые человеком в ситуациях психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию, осуществляемые в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах функционирования личности и ведущие к успешной или менее успешной адаптации в какой-либо конкретной ситуации.

Наличие способности противостоять стрессу позволяет избежать состояния «жертвы» – переживание чувств бессилия, беспомощности и обреченности. Каждый человек способен направить внутренние резервы на уничтожение страха, сохранение самооценки, развитие своего самоуважения. Психологические защиты, защитно-компенсаторные механизмы и их комплексы позволяют обеспечить переживание вдохновения, творческих и душевных порывов, ощущения легкости и уверенности в себе, ощущения общей бодрости, активного стремления к достижению высоких результатов.

Библиографический список

1. *Гуревич К.М.* Профессиональная пригодность и основные свойства нервной системы / К.М. Гуревич. Москва: Наука, 1970. 271 с.
2. Клиническая психология. Под ред. Б. Д. Карвасарского. СПб: Питер, 2007. 960 с.
3. *Костандов Э.А.* Восприятие и эмоции / Э.А. Костандов. Москва: Медицина, 2007. 470 с.
4. *Крюкова Т.Л.* Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения / Т.Л. Крюкова // Психологический журнал. 2005. Т 26, № 2. С. 5-15.

5. *Мишурин В.М.* Психофизиологические основы труда водителей автомобилей / В.М. Мишурин, А.Н. Романов, Н.А. Игнатов. Москва, МАДИ, 1982. 254 с.

6. *Нартова-Бочавер С.К.* «Coping behavior» в системе понятий психологии личности / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. 1997. Т. 18 № 5. С. 20-30.

7. Психология управления. Автотранспортная психология: учеб. пособие. под ред. А.Ф. Шикуну. Москва: Приор-издат, 2004. 144 с.

8. *Сергиенко Е.А.* Субъектная регуляция и совладающее поведение // Психология совладающего поведения: Материалы междунар. науч.-практ. конференции / Отв. ред. Е. А. Сергиенко, Т. Л. Крюкова. Кострома, 2007. С. 64–66.

9. *Совладающее* поведение: Современное состояние и перспективы/ под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. 474 с. (Интеграция академической и университетской психологии).

10. *Старченкова, Е.С.* Роль конструктивного совладающего поведения в развитии синдрома выгорания // под. ред. В.В. Лукьянова, Н.Е. Водопьяновой и др.; Курск. Гос. Ун-т. Курск, 2008. С. 81-98.

11. *Трущенко М.Н.* Проблема совладающего поведения в психологической литературе / М. Н. Трущенко // Психологические науки: теория и практика: материалы междунар. науч. конф. (г. Москва, февраль 2012 г.). Москва: Буки-Веди, 2012. С. 13-16.

Н.Ф. Абдурашитов
(рук. Р. Атаханов)

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЙ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА У ПОДРОСТКОВ-ПРАВОНАРУШИТЕЛЕЙ В УСЛОВИЯХ ИХ ПРЕБЫВАНИЯ В СПЕЦИАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

В последние годы усиливается научный интерес к проблеме противоправного поведения подростков. Особо выражен интерес, как психоло-