

УДК 159.99

КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ПОДРОСТКОВ, СКЛОННЫХ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

Воровщикова А.Б.

Аннотация: В статье рассмотрено понятие «копинг-стратегии» и причины формирования неадаптивных форм копинг-механизмов девиантных подростков. Приведены копинг-стратегии поведения подростков, склонных к девиантному поведению.

Ключевые слова: копинг-стратегии, девиации, стресс, подростковый возраст.

COPY STRATEGIES OF TEENAGERS PRONE TO DEVIANT BEHAVIOR

Vorovshchikova A.B.

Abstract: The article discusses the concept of “coping strategies” and the reasons for the formation of non-adaptive forms of coping mechanisms of deviant adolescents. Coping strategies for the behavior of adolescents prone to deviant behavior are given.

Keywords: coping strategies, deviation, stress, adolescence.

Стратегия совладания (совладание) - это стратегия действий, предпринимаемая человеком в ситуациях психологической угрозы. Это целенаправленное социальное поведение, позволяющее справляться с трудностями в жизненной ситуации [3].

Актуальность выбранной темы обусловлена тем, что в современном обществе число подростков с отклонениями в поведении стремительно растет, показатели детской преступности и агрессивности значительно возросли. Большинство неадаптивных подростков говорят, что они не хотят учиться, обижены на значимых взрослых, им скучно. Почему это происходит? Какие факторы способствуют формированию неадаптивных стратегий поведения? В этой статье мы постараемся это выяснить.

Совладающее поведение рассматривается как важный процесс социальной адаптации. Змановская Е.В. выделяет следующие компоненты

приспособляемости: 1) способность организма адекватно реагировать на внешние раздражители; 2) мотивация - желание адаптироваться к условиям среды; 3) способность поддерживать психическое равновесие [3].

Основные положения понятия стресса и копинга были разработаны Folkman & Lazarus. Битюцкая Е. в своей работе пишет: «что взаимодействие среды и индивида регулируется двумя процессами: когнитивной оценкой и копингом... Копинг рассматривается как динамический процесс, который меняется с развитием ситуации и в разных контекстах» [2].

Устойчивые паттерны копингов формируют копинг-стратегии, или личностные стили поведения.

Рассказова Е.И. отмечает: «эмоциональное возбуждение, вызываемое стрессором, всегда служит пусковым механизмом для активных действий» [9]. Совладание является целостным механизмом и включает когнитивные, эмоциональные и поведенческие аспекты. Копинг-стратегии могут помочь адаптировать человека к конкретной ситуации, эффективности поведения или могут не способствовать [3].

Куфтяк Е.В. отмечает: «Адекватное совладание требует адекватного восприятия характеристик ситуации. Неадекватная оценка ситуации приводит к неадекватным эмоциям, которые в свою очередь нарушают адаптационные реакции организма. Таким образом, успешная адаптация возможна только тогда, когда субъект способен объективно и полностью воспринимать стрессор» [5].

Как правило, большинство исследователей дают следующую систематизацию совладания: 1) совладание со стратегиями, влияющими на ситуацию; 2) когнитивные стратегии, направленные на переоценку ситуации; 3) усилия, направленные на снятие эмоционального напряжения.

Многие авторы отмечают, что при недостаточном развитии конструктивных форм совладающего поведения «возрастает патогенность жизненных событий» [7,с.7].

В подростковом возрасте девиантное поведение становится особенно сложным из-за биологических, психологических и социальных факторов. По мнению многих исследователей (Дж. Крейг, В. Куин, Э. Эриксон), подростковый возраст охватывает период от 12 до 18 лет [10, с. 91–92].

На формирование стиля копинг-поведения влияет множество факторов. А.Бандура считл, что «стресс и тревога возрастают, в основном, когда индивид верит, что он не может управлять приближающимися проблемами. Собственная оценка по отношению к человеческим способностям справляться с жизненными событиями основывается на предыдущем опыте действий в подобных ситуациях, вере в себя, на социальной поддержке людей, самоуверенности и рискованности» [7].

Существенными признаками формирования адаптивной деятельности подростка являются особенности психического развития, их способность решать сложные ситуации. Куфтяк Е.В. отмечает «Если интеллектуальное развитие нарушено, процесс преодоления поведения происходит на этапе «первоначальной оценки»– когнитивного процесса с эмоциональными компонентами» [6].

Исследователи также обнаружили, что существует разница в проявлении защитных стратегий развития у взрослых и детей: «дети часто используют эмоциональные способы борьбы со стрессом, и в то же время они редко используют интеллектуальные стратегии, которые связаны с недостаточным развитием абстрактно-логического и теоретического мышление, навыками работы с информацией» [6].

Огромную роль в формировании совладающего поведения играет семейный контекст. Нарушение привязанности с раннего детства формирует неадаптивные стратегии выживания. Куфтяк Е.В. пишет: «дети с тревожной привязанностью чаще используют пассивный стиль поведения в решении сложных жизненных ситуаций» [6].

Авторитарные и безразличные стили воспитания провоцируют развитие тревоги и страха у ребенка. По словам А. Фрейд, дети испытывают

два вида страха: страх наказания и страх потерять родительскую любовь. «Эти страхи способствуют развитию неконструктивных способов и стилей совладания», - пишет Куфтяк Е.В.[6].

В условиях неправильного воспитания у подростка велик риск формирования неадаптивного совладающего поведения.

Ряд авторов отмечают, что, как правило, подростки, склонные к отклонениям, имеют слабо развитые личные ресурсы: низкую мотивацию к преодолению, отношение к стрессу как к непреодолимому препятствию; низкую самооценку, пассивную жизненную позицию; тугоподвижность мышления; слабо развитые эмоциональные и волевые качества; физические ресурсы –не интересуются состоянием здоровья: употребляют ПАВ, самоповреждают себя и т.д.

Ряд эмпирических исследований показал, что девиантные подростки чаще используют неадаптивные способы преодоления трудностей, такие как смирение, растерянность, игнорирование, то есть пассивное поведение с отказом преодолевать трудности из-за неверия в свои силы и интеллектуальные ресурсы, или происходит недооценка неприятностей. Среди эмоциональных стратегий преодоления преобладают такие как подавление эмоций, смирение, самообвинение, агрессивность, то есть те виды поведения, которые характеризуются подавленным эмоциональным состоянием. Поведенческие проявления - активное избегание, отступление; поведение, которое включает пассивность, одиночество, изоляцию, избегание решения проблем [1,3,4,5,6,11].

Таким образом, из вышеизложенного можно сделать вывод, что такие факторы, как семейное воспитание, личностные характеристики ребенка, социальная среда и интеллектуальное развитие, играют важную роль в формировании копинг-стратегий поведения.

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, мы можем сделать вывод, что подростки с девиантными формами поведения часто

используют неадаптивные стратегии выживания, что способствует их дальнейшей социальной дезадаптации и деградации.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Битюцкая Е. Обоснование и разработка русскоязычной версии «Опросника способов копинга // Развитие личности. – 2014. – №3. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obosnovanie-i-razrabotka-russkoyazychnoy-versii-oprosnika-sposobov-kopinga> (дата обращения: 26.04.2020).
2. Дикая Л.А., Алиева С.С. Психологические характеристики подростков и юношей с разным уровнем креативности // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2019. – Т.5, №2. – С.334-338. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41353677>.
3. Израйлева М.Н., Габбасова Э.Р., Киреева Д.С. Склонность к риску, стратегии конфликтного поведения и эмоциональные нарушения у подростков с девиантным поведением // Психическое здоровье. – 2018.– № 4. – С.53-60.
4. Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни. – СПб.: Издательство СПбГМУ, 2009. – 136 с.
5. Куфтяк Е.В. Факторы становления совладающего поведения в детском и подростковом возрасте [Электронный ресурс] // Психологические исследования. – 2012. – № 2(22). – С.4. – URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 20.04.2020).
6. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом: учебное пособие – Казань: КГМА, 2003.
7. Рассказова Е.И., Гордеева Т.О. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. – 2011. – № 3(17). – URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 10.41.04.2020).
8. Устинова Е.А. Возрастные границы подросткового периода // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2019. – Т.5, № 1. – С.148-151. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38566591>
9. Реан А.А. Психология человека от рождения до смерти. – М., АСТ, 2015. – 656 с.