

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ  
Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра консультативной психологии

**ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И  
ОСОБЕННОСТЕЙ САМООТНОШЕНИЯ ЛЮДЕЙ С  
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ**  
АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

Студента(ки) 2 курса 264 группы  
направления (специальности) 37.04.01 «Психология»  
факультет психологии

Жигаловой Александры Валерьевны

Научный руководитель

д. псих. н., профессор

\_\_\_\_\_

Т.В.Белых

дата, подпись

Заведующий кафедрой

д. псих. н., профессор

\_\_\_\_\_

Т.В.Белых

дата, подпись

Саратов, 2016 год

## **Введение**

Человеческая жизнь является очень хрупкой. В процессе жизни каждый человек находится в опасности перед наступлением обстоятельств, которые могут самым непосредственным образом отразиться на состоянии его здоровья и трудоспособности. Во многих случаях человек не может преодолеть указанные обстоятельства самостоятельно, поскольку они в значительной степени предопределяются объективными социально-экономическими условиями жизни, тесно связаны с производственной деятельностью, практически не зависят от его воли. Они оказывают прямое воздействие на нормальное функционирование общества в целом, поэтому государство в определенной степени принимает на себя ответственность за их наступление, предоставляет государственные пенсии, пособия и другие выплаты нетрудоспособным гражданам, оказывает им медицинскую и иную помощь.

Актуальность изучения феномена инвалидности обусловлена социальным запросом общества к психологии, связанным с необходимостью разработки действенных эффективных программ помощи людям с ограниченными возможностями.

Практическая значимость работы заключается в том, что на ее основе может быть разработан тренинг, направленный на помощь людям с ограниченными возможностями в преодолении трудных жизненных ситуаций.

Целью данной работы является выявление взаимосвязи доминирующей копинг-стратегии и особенностей самоотношения человека.

В соответствии с целью работы выдвинуты следующие задачи исследования:

1) Изучить и проанализировать работы ученых - психологов, касающиеся проблематики поставленного вопроса. Рассмотреть современное понимание феноменов инвалидности и копинг-стратегий,

2) доказать/опровергнуть эмпирическим путем поставленные в исследовании гипотезы.

Ранее понятия инвалидности рассматривалась такими известными учеными – психологами, как Н.Б. Шабалина, Т.А. Добровольская, А.А. Баранов и другие. Так же в работе рассматривается понятие копинга, которое изучалось следующими психологами: Р. Лазарус, С. Фолкман, Э. Фрайденберг, Ф.Е. Василюк, Б. Г. Ананьев и другие. Вместе с тем, взаимосвязь данных феноменов, и то, как они могут взаимодействовать и влиять друг на друга, мало изучена.

Данная выпускная квалификационная работа представлена посредством двух глав, разделенных на параграфы. В первой главе описана теоретическая часть, представлены различные подходы к пониманию и изучению копинг-стратегий, а также описан феномен инвалидности, его определение, историческая трансформация феномена, современные аспекты изучения. Во второй главе описываются цель, задачи, гипотеза, методы и ход исследования. В этой главе представлены результаты, полученные эмпирическим путем, сделаны выводы об исследовании в целом.

Итак, в представленной работе рассмотрена проблема взаимосвязи копинг-стратегий и особенностей самоотношения людей с ограниченными возможностями. В качестве подтверждения выдвинутых теоретических тезисов приведены результаты практических исследований.

## Основное содержание работы

### Термин «копинг-стратегия», его определение и понимание исследователями, способы диагностики.

Копинг-стратегии «(от англ. to cope with - справляться с чем-либо, совладать) - осознанно используемые человеком приемы совладания с трудными ситуациями, состояниями и порождающими их условиями». [78]

Термин «копинг» (англ. coping) был введен в науку в 1962 году в рамках изучения способов преодоления кризисов развития детьми. В 1966 году Р. Лазарус в своем труде под названием «Психологический стресс и процесс совладания» обратился к термину «копинг» для описания приемов, которые человек использует осознанно при совладании со стрессом и с событиями, порождающими тревогу.

В своей книге «От психологического стресса к эмоциям» Р. Лазарус выделяет основные положения теории о копинге:

- 1) Копинг – сложный комплекс поведенческих реакций, который люди произвольно или непроизвольно используют в каждой стрессовой ситуации.
- 2) Копинг зависит от оценки индивидом своих возможностей в конкретной стрессовой ситуации. Если оценка *говорит*, что ситуация преодолима, то *включается проблемно-ориентированный* копинг, если оценка *говорит*, что ничего не может быть сделано, то *включается эмоционально-ориентированный* копинг.
- 3) Если стресс носит постоянный характер, то женщины и мужчины демонстрируют похожие модели копинга.
- 4) Некоторые стратегии являются универсальными для разных видов стрессовых ситуаций, а другие связаны с определенными стрессовыми контекстами.

- 5) Копинг стратегии меняются по мере преодоления определённой стрессовой ситуации. То есть на разных этапах преодоления используются разные стратегии.
- 6) Копинг действует как мощный посредник эмоциональной развязки ситуации; положительная развязка связана с одними стратегиями преодоления трудностей, негативная - с другими.
- 7) Полезность любой копинг-стратегии зависит от типа стрессовой ситуации, типа личности, и ценностной ориентации личности (например, ориентация на субъективное благополучие, физическое здоровье). То, что работает в одном контексте, может быть контрпродуктивным в другой. [113, стр. 56]

Основными критериями для систематизации стратегий совладания в зарубежной психологии чаще всего выступают направленность действий человека, интенсивность совладания, адаптивность выбираемых копингов, а также их модальность, т.е. психологическая сфера, с которой соотносятся стратегии. С точки зрения направленности действий человека рассматриваются стратегии, ориентированные либо на саму ситуацию, либо на себя, либо что-то иное [117]

Эмпирическое изучение совладающего поведения проводится с помощью методов исследования копинг-стратегий. Существуют три наиболее распространенных варианта для диагностики: методика «Индикатор копинг-стратегий» (Coping Strategy Indicator, CSI) (авторы: Д. Р. Мус, Д. Шеффер, Л. Перлин и К. Шулер); методика «Индикатор копинг-стратегий» Дж. Амирхана, адаптированная в Психоневрологическом научно-исследовательском институте им. В.М.Бехтерева Н. А. Сиротой и В. М. Ялтонским; методика диагностики копинг-механизмов Э. Хайма, адаптированная в лаборатории клинической психологии Психоневрологического института им. В. М. Бехтерева, под руководством д.м.н. профессора Л.И. Вассермана.

## **Термин «инвалидность», его определение, виды и формы.**

Анализ истории развития проблемы инвалидности свидетельствует о том, пройдя путь от идей физического уничтожения, неприязни, изоляции до концепций привлечения к труду "неполноценных" членов, общество подошло к пониманию необходимости реинтеграции лиц с физическими дефектами, патофизиологическими синдромами, психосоциальными нарушениями в общество.

Проблема инвалидности и социального статуса инвалида в последнее время привлекла внимание достаточно большого количества отечественных исследователей (В.М. Астапов, О.И. Лебединская, Б.Ю. Шапиро, Е.Ф. Ачильдиева, А.А. Баранов, Р.К. Игнатъева, Л.К. Грачев, Т.А. Добровольская, И.П. Каткова, В.В. Кузнецова, С.С. Кучинский, С.П. Пяпков, Г.Г. Силасте, Н.Б. Шабалина, И.А. Шамес, С.П. Шевчук, Ю.Г. Элланский).

Первостепенной задачей на пути решения данной проблемы является разработка полного, отражающего все аспекты феномена, определения.

В диссертационной работе рассмотрены различные подходы к определению термина «инвалидность» с точки зрения юриспруденции, медицины, социологии, приведены определения из словарей русского языка.

Определением, которое оптимальным образом удовлетворяет концепции данной работы, является, на мой взгляд, определение из большого толкового социологического словаря терминов, приведенное ниже.

Инвалидность – нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности человека и вызывающее необходимость его социальной защиты.

В научных работах по психологии часто встречается термин, тесно связанный с изучаемым нами – понятие «гандикап». Гандикап представляет собой состояние, при котором сочетание физических, умственных, психологических и/или социальных качеств или процессов затрудняет приспособление человека, не позволяя ему достичь оптимального уровня развития и функционирования. Полезно отличать инвалидность — физический или психический дефект, нарушающий функционирование индивидуума, от гандикапа — определенного комплекса социальных и психологических реакций на это состояние.

Отношение общества и государства к инвалидам менялось со временем, это изменение можно отразить с помощью пяти временных этапов: 1) от агрессии и нетерпимости к осознанию необходимости заботы о лицах с отклонениями в развитии связан с возникновением первых монастырских приютов в 1706 - 1715 гг.; 2) от осознания необходимости призрения лиц с отклонениями в развитии к осознанию возможности обучения хотя бы части из них - открытие первых специальных школ (в Петербурге: для глухих - 1806 и для слепых - 1807 гг.); 3) от осознания возможности к осознанию целесообразности обучения трех категорий детей: с нарушениями слуха, зрения, умственно отсталых - оформление параллельной образовательной системы с теми же тремя типами специальных школ приходится на советский период - 1927 - 1935-е гг.; 4) от осознания необходимости обучения части аномальных детей к пониманию необходимости обучения всех аномальных детей - развитие и дифференциация системы, ее структурное совершенствование, переход от 3 к 8 типам спецшкол и 15 видам специального обучения осуществляется в 50 - 90-е гг.; 5) от изоляции к интеграции - тенденция, базирующаяся на полном гражданском равноправии, новой философии общества, уважении к различиям между людьми.

Для людей с инвалидностью очень актуальна проблема одиночества, которая усугубляет те возможные трудности, с которыми сталкивается человек в

повседневной жизни. Цель этой работы – попытка ответить на вопрос, каким образом люди преодолевают трудные жизненные ситуации, что им помогает в этом.

### **Цели, задачи, методы практического исследования**

Как было сказано выше, цель данной работы состоит в выявлении взаимосвязи доминирующей копинг-стратегии и особенностей самоотношения человека.

Задачи практического исследования:

- 1) провести анализ полученных с помощью метода психологического тестирования данных;
- 2) доказать/опровергнуть эмпирическим путем поставленные в исследовании гипотезы.

Эмпирическая часть исследования состояла из нескольких этапов: 1.1) Проведение тренинга общения и сбор данных на базе центра реабилитации «Парус надежды», 1.2) сбор данных о сотрудниках структурного подразделения ОАО «РЖД», имеющих инвалидность, организация и проведения опросов, сбор анкет, 1.3) сбор анкет от пациентов, проходящих курс реабилитации на базе центра реабилитации инвалидов войн, 1.4) привлечение к участию в опросе людей группы «б» - студентов НИУ СГУ, сотрудников ОАО «РЖД»; 2) обработка результатов, которая проводилась вручную с помощью методов математической статистики.

Методы исследования: психологическое тестирование, метод исследования продуктов деятельности, метод математической статистики (критерий согласия Пирсона).

Метод психологического тестирования включает в себя две методики: тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантелеева, опросник для изучения копинг-поведения Е. Хайма.

Метод исследования продуктов деятельности реализовывался с помощью использования проективной методики «Человек под дождем», совместного творчества в процессе выполнения рисунка и группового обсуждения результатов (в группе «а»).

Для реализации метода психологического тестирования были использованы тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев), тест - диагностика копинг-стратегий Е. Хайма в адаптации Психоневрологического института им. В. М. Бехтерева.

Опросник самоотношения направлен на выявление уровня самоотношения испытуемого к самому себе, разработан В.В. Столиным и С. Р. Пантелеевым в 1985 году. Опросник представляет собой многомерный психодиагностический инструмент, основанный на принципе стандартизованного самоотчета [94].

Опросник для изучения копинг-поведения Э. Хайма позволяет исследовать 26 ситуационно-специфических вариантов копинга, распределенных в соответствии с тремя основными сферами психической деятельности на когнитивный, эмоциональный и поведенческий копинг-механизмы. Методика адаптирована в лаборатории клинической психологии Психоневрологического института им. В. М. Бехтерева, под руководством д. м. н. профессора Л. И. Вассермана.

Метод исследования продуктов деятельности был реализован посредством использования проективной методики «Человек под дождем».

Методика «Человек — Человек под дождем» была предложена Е. Романовой и Т. Сытько для оценки адаптивных возможностей и устойчивости человека к воздействию стрессовых факторов.

Метод математической корреляции данных, а именно критерий согласия Пирсона, применяется для изучения взаимосвязи двух метрических переменных, измеренных на одной и той же выборке.

Идея метода – определение степени расхождения соответствующих частот: чем больше это расхождение, тем больше значение

Объемы выборок должны быть не меньше 50 и необходимо равенство сумм частот.

Коэффициент Пирсона - мера прямолинейной взаимосвязи, который не чувствителен к криволинейным связям. [61]

### **Результаты исследования, их анализ и обсуждение.**

Выборку составили 50 человек, женщины и мужчины в возрасте от 20 до 78 лет. Выборка была условно разделена на две группы: а) группа людей с инвалидностью, б) группа людей без инвалидности. В опросе принимали участие инвалиды центра реабилитации «Парус надежды», инвалиды центра реабилитации ветеранов войн, инвалиды и сотрудники ОАО «РЖД», студенты. Группы получили условное обозначение: группа «а» и группа «б», отражающее у них наличие инвалидности.

Рассмотрим и проанализируем результаты, полученные у группы «а».

На первом этапе математической обработки данных был проведен корреляционный анализ между стратегиями стрессовладающего поведения (когнитивной, эмоциональной и поведенческой) и факторами самоотношения.

В группе людей с инвалидностью мы наблюдаем сильную прямую корреляционную взаимосвязь между когнитивными копинг-стратегиями и шкалой саморуководства (0,49,  $p < 0,01$ ), между когнитивными копинг-стратегиями и шкалой самоуважения (0,46,  $p < 0,01$ ).

Сильная обратная корреляционная взаимосвязь наблюдается между эмоциональными копинг-стратегиями и шкалой самопринятия ( $-0,52$ ,  $p < 0,01$ ), между когнитивными копинг-стратегиями и шкалой самообвинения ( $-0,45$ ,  $p < 0,01$ ).

Таким образом, можно заключить, что, чем сильнее у человека выражена шкала саморукводства и самоуважения, то есть чем сильнее человек ощущает свое внутреннее «Я» как стержень его личности, чем он более самостоятелен, энергичен, тем чаще он выбирает когнитивные адаптивные копинг-стратегии, которые направлены на анализ стрессовой ситуации и пути ее преодоления, повышение самооценки и самоконтроля, на более глубокое осознание собственной ценности как личности.

Относительно обратной корреляционной взаимосвязи можно сделать вывод, что, чем лучше человек принимает себя таким, какой он есть, тем реже он выбирает неадаптивные эмоциональные копинг стратегии (подавление эмоций, покорность, самообвинение, агрессивность).

Рассмотрим результаты корреляционного анализа, проведенного в выборке «б», которую составили люди, не имеющие инвалидности.

В данной выборке наблюдается сильная прямая взаимосвязь между шкалой самопонимания и эмоциональными копинг-стратегиями ( $0,86$ ,  $p < 0,05$ ), и шкалой самоуважения и эмоциональными копинг-стратегиями ( $0,73$ ,  $p > 0,1$ ).

Сильная обратная взаимосвязь выявлена между шкалой самоуверенности и когнитивными копинг-стратегиями ( $-0,8$ ,  $p > 0,1$ ), между шкалой «отношение других» и эмоциональными копинг-стратегиями ( $-0,7$ ,  $p > 0,1$ ).

Таким образом, чем лучше человек понимает себя, свой внутренний мир, и, если человек уверен в себе, если он уважает себя, как личность, тем чаще он выбирает адаптивные эмоциональные стратегии, такие как протест, оптимизм.

Об обратной корреляционной взаимосвязи в группе «б» можно сделать выводы, что, чем у сильнее у человека представления о себе как самостоятельном, волевом, энергичном, надежном человеке, которому есть за что себя уважать, тем реже он выбирает пассивные формы поведения с отказом от преодоления трудностей из-за неверия в свои силы и интеллектуальные ресурсы, с умышленной недооценкой неприятностей; чем сильнее у личности представления о себе, как об уважаемом в глазах других человеке, тем реже он выбирает неадаптивные эмоциональные формы поведения: подавление эмоций, покорность, самообвинение, агрессивность.

Анализ результатов методики «Человек под дождем».

Проективная методика «Человек под дождем» была проведена в рамках работы с группой людей, проходящих реабилитацию в центре «Парус Надежды». Было проанализировано 16 пар рисунков по 13 критериям. Из анализа рисунков клиентов центра реабилитации инвалидов «Парус Надежды» можно заключить, что испытуемые склонны использовать «активные» стратегии решения проблем, они часто нуждаются в поддержке, и, вместе с тем, они готовы к возникновению стрессовых ситуаций, к их решению. В их рисунках видно, что для выхода из сложных жизненных ситуаций они обладают необходимым набором знаний, ресурсами.

### **Заключение.**

Развитие представлений о феномене инвалидности является важной темой обсуждения для современного общества, что связано с социокультурными,

демографическими, экономическими факторами. На фоне растущего технического прогресса, увеличивается так же и вероятность рисков как техногенного/ природного, так и антропогенного характера.

Цель настоящей работы заключается в выявление взаимосвязи копинг-стратегий и особенностей самоотношения людей с ограниченными возможностями.

Для достижения указанной цели перед работой были поставлен ряд задач.

1) Изучение и анализ работ ученых - психологов, касающихся проблематики поставленного вопроса; рассмотрение современного понимания феноменов травмы и социальных представлений;

2) Проведение эмпирического исследования для возможности доказать/ опровергнуть поставленные гипотезы.

При решении задачи по изучению и анализу литературных источников в работе показаны основные тенденции в разработке понимания феноменов травмы и социального представления.

При решении эмпирической задачи по проведению психологического исследования в работе изучена взаимосвязь между доминирующим фактором самоотношения и предпочитаемой копинг-стратегией.

Таким образом, задачи решены в полном объеме, цель достигнута – в представленной работе рассмотрена проблема взаимосвязи самоотношения и копинг-стратегий. В качестве подтверждения выдвинутых теоретических тезисов приведены результаты практических исследований.

В теоретической части произведен обзор имеющихся разработок интересующего нас феномена, в ходе которого были выделены различные

подходы к его рассмотрению. Указанные выше методы использовались в качестве инструмента для проведения эмпирического исследования, которое заключается в сборе информации и анализе полученных результатов.

Полученные результаты работы имеют практическую, научную и социальную ценность.

Результаты исследования можно использовать как базу для разработки новых или улучшения имеющихся способов помощи людям с ограниченными возможностями. В данной работе проделан глубокий анализ понятия инвалидности и рассмотрены несколько способов его понимания, что может служить в качестве основного или дополнительного инструмента в историко-функциональном исследовании, теоретическая задача которого может быть сходна с задачей данной работы.

#### **Список использованной литературы.**