

Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**СООТНОШЕНИЕ СУБЪЕКТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ЛИЧНОСТИ В
СОВЛАДАЮЩЕМ ПОВЕДЕНИИ МОЛОДЕЖИ**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

4 курса 441 группы

Направление 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки «Психология образования»

Факультета психолого-педагогического и специального образования

КРЫСАНОВОЙ ДАРЬИ ВЛАДИМИРОВНЫ

Научный руководитель

к пс.н, доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

А.К. Акименко

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

д.пс.н, профессор

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Р.М. Шамионов

инициалы, фамилия

Саратов
2016

ВВЕДЕНИЕ

В стрессогенных условиях современного мира особое значение приобретает исследование личностных детерминант и предикторов выбора стратегий совладающего поведения личности. В связи с этим актуальным представляется рассмотрение алекситимии, стиля саморегуляции и других субъектных характеристик личности в ракурсе предпочитаемых копинг-стратегий.

Понимание и осознание своих чувств, эмоций и ощущений могут существенным образом отразиться на поведении личности. Алекситимия это субъектная характеристика личности, диаметрально противоположная эмпатии. Алекситимия – особенность людей, испытывающих затруднения в описании, осознании и вербализации собственных эмоциональных состояний. При достаточном количестве психологических исследований, посвященных проблематике алекситимии, причин ее возникновения, вопросы деформации личности при наличии алекситимии не теряют своей актуальности. Алекситимический склад личности рассматривается как один из психологических факторов риска к развитию психосоматических расстройств обозначающий сниженную способность в вербализации эмоций и чувств, ведущих к усилению физиологических реакций на стресс [Ананьев 2007].

Изучением процесса возникновения стрессовых реакций, способов их профилактики и коррекции поведения личности в стрессовых ситуациях занимались такие исследователи, как Дж.Адамс, Ф.Александр, Дж.Амирхан, Г.Басович, Г.Вейлант, Р.Лазарус, Е.Локке, Д.Механик, С.Петерсон, М.Селигман, Г.Селье, Н.Скотч, М.Тейлор, К.Элдрин и др. Изучением проблемы алекситимии занимались Д. Тэйлор, Г. Кристал, А.В. Будневский, В.В. Катинин, Н.С. Курек, О.И. Лышова, Н.Д. Семенова, В. Роттенберг, В.М. Проворотов, Ю.Н. Чернов и др.

Объект исследования: совладающее поведение личности и его характеристики.

Предмет исследования: характеристики личностной субъектности.

Цель исследования: изучить особенности соотношения субъектных характеристик личности в ракурсе предпочитаемых стратегий совладающего поведения.

В качестве **гипотезы** исследования выдвигается следующее предположение: субъектные характеристики личности связаны с предпочитаемыми стратегиями совладающего поведения.

Частные гипотезы:

1. Существуют значимые различия в характере совладающего поведения личности с различным уровнем алекситимии.
2. Предпочитаемые копинг-стратегии поведения связаны со стилем саморегуляции личности.
3. Уровень субъективного контроля личности связан с ее социально-психологическими характеристиками и определяет характер использования стратегий совладающего поведения.

Для реализации цели и проверки гипотезы были поставлены следующие **задачи**:

1. Провести теоретический анализ отечественной и зарубежной литературы с определением понятийно-категориального аппарата проблемы.
2. Выявить уровень алекситимии в выборке респондентов и описать характерные особенности, проявляющиеся в социальном поведении личности.
3. Проанализировать взаимосвязи предпочитаемых стратегий совладающего поведения и уровня алекситимии.
4. Обнаружить и описать взаимосвязи стиля саморегуляции и субъектных характеристик личности.
5. Выявить взаимосвязи между показателями уровня субъективного контроля и предпочитаемыми стратегиями совладающего поведения.

Методы исследования определялись в соответствии со спецификой объекта и предмета, целью и гипотезой исследования:

- теоретические методы (изучение литературных источников по проблеме);
- организационные методы (комплексное и сравнительное изучение);
- эмпирические методы (наблюдение и психодиагностические методы: опрос; беседа; метод экспертных оценок; тестирование);
- методы количественной и качественной обработки полученных результатов;
- интерпретационные методы.

В исследовании были использованы следующие **методики**:

- Опросник «УСК (уровень субъективного контроля)» Д. Роттера.
- Опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса
- Опросник «Стиль саморегуляции поведения»
- Торонтская алекситимическая шкала (TAS-26) Г. Тейлора

Полученные данные были обработаны в программе StatPlus и подвергнуты корреляционному анализу по Пирсону. Для уточнения значимости различий выделенных групп был использован t-критерий Стьюдента.

База исследования. Эмпирическое исследование проходило на базе Саратовского Государственного университета им Н.Г. Чернышевского. В нем приняли участие 80 испытуемых в возрасте от 22 до 26 лет.

Практическая значимость исследования. Проведенное исследование дополняет и уточняет научные представления об алекситимии, личностных детерминантах и стратегиях совладающего поведения. Полученные результаты могут быть использованы в образовательном процессе ВУЗов, в работе социально-психологических служб, практических психологов и в психотерапевтической практике.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ СУБЪЕКТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ЛИЧНОСТИ

1.1 Алекситимия как субъектное свойство личности

Начало изучения явления алекситимии было положено П. Сифнеосом и Дж. Немиахом в 70-х годах XX века в рамках исследования личностных особенностей больных психосоматических клиник [Шпаковская 2014: 31–38]. Термин «алекситимия» буквально означает: «без слов для чувств» или в близком переводе – «нет слов для названия чувств» (от греч. а - отсутствие, lexis - слово, thymos - чувство) [Брель 2012:173-176]. П. Сифнеос и Дж. Немиах предложили применять термин «алекситимия», характеризуя некоторые расстройства в познавательно-эмоциональной сфере у больных психосоматических. Алекситимия относится к ряду аффективных расстройств. За 30-летнюю историю изучения явления алекситимии отечественные и зарубежные исследователи значительно продвинулись в определении характеристик этого феномена. К их числу относят: затрудненность или неспособность человека идентифицировать и давать описание своих эмоциональных переживаний, нечувствительность и непонимание чувств других людей, трудности в различении чувств и телесных ощущений, фиксация на внешних событиях в ущерб внутренним переживаниям, ограниченное использование символов, о чем свидетельствует бедность фантазии и воображения, сновидений [Шпаковская 2014: 31–38].

Для определения алекситимии используют Торонтскую Алекситимическую Шкалу (ТАШ), созданную Тэйлором с соавторами. Этот опросник был переведен и адаптирован в Психоневрологическом институте имени В.М. Бехтерева (при участии сотрудников Санкт-Петербургской медицинской академии последипломного образования).

Алекситимия - это особенность развития личности, заключающаяся в плохом анализе собственных эмоций, что осложняет их реализацию (агрессии в случае гнева, плача в случае горя и т. д.). Эмоции как бы

накапливаются, что может привести к развитию психосоматических заболеваний. Происхождение алекситимии бывает разное. Примером может служить посттравматическая реакция, состояние вследствие пережитого стресса, длительной депрессии, как защитная реакция организма на агрессию внешнего мира [Гаранян 2003:128], [Коростелева 1993:136].

1.2 Стратегии совладающего поведения: их характеристика и значение

Теория совладающего поведения возникла в психологии во второй половине XX века. Она носит название копинг поведение (от англ. coping - совладение; to cope - справиться, совладать). Впервые термин «совладание» был использован Л. Мэрфи в 1962 г. при исследовании способов преодоления детьми требований, выдвигаемых кризисами развития. Введшим и закрепившим данный термин считают А. Маслоу. В самом общем понимании совладающее поведение характеризуется, как готовность индивида решать жизненные проблемы. Оно представляет собой такое поведение, которое направлено на приспособление к обстоятельствам и предполагает сформированное умение использовать определенные средства для преодоления эмоционального стресса [Малкина-Пых 2010:52].

Копинг-поведение – форма поведения, отражающая готовность индивида решать жизненные проблемы. Это поведение, направленное на приспособление к обстоятельствам и предполагающее сформированное умение использовать определенные средства для преодоления эмоционального стресса. При выборе активных действий повышается вероятность устранения воздействий стрессоров на личность. Особенности этого умения связаны с «Я-концепцией», локусом контроля, эмпатией, условиями среды [Малкина-Пых 2004].

В настоящее время выделяют три подхода к толкованию понятия «coping». Первый подход трактует его в терминах динамики Эго как один из способов психологической защиты, используемой для ослабления напряжения. Этот подход нельзя назвать распространенным прежде всего потому, что есть

сторонники склонны отождествлять копинг с его результатом. Второй же определяет копинг в терминах черт личности – как относительно постоянную предрасположенность отвечать на стрессовые события определенным образом. Однако, поскольку стабильность рассматриваемых способов очень редко подтверждается эмпирическими данными, это понимание также не обрело большой поддержки среди исследователей. И наконец, согласно третьему подходу, копинг должен пониматься как динамический процесс, специфика которого определяется не только ситуацией, но и стадией развития конфликта, столкновения субъекта с внешним миром [Нартова-Бочавер 1997:20-30].

1.3 Субъектные характеристики личности: уровень субъективного контроля и стиль саморегуляции

Стиль саморегуляции поведения личности

Современная психологическая наука располагает достаточным объемом информации относительно саморегуляции поведения. Большой вклад в исследование этого явления внесли В.И. Моросанова и О.А. Конопкин, которые определяют саморегуляцию как совокупность процессов инициации и выдвижения субъектом целей активности, а также управление достижением этих целей [Моросанова 2002:34–42], [Конопкин 2010]. С точки зрения этих авторов саморегуляция это, прежде всего внутренняя целенаправленная на цель активность человека, реализуемая путем системного участия различных процессов, явлений и уровней психики. Предметом исследований саморегуляции являются общие психические процессы и явления, которые обеспечивают самоорганизацию всевозможных видов психической активности индивидуума, целостность его личности и индивидуальности.

Анализ механизмов саморегуляции производится в рамках проблематики индивидуальных стилей регуляции, реализации разных форм произвольной активности и деятельности (учебной, трудовой), регуляции

психических состояний, возрастных аспектов ее становления [Моросанова 2008:14-22].

Уровень субъективного контроля

Уровень субъективного контроля может быть отнесен к одной из важнейших характеристик самосознания, определяющей особенности поведенческих реакций в широком спектре социального взаимодействия и проявляющейся в чувстве ответственности, уровне активности и степени воздействия на обстоятельства жизни.

Локус контроля – это понятие, отражающее склонность человека приписывать причины событий внешним или внутренним факторам [Платонов 2004:88]. Выделяются два крайних типа локализации локуса контроля: интернальный и экстернальный. В первом случае человек считает, что происходящие события прежде всего зависят от его компетентности, целеустремленности, способностей и детерминируются его собственной активностью и усилиями. Во втором случае человек убежден, что его успехи и неудачи определяются, в первую очередь, действием внешних обстоятельств, везением, случайностью, действиями других людей.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СООТНОШЕНИЯ СУБЪЕКТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ЛИЧНОСТИ В СОВЛАДАЮЩЕМ ПОВЕДЕНИИ МОЛОДЕЖИ

2.1 Организация исследования: цель, методы и методики

В качестве гипотезы исследования было выдвинуто следующее предположение: характер алекситимии связан с субъектными характеристиками личности и предпочитаемыми стратегиями совладающего поведения.

В исследовании приняли участие 80 испытуемых в возрасте от 22 до 26 лет.

В процессе изучения были использованы следующие методики:

- Опросник «УСК (уровень субъективного контроля)» Д. Роттера.
- Опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса

- Опросник «Стиль саморегуляции поведения»
- Торонтская алекситимическая шкала (TAS-26) Г. Тейлора

Полученные данные были обработаны в программе StatPlus и подвергнуты корреляционному анализу по Пирсону. Для уточнения значимости различий выделенных групп был использован t-критерий Стьюдента.

2.2 Уровневая характеристика субъектных свойств изученных респондентов

В соответствии с логикой исследования все испытуемые на основе сравнительного анализа фактического материала были поделены на три основные группы с учетом показателей выраженности алекситимичных черт личности: группу с высокими показателями алекситимии (75-84 балла), представленную 18,75% респондентов от всей выборки; группу со средними показателями алекситимии (63-74 балла) – 42,5% испытуемых - так называемая «группа-риска»; и группу с низкими показателями алекситимии (30-62 балла) – 38,75% соответственно. Уровень статистической значимости был подтвержден критерием Стьюдента и составил $p < 0,05$.

Были выявлены существенные отличия групп по стратегиям совладающего поведения. В группе с **высоким уровнем алекситимии** предпочитаемыми стратегиями совладающего поведения являются: «Бегство-избегание», «Планирование решения проблемы», «Положительная переоценка», «Дистанцирование». Это объясняется некоторой бедностью фантазии; недостаточностью творческого отношения к жизни; недостаточностью эмоциональности, интуитивности, спонтанности в поведении; чрезмерным прагматизмом или обесцениванием собственных переживаний, что так характерно для «алекситимичных» личностей.

В группе с **низким уровнем алекситимии** предпочитаемыми стратегиями совладающего поведения являются: «Планирование решения проблемы», «Конфронтация», «Положительная переоценка», «Дистанцирование». Данный факт свидетельствуют о том, что респонденты

решительны и не боятся отстаивать свои интересы, хоть и ведут себя несколько импульсивно; недооценивают продуктивное разрешение проблемной ситуации; во время стресса способны здраво оценивать ситуацию и принимать решения без опоры на эмоции. В группе не наблюдается выраженное использование стратегии «Бегство-избегание», что говорит о вовлеченности респондентов в проблемную ситуацию и принятии ответственности.

Показатели по шкалам «Уровня субъективного контроля» свидетельствуют о том, что у испытуемых из группы с **низким уровнем алекситимии** (в отличие от группы с высоким уровнем алекситимии) наблюдается интернальный контроль, способность брать на себя ответственность за неудачи и происходящее в коллективе и на производстве.

Анализ взаимосвязи субъектных характеристик личности и предпочитаемых стратегий совладающего поведения

С целью проверки гипотезы и выявления связей между алекситимией, уровнем субъективного контроля, стилем саморегуляции личности и стратегиями совладающего поведения был проведен корреляционный анализ по формуле Пирсона [Ермолаев 2004]. Остановимся на этом подробнее.

Так, **алекситимия** отрицательно коррелирует с показателями уровня саморегуляции, с показателями шкал «Моделирование»; «Программирование»; «Оценивание результатов»; «Гибкость»; «Конфронтация»; «Поиск социальной поддержки»; «Планирование решения проблемы»; «Положительная переоценка»; «Общая шкала интернальности»; «Шкала интернальности в области достижений»; «Шкала интернальности в области неудач»; «Шкала интернальности в семейных отношениях»; «Шкала интернальности в области производственных отношений»; «Шкала интернальности в области межличностных отношений»; «Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни». Данные взаимосвязи демонстрируют тот факт, что чем ниже уровень алекситимии, тем выше уровень сформированности индивидуальной системы осознанной

саморегуляции поведения, а так же интернальность субъективного контроля. Испытуемые с низким уровнем алекситимии быстро переключаются с одной деятельности на другую, они очень энергичны, самостоятельны, гибки и восприимчивы ко всему новому, отличаются хорошей приспособляемостью и социальной адаптивностью. Вероятно, что респонденты охотнее идут на риск и не боятся вступать в разумные конфликты, для них важен эмоциональный отклик и поддержка окружающих, способны адекватно прогнозировать и программировать собственную деятельность.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В представленной работе мы изучили соотношение субъектных характеристик личности в совладающем поведении молодежи. С учетом показателей алекситимии изученных респондентов было выделено три группы и дана их развернутая характеристика. Представители первой группы – с высоким уровнем алекситимии – характеризуются конформизмом, ригидностью, инфантильностью, склонностью к избеганию проблем и перекладыванием ответственности на других людей. Преобладающую часть испытуемых, отнесенных к данной группе, определяет низкий уровень развития эмпатии, предпочтение дезадаптивных стратегий совладающего поведения, экстернальный локус контроля. Респондентам с низким уровнем алекситимии свойственна самостоятельность, гибкость, самоконтроль, интернальный локус контроля. Респонденты данного уровня предпочитают продуктивное планирование решение проблем, во время стресса способны здраво оценивать ситуацию и принимать решения без опоры на эмоции. Представители «группы риска» со средним уровнем алекситимии имеют характеристики от двух предыдущих групп, что чревато постепенным возникновением алекситимии или развитием эмпатийных качеств.

В процессе корреляционного анализа данных был выявлен ряд значимых связей между субъектными характеристиками личности и стратегиями совладающего поведения. Алекситимия является достаточно сложным и комплексным явлением, структура которого представлена

многообразным сочетанием разнонаправленных взаимосвязей с личностными чертами. Таким образом, алекситимия отрицательно коррелирует с копингами «Конфронтация», «Поиск социальной поддержки», «Планирование решения проблем», «Положительная переоценка» и стилями саморегуляции «Моделирование», «Программирование», «Оценивание результатов», «Гибкость». Респонденты с высоким уровнем алекситимии боятся или редко прибегают к риску, им сложнее удастся планировать свою деятельность, испытуемые избегают конфликтов и не смело отстаивают свои интересы. Экстернальность и интернальность локуса контроля взаимосвязаны с адаптивными и дезадаптивными стратегиями совладающего поведения. Так респонденты с экстернальным локусом контроля чаще отстаивают свои интересы и не боятся конфликтов. Так же, принятие ответственности на себя за межличностные, семейные и производственные отношения положительно коррелируют с самоконтролем, положительной переоценкой и конфронтацией.

Таким образом, сделаем вывод о том, что существуют значимые различия в характере совладающего поведения личности с различным уровнем алекситимии. При выборе стратегии совладающего поведения определяющими субъектными характеристиками личности является алекситимия, стиль саморегуляции поведения, уровень субъективного контроля. Так, значения алекситимии, показатели стиля саморегуляции поведения и экстернальность- интернальность локуса контроля имеют ряд значимых связей с предпочитаемыми копинг-стратегиями. Данные характеристики, с нашей точки зрения, являются значимыми при определении уровня фактической адаптированности студенческой молодежи.