

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

**Взаимосвязь рефлексивных характеристик личности и копинг-
стратегий старшеклассников.**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

5 курса 541 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
профиля «Психология образования»
факультета психолого-педагогического и специального образования

ЗАГРАНИЧНОГО АНТОНА ИГОРЕВИЧА

Научный руководитель
канд. психол. наук, доцент

А.К. Акименко

Зав. кафедрой
доктор психол.наук, профессор

Р.М.Шамионов

Саратов
2016

Введение

Психологическая наука постоянно движется вперед, открывая перед собой новые горизонты, новые феномены, узнавая человека и личность с новых точек зрения, определяя новые личностные характеристики, свойства и критерии.

Эта работа посвящена анализу связей эмоциональных характеристик личности, таких как алекситимия и эмпатия, с копинг-стратегиями старшеклассников. Если понятие эмпатии довольно давно появилось в контуре психологической науки, и имеет богатую базу эмпирических исследований, то понятие алекситимии, особенно в ракурсе личностной характеристики, относительно новое. В этой работе мы рассмотрим теоретические сведения об изучаемых характеристиках и путем эмпирического исследования попробуем доказать наличие связи между рассматриваемыми нами характеристиками личности и копинг-стратегиями. Актуальность нашего исследования обоснована введением в категорию личностных эмоциональных характеристик понятия «алекситимия» и недостаточностью эмпирически подкрепленных данных на тему взаимосвязи алекситимии и копинг-стратегий. Между тем, в век когда, один из основных психологических феноменов связан с дистанционированием людей друг от друга, в силу ряда обстоятельств (урбанизации, преобладающего виртуального общения, ослабление влияния ряда социальных институтов и т.д.) - идеи проблем связанных с алекситимичным поведением и ослабевающим уровнем развития навыков эмпатии становятся все более очевидными. Учитывая это, мы понимаем, что современная социальная ситуация активно способствует формированию такого личностного феномена как алекситимия и снижению уровня эмпатии. В первую очередь к этому приводит: отсутствие необходимости проявлять эмпатию, необходимости к рефлексивному действию. Эти тенденции вытекают из вышеизложенных идей. Все это и много другое доказывает, что чувства сегодня, как никогда рискуют остаться не понятыми. А личность не только не сможет проявлять

эмпатию в достаточной степени к другим, но и будет игнорировать свои состояния, ощущения и переживания в угоду социально-одобряемому поведению.

В связи с этим интересным представляется, анализ влияния алекситимии и эмпатии на выбор копинг-стратегий. Необходимо понять, из чего складывается и чем подкрепляется алекситимия, в контексте уже давно известных и широко распространенных психологических понятий. Может ли человек, не понимающий своих чувств, не осознающий в полной мере своё эмоциональное состояние выбрать продуктивную копинг-стратегию, насколько часто этот выбор эффективен. Как влияет уровень эмпатии и способность к сопереживанию на копинг-поведение личности. Есть ли связь между эмоциональными характеристиками личности и продуктивностью копинг-стратегий. Необходимо заметить, что одно из основных для нашей работы понятие «алекситимия» лежит на стыке двух направлений психологии: клинической и личностно-ориентированной психологии. Разные отрасли психологической науки, смотрят на алекситимию в разных контекстах, с разных точек зрения. Выделяют первичную (конституциональную) алекситимию и вторичную (социальную) алекситимию. В первом случае, клинические психологи, психотерапевты, нейропсихологи и другие специалисты соответствующего профиля, говорят о природной обусловленности этого понятия. Они считают, что первичная алекситимия своим появлением обязана, особому рода деформациям работы головного мозга. Нам же интересно рассмотреть понятие вторичной алекситимии. Рассмотреть её влияние на способность человека преодолевать стрессовые ситуации. Понятие эмпатии же, здесь мы рассматриваем в классическом смысле. Эмпатия - как способность сопереживать, будет проанализирована, в дальнейшем, с точки зрения связи с алекситимией, поскольку мы считаем, что эти параметры созвучны и, вероятно, влияют как друг на друга, так и на копинг-поведение личности.

У нас существует гипотеза, исходя из которой, мы предполагаем, что доказав наличие связи между алекситимией, эмпатией и выбором копинг-стратегий, рассматривая алекситимию и эмпатию как один из факторов активно влияющих на выбор копинг-стратегий, в будущем мы сможем извлечь практическую выгоду, создав коррекционно-развивающую программу на основе полученных в исследовании данных. Что, безусловно, является полезным, как с точки зрения психологического исследования, так и с точки зрения практического применения полученных данных.

Объект исследования - алекситимия и эмпатия как эмоциональные характеристики личности.

Предмет исследования - Взаимосвязь алекситимии, эмпатии и предпочитаемых копинг-стратегий старшеклассников.

Цель исследования - выявить взаимосвязь между алекситимией, эмпатией и выбором копинг-стратегий, а также установить, что алекситимия и эмпатия являются собой один из факторов лежащих в основе выбора копинг-стратегий.

Гипотеза - существует взаимосвязь между алекситимией, эмпатией и выбором копинг-стратегий старшеклассников.

Для реализации цели и проверки гипотезы были поставлены следующие задачи:

1. Провести теоретический анализ литературных данных по проблеме взаимосвязи феномена алекситимии и эмпатии с копинг-стратегиями личности;

2. Сформировать подборку психодиагностического инструментария по теме: взаимосвязь алекситимии и эмпатии с копинг-стратегиями старшеклассников.

3. Провести эмпирическое исследование, касающееся изучения взаимосвязи между алекситимией и выбором копинг-стратегий, а также установить, что алекситимия является собой один из факторов, лежащих в основе выбора неэффективных копинг-стратегий.

4. Провести анализ полученных результатов и их интерпретацию.

На различных этапах работы при решении задач, поставленных в исследовании, использовались разные методы сбора фактического материала и его обработки.

Основные методы исследования:

1. Теоретический анализ методической и научной литературы об основных подходах к изучению алекситимии, эмпатии и о психологической сущности обозначаемого феномена.

2. Эмпирические методы исследования:

1. Торонтская Алекситимическая Шкала (TAS);
2. Методика диагностики уровня развития рефлексивности, опросник Карпова А.В.;
3. Методика определения индивидуальных копинг-стратегий Э. Хайма
4. Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии, опросник И.М. Юсупов;
5. Опросник совладания со стрессом COPE, в адаптации Е.И. Рассказовой, Т.О. Гордеевой и Е.Н. Осиным.
6. Количественно-качественный анализ всех полученных данных, включая методы математической статистики.

База исследования.

Экспериментальная выборка составила 69 человек. Социальный статус: учащиеся. Возраст от 16-18 лет. Гендерная принадлежность 54% юношей, 46% девушек.

Структура работы.

Выполненное исследование состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

1.1. Эмоциональные характеристики личности в психологии.

Анализ литературы по проблеме алекситимии и её связи с эмпатией позволил выявить ряд факторов, которые стали основанием для построения нашего исследования в данной области. В этом параграфе работы мы рассмотрим теоретические подходы к понятиям алекситимии, эмпатии, рефлексии и их связь.

1.2. Копинг-стратегии и подходы к их рассмотрению

В этой части работы, мы рассмотрим разнообразные теоретические подходы и методическую литературу посвященную копинг-стратегиям. Проанализируем разные точки зрения к определению понятия «копинг-стратегия» и различные копинг-приемы.

1.3. Возрастные особенности копинг-стратегий подростков

В этой части работы мы рассмотрим возрастные и кризисные особенности свойственные изучаемой группе респондентов, особенности их копинг-поведения. Постараемся установить и проанализировать возможные закономерности. Разберем различные копинг-модели свойственные изучаемой группе респондентов.

2.1. Характеристика объекта, методов и методик исследования

Целью исследования является изучение взаимосвязи алекситимии, эмпатии и копинг-стратегий, с последующим доказательством гипотезы о том, что алекситимия и эмпатия играют существенную роль в структуре совладающего поведения личности. В эмпирическом исследовании приняли участие 69 человек – учащиеся старших классах школы в возрасте 16-18 лет. В исследовании мы использовали (в соответствии с классификацией Б.Г. Ананьева): 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. Выбор методов изучения определялся логикой эмпирического исследования. Остановимся на этом подробнее.

В соответствии с целью, задачами и гипотезой определена следующая логика исследования:

1. Выявить уровень алекситимии и эмпатии у исследуемых и разделить их на три условных группы с учетом полученных результатов;
2. Установить уровень рефлексивных способностей респондентов изученных групп;
3. В каждой из групп определить характер предпочитаемых стратегий совладающего поведения;
4. Провести корреляционный анализ полученных данных и проанализировать выявленные взаимосвязи между субъектными характеристиками личности и предпочитаемыми копинг-стратегиями.

В процессе проведения эмпирического исследования, обработки и интерпретации полученных результатов мы опирались на ряд общеметодологических подходов и принципов, таких как комплексный, системный, личностный, деятельностный и др.

В процессе психодиагностического изучения старшеклассников мы использовали: Торонтскую Алекситимическую Шкалу (TAS); Диагностику уровня поликоммуникативной эмпатии И.М. Юсупова; Методику диагностики уровня развития рефлексивности Карпова А.В.; Опросник COPE Карвера, М. Шейера и Дж. Вейнтраубома; Методику определения индивидуальных копинг-стратегий Э.Хайма. Полученные результаты обрабатывались с помощью методов описательной статистики. Данные группировались по их значениям, были выявлены центральные тенденции распределения. Уровень статистической значимости различий определялся по критерию Стьюдента и составил $p < 0,05$. Результаты исследования были подвергнуты корреляционному анализу, выполненному с помощью метода линейной корреляции Пирсона.

2.2. Уровневая характеристика показателей алекситимии и эмпатии у старшеклассников

В соответствии с логикой исследования все испытуемые (69 человек) на основе сравнительного анализа фактического материала были поделены на три основные группы по показателю наличия алекситимии и уровню эмпатии:

1. Отсутствие алекситимии (низкий уровень).

2. «Группа риска»- респонденты, проявляющие тенденции к алекситимии (средний уровень).

3. Респонденты с выраженной алекситимией (высокий уровень).

Уровень алекситимии респондентов был определен на основе экспертных оценок и самооценочных показателей алекситимии по опросникам, т.е. с учетом объективных и субъективных критериев. В этой части работы мы даем описательный портрет и характеристику каждой из групп. Так же описываем выявленную динамику, процентные соотношения и тенденции.

2.3. Корреляционный анализ полученных данных и его интерпретация

В ходе корреляционного анализа с помощью критерия Пирсона были установлены определенные значимые корреляционные связи. В этой части работы мы их описываем и интерпретируем.

Заключение

В ходе эмпирического исследования была изучена взаимосвязь алекситимии, эмпатии и копинг-стратегий старшеклассников. Было установлено, что по мере роста уровня алекситимии уровень эмпатии и рефлексии снижается. Между этими параметрами существует значимая обратная связь, что соответствует предположениям, выдвинутым в гипотезе.

Таким образом, мы можем резюмировать следующие выводы: алекситимия связана и негативно влияет на уровень эмпатии ($r=-0,37$, $p<0,01$). Здесь мы приходим к предположению о том, что личность, не способная на осознание своего собственного эмоционального состояния будет испытывать трудности в сопереживании эмоций другого, поскольку не обладает подобным эмоциональным опытом и не способна его спроецировать. Алекситимия имеет такую же тенденцию и относительно уровня рефлексии. Человек, не осознающий в полной мере собственного состояния или как минимум его эмоционального компонента, не может говорить о высокой продуктивности рефлексивного действия. Алекситимия скорее выступает маркером неэффективности рефлексии, так как мешает осознанию как минимум одного важного компонента личностных переживаний.

Так же было установлено, что уровень алекситимии и эмпатии значимо связаны с типом и продуктивностью копинг-стратегий, так мы видим, что при возрастании уровня алекситимии, продуктивность копинг-поведения снижается. Особенно четко эта динамика просматривается в эмоциональном компоненте копинг-поведения. Следовательно, мы можем прийти к выводу о том, что тенденция роста уровня алекситимии не только приведет к снижению уровня эмпатии, но и негативно отразится на уровне продуктивности копинг-стратегий. В когнитивном и поведенческом копинге при наличии алекситимии, вероятно, будет недооценен или вовсе отсутствовать эмоциональный компонент. Тогда как эмоциональный копинг при наличии высокого уровня алекситимии становится и вовсе неэффективным. Инструменты совладания основанные на переработке, оценке и использовании эмоционального ресурса становятся не доступными при наличии высокого уровня алекситимии, в силу признаков, которыми алекситимия обладает: не осознанность эмоций, низкий уровень эмпатии и рефлексии т.д. Так же можно отметить, что личность, демонстрирующая высокий уровень алекситимии склонна к пассивным вариантам защиты, реже использует активные приемы совладения, что можно связать с

невозможностью осознать полностью свой ресурс и максимально объективно оценить ситуацию из-за отсутствия осознанного эмоционального компонента в структуре личности.

В заключении мы можем отметить, что алекситимия и эмпатия не только взаимосвязаны, как две эмоциональные характеристики личности, но и имеют, в разной степени, влияние на продуктивность копинг-стратегий. Ослабляя эмоциональный компонент в когнитивном и поведенческом копинге и прямо снижая эффективность эмоционального копинга. Что приводит к росту популярности пассивных приемов совладения не только из-за негативного опыта, но из-за сложностей в осознании своего эмоционального состояния и ресурса. Это подтверждает нашу гипотезу о наличии и характере связей между алекситимией, эмпатией и копинг-стратегиями.