

4. Полученные результаты могут быть использованы при планировании и осуществлении образовательной деятельности с использованием средств инфокоммуникации с целью профилактики возможного развития интернет-зависимости и возникновения невротических отклонений в развитии личности.

Литература

1. Бабаева Ю. Д., Войскунский А. Е. Психологические последствия информатизации // Психологический журнал. 2008. Т. 19. № 1. С. 95
2. Ваганов А. В. Тотальная иллюзия реального пространства (Размышление на тему: компьютер и Интернет в современной и будущей жизни) // Мир психологии. 2002. № 1. С. 90–102.
3. Войскунский А. Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете / под ред. А. Е. Войскунского. М., 2000. С. 48.
4. Егоров А. Ю., Игумнов С. А. Расстройства поведения у подростков: клинико-психологические аспекты. СПб.: Речь, 2005. С. 33.
5. Калиновская Н. А., Устинов Д. Ю. Информационный стресс. Казань, 2006. 243 с.
6. Кучеренко В. В., Петренко В. Ф., Госохин А. В. Измененные состояния сознания: психологический анализ // Вопросы психологии. 2008. № 3. С. 70–78.
7. Поведская Е. В., Масейра А. Д. Человек и новые информационные технологии: завтра начинается сегодня. СПб.: Речь, 2007. 320 с.
8. Чудова И. В. Особенности образа «Я» «Жителя Интернета» // Психологический журнал. 2002. Т. 22. № 1. С. 19.

УДК159.923

**Белашева Ирина Валерьевна, Суворова Алла Валентиновна,
Козлова Элла Михайловна, Есаян Марине Левоновна**

ИССЛЕДОВАНИЕ СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ЛИЦ, СТРАДАЮЩИХ НЕВРОТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ

Исследование структуры личности (невротических черт личности) и совладающего поведения у больных с паническими расстройствами и агорафобией демонстрирует использование ими менее адаптивных механизмов поведения. В условиях невротического развития личности рациональные защитные механизмы уступают место первичным механизмам (гиперкомпенсаторное завышение самооценки, вытеснение болезненных переживаний) и вторичным защитным механизмам (рационализация, оправдание болезнью своей несостоятельности, уход в болезнь, освобождающей от ответственности при принятии решения).

Ключевые слова: стратегия совладающего поведения, копинг-ресурсы, невротические расстройства, паническое расстройство, агорафобия, защитные механизмы личности.

**Belasheva Irina Valerievna, Suvorova Alla Valentinovna,
Kozlova Ella Michailovna, Esayan Marine Levonovna**

RESEARCH OF STRATEGY COPING BEHAVIOR AT NEUROTIC PATIENTS

A brief abstract. Investigation of the structure of personality (neurotic personality traits) and coping behavior in patients with panic disorder and agoraphobia demonstrates the use of less adaptive behavior mechanisms. In the neurotic personality development rational defenses give way to the primary mechanisms such as giperkompensatornoe high self-esteem, repression of painful experiences, and the secondary defense mechanisms - rationalization to justify its failure disease, illness care, are exempt from responsibility for decision making.

Keywords: strategy of coping, coping resources, neurotic disorders, panic disorder, agoraphobia, the protective mechanisms of the individual.

В условиях стремительного изменения социальной и физической среды, повышения темпов жизни и её стоимости, разрушения традиционных семейных структур, социальных и экологических катаклизмов человек реагирует переживаниями страха, тревоги, беспомощности, тоски и отчаяния, что во многом способствует формированию невротической симптоматики. Т. о., современный человек постоянно сталкивается с проблемой эффективности преодоления стресса. Рядом автором были выделены конкретные механизмы совладания со стрессом или копинг-поведения (coping-behavior). Одни из этих механизмов помогают эффективно преодолевать трудные жизненные ситуации и совладать со стрессом, другие – неэффективно.

Совладение (копинг) представляет собой индивидуальный способ взаимодействия с ситуацией в соответствии с ее собственной логикой, значимостью в жизни человека и его психологическими возможностями. Копинг зависит от трех факторов: личность субъекта, реальная ситуация и условия социальной поддержки.

Психологическая важность копинга заключается в поддержании психической и социальной адаптации человека в период воздействия стрессора. Копинг-поведение имеет ряд функций: фокусирование сознания на проблеме; разрушение стрессовой связи между личностью и средой; фокусирование на эмоциях, направленных на управление эмоциональным дистрессом.

Развитию копинг-процессов способствуют имеющиеся у личности копинг-ресурсы, от объема которых зависит оценка стрессогенных событий, определяющая уровень адаптивности – дезадаптивности ситуации.

Столкновение значимых отношений личности и несовместимой с ними жизненной ситуацией становится источником нервно-психического напряжения, ведущего к нарушению здоровья, что в свою очередь может привести к неврозу.

В процессе совладания со стрессогенной ситуацией в условиях возникновения интрапсихического конфликта психологические механизмы приводят к уменьшению психического и эмоционального дискомфорта.

Формирование интрапсихического конфликта связано с механизмами защиты личности. Наличие быстро приспосабливаемых к меняющимся условиям среды установок является фактором, противодействующим возникновению невроза и способствующим успешному разрешению конфликта. Противоположное влияние оказывают ригидные установки.

Б. Д. Карвасарский разделяет понятия «копинг» и «защитные механизмы» [3]. Психологическая защита – это интрапсихический механизм адаптивной перестройки восприятия оценки малоосознаваемых противоречивых потребностей и мотивов с целью снижения напряженности. Процессы совладания направлены на активное сознательное изменение и удовлетворение значимых потребностей. В условиях невротического развития личности рациональные защитные механизмы уступают место первичным механизмам (гиперкомпенсаторное завышение самооценки, вытеснение болезненных переживаний) и вторичным защитным механизмам (рационализация оправдания болезнью своей несостоятельности, уход в болезнь, освобождающий от ответственности при принятии решения), которые закрепляют невротическое поведение.

В. А. Ташлыков [6] рассматривает психологическую защиту как регулятивный механизм, направленный на снижение уровня выраженного дискомфорта путем искажения восприятия внешнего и внутреннего мира, на уменьшение эмоционального напряжения. Им была выявлена особенность проявления защитных психологических механизмов при неврозах: при преодолении трудных ситуаций больные первоначально стремятся найти новые решения, снизить эмоциональное напряжение, затем вступают в действие приспособительные механизмы, защищающие сознание больного от неприятных переживаний (страх, чувство вины, неудовлетворенность), нарушается взаимосвязь между причиной и следствием. В итоге, лишь в начале формирования невроза больные используют механизмы совладания.

Под руководством Б. Д. Карвасарского и Ю. Н. Тупицына [3] было проведено исследование отношения к болезни и лечению и копинг-поведения больных неврозами. Копинг-поведение больных неврозами характеризовалось использованием менее адаптивных механизмов «обращения», «компенсации», «изоляции» в поведении, отсутствием специфичности в когнитивной сфере и частым использованием неадекватного вида копинг-поведения «восхищения собой» в эмоциональной сфере.

Е. И. Чехлатым [8] проведено исследование когнитивных и эмоциональных стратегий преодоления стресса. В когнитивной сфере испытуемых было отмечено преобладание конструктивных форм поведения, направленных на активное решение проблем и поддержания устойчивости психических процессов. В эмоциональной сфере – деструктивное копинг-поведение, которое не способствовало совладанию с проблемами.

Теория совладания личности с трудными жизненными ситуациями (копинга) возникла в психологии во второй половине XX в. Автором термина является А. Маслоу [1]. Он понимал под копингом готовность индивида решать жизненные проблемы, которое представляет собой поведение, направленное на приспособление к обстоятельствам и предполагает сформированное умение использовать определенные средства для преодоления эмоционального стресса. При выборе активных действий повышается вероятность устранения воздействия стрессоров на личность. Особенности этого умения связаны с Я - концепцией, локусом контроля, эмпатией, условиями среды. По его представлениям, копинг-поведение противопоставлено экспрессивному поведению.

Согласно А. Адлеру, если в соответствии жизненному пути человека можно поставить индивидуальный жизненный стиль, интегрирующий значимые цели и способы их достижения и определяемый как единство личностных характеристик, установок и повседневной деятельности, то в соответствии ситуации как единице жизненного пути, по-видимому, можно поставить coping как ситуативную модификацию жизненного стиля.

Копинг-процессы впервые стали рассматриваться Р. Лазарусом и С. Фолькман [2], которые выявили значение определяющих психических факторов в регулировании поведения. Авторы рассматривают связь стресса и копинга как связь между личностью и средой, которая может иметь как позитивное значение (обеспечивающая человека ресурсами), так и негативное (фактор угрозы благополучию субъекта). Данная связь обеспечивается копинг-процессами и когнитивной оценкой, которая в свою очередь подразделяется на первичную оценку, несущую информацию о благополучии индивида, которая характеризуется тремя видами стресса: вред, угроза или вызов, определяется степенью стрессора и психологической конституцией индивида; и вторичную оценку, являющуюся дополнением первичной, в которой происходит выбор механизмов преодоления стресса или копинга, включающая в себя когнитивные мыслительные процессы принятия решения адаптации.

С. Фолькман и Р. Лазарус выделяют две основные функции копинга: копинг, нацеленный на регуляцию эмоций (когнитивные, поведенческие и эмоциональные усилия); копинг, нацеленный на проблему.

Понятие совладающего поведения рассматривается Р. Лазарусом и Д. Коун [5] как деятельность личности по сохранению баланса между требованиями среды и ресурсами организма. Р. Лазарус определяет копинг как когнитивную деятельность, при которой происходит оценка предполагаемого ущерба или вреда, а также действий по преодолению ущерба.

Развитию копинг-стратегий и обеспечению стабильного психологического фона для преодоления стрессогенных ситуаций способствуют наличие копинг-ресурсов у человека. С. Фолькман выделяет следующие виды: физические, социальные, психологические и материальные ресурсы.

Д. Галаггер исследовал связь между личностными особенностями и оценкой стрессогенных событий и сделал вывод о том, что оценка события зависит от оценки объема наличных ресурсов. Если ресурсы воспринимаются как адекватные, то это приводит к изменению событий, если же как неадекватные, то событие воспринимается как угроза. Оценка собственных ресурсов больными невротическими расстройствами осложняется из-за когнитивных особенностей, поэтому копинг-ресурсы оцениваются как неадекватные.

А. Хаммер и М. Зейндер разработали собственную классификацию ресурсов преодоления сложных жизненных ситуаций, включающую пять областей жизнедеятельности человека: сферы познания и представлений; чувств; отношений с людьми; духовности и физического бытия. Эффективность обращения к той или иной сфере, по их мнению, обусловлена содержанием проблемной ситуации.

В отечественной психологии совладающее поведение (копинг) рассматривается как осознанное рациональное поведение, направленное на устранение стрессовой ситуации, которое зависит, по крайней мере, от двух факторов – личности субъекта и реальной ситуации – и может проявляться на поведенческом, эмоциональном и познавательном уровнях функционирования личности. Основные функции совладения – обеспечение и поддержание внешнего и внутреннего благополучия человека. Для этого необходимо осознание ситуации и способов эффективного совладения с ней, а также умение вовремя применить их в поведении.

И. М. Никольская и Р. М. Грановская предлагают дифференцировать стратегии совладания на три группы: поведенческие, эмоциональные, познавательные. Первый тип подразумевает разнообразные поведенческие стратегии снятия очага напряженности, обусловленного внешними и внутренними факторами. Ко второму типу относится эмоциональная разрядка с целью снятия очага напряжения или поиска социальной поддержки. Третий тип включает в себя стратегии, позволяющие нейтрализовать напряженность стресса через изменение субъективной оценки ситуации и соответствующее изменение уровня контроля [4].

А. В. Либин утверждал, что успешное разрешение ситуации зависит не в последнюю очередь от степени адекватности оценки происходящего. Часто тяжелые последствия перенесенного стресса оказываются результатом рассогласования между реальной сложностью неприятного события и субъективной оценкой его значимости. Поэтому успешность выбранного стиля реагирования связана и с тем, будет или нет событие восприниматься как угрожающее. Таким образом, А. В. Либин считает, что некоторые параметры стилей реагирования имеют в своей основе базовые психологические свойства личности, такие как свойства нервной системы, «Я»-образ, темперамент и характерологические черты личности.

С. К. Нартова-Бочавер предлагает в качестве возможных оснований следующие признаки копинга: ориентированность или локус копинг (на проблему или на себя), область психического, в которой разворачивается преодоление (внешняя деятельность, представления или чувства), эффективность (приносит ли копинг желаемый результат по разрешению затруднений или нет), временная протяженность полученного эффекта (разрешается ситуация радикально или требует возврата к ней), ситуации, провоцирующие копинг-поведение (кризисные или повседневные).

Нами было проведено исследование структуры личности (невротических черт личности) и совладающего поведения у больных с паническими расстройствами и агорафобией.

В исследовании, проведенном на базе отделения пограничных состояний СКПБ № 1 г. Ставрополя, принимали участие 60 человек: 1 группа (30 человек) – группа невротических больных с паническими расстройствами, 2 группа (30 человек) – группа невротических больных с агорафобией. Средний возраст испытуемых 30–39 лет.

Методы исследования: методика исследования невротических черт личности Л. И. Вассермана; опросник «Способы совладания» Р. Лазаруса и С. Фолькман; индекс восприимчивости тревоги; опросник избегания ситуаций, вызывающих тревогу и беспокойство (агорафобия, МІА); корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции ρ Спирмена).

Анализ результатов проведенного исследования показал, что в структуре невротических расстройств личности больных с паническими расстройствами и больных с агорафобией умеренно выражены неуверенность в себе, невротический сверхконтроль поведения, аффективная неустойчивость.

Но вместе с тем существуют и определенные различия. Для больных с паническими расстройствами характерны умеренная познавательная и социальная пассивность, умеренная социальная дезадаптивность, амбивертированная направленность личности. Для больных с агорафобией наиболее характерными являются: повышенная познавательная и социальная пассивность, сниженная социальная дезадаптивность, умеренная интровертированная направленность личности, умеренная ипохондричность.

Особенностями совладающего поведения больных с агорафобией (на статистически достоверном уровне) являются копинг-стратегии «бегство-избегание» и «дистанцированность», которым сопутствует низкий уровень самоконтроля. Особенности совладающего поведения больных с паническими расстройствами является формирование копинг-стратегий «бегство-избегание», «дистанцированность» и «планирование решения проблемы», которым также сопутствует низкий уровень самоконтроля.

Сравнительный анализ показывает, что для больных с агорафобией характерна более выраженная дистанция общения и более низкий уровень самоконтроля. Тревожность, беспокойство в группе больных с паническими расстройствами статистически достоверно выше, чем в группе больных с агорафобией. Статистически достоверно чаще появление вегетативных, физиологических нарушений у больных с паническими расстройствами вызывает у них беспокойство, тревогу и является основанием для больных считать эти симптомы (дрожь в теле, частое сердцебиение, ощущение нехватки воздуха) предвестниками приступа паники. Для больных с агорафобией характерно на статистически достоверном уровне более выраженное избегание ситуаций, связанных с посещением общественных мест и нахождением в закрытых помещениях и на открытых пространствах, сопровождающееся выраженным чувством беспокойства, тревоги и дискомфорта.

В целом, избегание разного вида ситуаций, вызывающих тревогу беспокойство, дискомфорт, в группе больных с агорафобией статистически достоверно значительно выше, чем в группе больных с паническими расстройствами.

Полученные результаты позволяют оценить действенность копинг-стратегий в системе социальной адаптации людей, страдающих невротическими расстройствами. Выявленные особенности структуры невротической личности пациентов с паническими расстройствами и пациентов с агорафобией определяют дифференциацию психологической коррекции искаженных копинг-стратегий поведения.

Литература

1. Абабков А. В., Перре М. и др. Адаптация к стрессу // Основы теории, диагностики, терапии. СПб., 2004.
2. Лазарус Р. С. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс: физиологические и психологические реакции / под ред. Л. Леви, В. Н. Мясничева. Ленинград, 1970.
3. Карвасарский Б. Д. Неврозы: руководство для врачей. 2-е изд. М.: Медицина, 1990.
4. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика: справочник практического психолога. М., 2004.
5. Нартова-Бочавер С. Л. Копинг-поведение в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. № 5.
6. Ташлыков В. А. Психологическая защита у больных невротическими и психосоматическими расстройствами. СПб.: СПМАПО, 1997.

7. Ташлыков В. А. Личные механизмы совладания (копинг-поведение) и защиты у больных неврозами в процессе психотерапии // Мед.-психол. аспекты охраны психич. здоровья. Томск, 1990.

8. Чехлатый Е. И. Динамика конфликтности и копинг-поведения у больных неврозами под влиянием групповой психотерапии // Сборник научных работ Украинского НИИ клинической и экспериментальной неврологии и психиатрии и Харьковской городской клинической психиатрической больницы № 15 (Сабуровой дачи) / под общ. ред. И. И. Кутько, П. Т. Петрюка. Харьков, 1996.

УДК 159.9.07

Дрожжина Наталья Борисовна

ВЛИЯНИЕ ПСИХОТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ НА ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕМЬЕ У ПОДРОСТКОВ

Рассматриваются основные теоретические подходы к исследованию семьи, обосновывается применение метода экспериментальной психосемантики в исследовании представлений о семье в обыденном сознании подростков, принадлежащих к различным личностным психотипам. Приводятся результаты экспериментально-психологического исследования.

Ключевые слова: семья, подростковый возраст, психосемантика, обыденное сознание личности, психотип.

Drozhzhina Natalia Borisovna

IMPACT ON PERSONALITY PSYCHO IDEAS ABOUT FAMILY ADOLESCENTS

The paper examines the main theoretical approaches to the study of the family, justified the use of the experimental method in the study of psycho-semantic representations of the family in the everyday consciousness of adolescents belonging to different personal psycho. The results of experimental psychological research.

Key words: family, psychosemantics, everyday consciousness of the individual, psychological.

Проблема изучения семьи как важного социального института, в котором разворачивается процесс социализации человека, является одной из сложнейших и актуальных в большинстве современных психологических, педагогических и социологических исследований (Алешина Ю. Е., Араканцева Т. А., Варга А. Я., Черников А. В., Галкина А., Ганская О. А., Гришаев И. А., Голод С. И., Гурко Т. А., Козырева И. А., Шапатина О. В., Эйдемиллер Э. Г.) и др.

В качестве наиболее важных психологических характеристик современной семьи выступают следующие: внутрисемейное общение и ролевая структура (Варга А. Я.), единство ценностей и наличие языка взаимопонимания у супругов (Петровский В. А.), степень открытости-закрытости семьи по отношению к внешнему миру (Карабанова О. А.), характер и степень участия супругов в воспитании детей (Кошелева А. Д.), умение членов семьи преодолевать конфликты и решать семейные проблемы (Черников А. В.) [2].

В последнее время акценты теоретических и практических подходов к семье в большей степени сместились к системному подходу, рассматривающему семью как целостный организм (Минухин С., Боуэн М., Аккерман Н., Лидс Т., Столин В. В., Мясичев В. Н., Басов М. Я.). Функционирование семейной системы в целом описывается в рамках этого подхода с помощью оценочных параметров, например: сплоченность (эмоциональная связь членов семьи), иерархия (власть принимать решения), границы (отношения семьи с социальным окружением и отношения между членами семьи) [1].

Отдельным вниманием специалистов пользуются и другие подходы к семье: структурный, коммуникативный, психоаналитический, гуманистически ориентированный, биопсихологический. Вместе с этим следует отметить ряд оригинальных отечественных исследований семьи, выполненных следующими авторами: А. Я. Варга, Е. М. Вроно, В. Н. Дружинин, Л. И. Захаров, А. Я. Кошелева, В. А. Петровский, В. С. Собкин, В. Т. Соколова, Л. С. Спиваковская, А. В. Черников, Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкий.

Несмотря на это, отсутствуют сведения о том, как представлены научные знания о семье в обыденном сознании людей. Соотношение обыденного и научного знания – одна из важных проблем теоретического и практического характера. Семья в определенном смысле может быть рассмотрена