

IV. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОБУЧЕНИЯ, ВОСПИТАНИЯ И ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ

УДК 159.9

Е.Н. Улезко

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ НА СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ СТАРШЕКЛАССНИКОВ И СТУДЕНТОВ

В статье рассматривается актуальная на сегодняшний день проблема совладающего поведения учащихся в ситуациях напряженности образовательного процесса и жизненных трудностей. Представлено исследование взаимосвязи копинг-стратегий с личностными особенностями старшеклассников и студентов, демонстрирующее факт влияния определенных личностных качеств на использование копинг-поведения испытуемыми.

Ключевые слова: копинг, копинг-стратегии, совладающее поведение, учащиеся старших классов, личностные качества.

E.N. Ulezko

THE RESEARCH OF THE INFLUENCE OF PERSONAL QUALITIES ON PSYCHO-DEFENSIVE BEHAVIOR OF SENIOR PUPILS AND STUDENTS

The urgent problem of psycho-defensive behavior of pupils in the situation of uneasiness and intensity of the educational process is considered in this article. The research of interrelation of the coping strategy with personal features of senior pupils and students showing the fact of influence of particular personal traits on the usage of coping strategy is presented.

Key words: coping, coping strategy, psycho-defensive behavior, senior pupils, personal qualities.

Проблема совладания современного человека трудными событиями в своей жизни продолжает представлять большой теоретический и практический интерес для отечественной психологической науки. Особенно актуальной областью изучения совладающего поведения является исследование особенностей личности учащихся в их взаимоотношении с копинг-стратегиями в процессе учебной деятельности.

Впервые термин «coping» был использован Л. Мерфи (1962) в исследованиях способов преодоления детьми требований, выдвигаемых кризисами развития. К ним относились активные усилия личности, направленные на овладение трудной ситуацией или проблемой. Исходя из своих наблюдений за детьми дошкольного возраста, Л. Мерфи дает определение термину «копинг»: это «исклая попытка создать новую ситуацию, будь она угрожающей, опасной, ставящей в неловкое положение, или радостной и благоприятной». «Копинг» при этом понимается, как стремление индивида решить определенную проблему. Это стремление, с одной стороны, является врожденной манерой поведения, а с другой – приобретенной, дифференцированной формой поведения. Л. Мерфи было предложено использовать термин «копинг» для обозначения не врожденных, био-

логических, а для приобретенных в процессе жизни, высокодифференцированных форм поведения индивидов, применяемых в процессе приспособления к стрессовой ситуации [3].

В последующем понимание копинг-механизмов было тесно связано с исследованием психологического стресса, т.е. стресс и копинг рассматривались как две стороны одной монеты. Р. Лазарусом (1966) понятие «копинг-поведение» было определено как сумма когнитивных и поведенческих усилий, затрачиваемых индивидом для ослабления влияния стресса с целью адаптации. В теории копинг-поведения, разработанной когнитивными психологами Р. Лазарусом и С. Фолькман, структура копинг-процесса включает «восприятие стресса – когнитивную оценку – выработку стратегий преодоления – оценку результата действия». Авторами были выделены базовые копинг-стратегии: разрешение проблем, поиск социальной поддержки, избегание; базисные копинг-ресурсы: Я-концепция, локус контроля, эмпатия, аффилиация и когнитивные ресурсы [2].

В отечественной психологии термин «coping» появился в 1990-е гг., однако принято считать, что стоящее за ним явление было известно и изучалось давно (например, «стрессоустойчивость», «эмоциональная устойчивость»). Проблема ко-

пинга изучалась в контексте теории деятельности в работах Ф. Василюка (психология переживания), В.А. Ташлыкова (особенности поведения в трудных ситуациях), Л.А. Китаева-Смыкова (исследование стресса и реакций человека на него). Понятие «coping» чаще использовалось в рамках клинического подхода (В.А. Ташлыков, В.А. Абабков, Г.Л. Исурина, Б.Д. Карвасарский, Н.А. Сирота, В.А. Ялтонский и др.) [4].

Понятие «coping» происходит от английского «to cope», что означает «справляться, совладать с чем-либо, прежде всего с трудностями». Что касается перевода данного термина в отечественной психологии, то «coping» иногда переводили как «купирование» (Л.А. Китаев-Смык), психологическое преодоление (В.А. Ташлыков, С.К. Нартова-Бочавер) адаптивное и, наконец, совладающее поведение (Л.И. Анцыферова). Многие исследователи разделяют предложение Л.И. Анцыферовой (1994) переводить «coping» как «совладание», а «coping behavior» как «совладающее поведение», что означает «справиться, привести в порядок, подчинить себе» от глагола «сладить». Согласно словарю В. Даля (1995), слово «совладание» происходит от старорусского «лад», «сладить» и означает «справиться, привести в порядок, подчинить себе». Образно говоря, совладать с ситуацией – значит подчинить себе обстоятельства, конструктивное преодоление трудностей, сладить с ними любыми путями [4]. Следует также отметить, что в германоязычной психологии как синоним совладания используется понятие «Bewältigung» (преодоление, переработка нагрузок) [3].

Анализ проблемы совладающего поведения наталкивает на мысль о важности и необходимости формирования умения конструктивно справляться со всевозможными жизненными трудностями у учащейся молодежи. В последнее время учеными обращается внимание на высокую стрессогенность современной образовательной среды школы и вуза. Авторами отмечается наличие интеллектуальной, физической и психоэмоциональной напряженности студентов, связанной с большой учебной нагрузкой, необходимостью вхождения в новую социальную среду, с личностным и профессиональным самоопределением. Причем все усугубляется тем, что личностные ресурсы в студенчестве кажутся неисчерпаемыми, а оптимизм по отношению к собственному здоровью преобладает над заботой о нем [1, 6-8]. Не менее сложной считается учебная деятельность современных стар-

шекласников, которая также насыщена стрессами различного происхождения: огромная нагрузка, увеличивающаяся с каждым годом, необходимость выбора профильного образования, проблема межличностных отношений, как с одноклассниками, так и с педагогами, подготовка и сдача ЕГЭ [5]. Исходя из всего вышесказанного, считаем, что актуальным и своевременным будет изучение особенностей проявления совладающего поведения в процессе учебной деятельности у учащихся старших классов и студентов.

Объектом исследования является совладающее поведение в юношеском возрасте. В качестве предмета исследования выступает взаимосвязь совладающего поведения с личностными особенностями у учащихся старших классов общеобразовательных школ и студентов высшего учебного заведения. Гипотеза предполагает влияние личностных особенностей на проявление совладающего поведения старшеклассников и студентов в процессе учебной деятельности. В исследовании приняли участие учащиеся старших классов общеобразовательных школ (МОУ СОШ № 1 города Гусиноозерска, МОУ СОШ гимназия № 33 города Улан-Удэ, МОУ СОШ улуса Шибругуй Бичурского района Республики Бурятия) в количестве 72 человек и студенты 1-3 курсов высшего учебного заведения (ГОУ ВПО «Бурятский государственный университет») также в количестве 72 человек. Для изучения совладающего поведения была использована методика «WCQ» («Опросник о способах копинга») Р. Лазаруса, С. Фолькман, адаптированная коллективом исследователей под руководством Л.И. Вассермана, Сиб НИПНИ им. В.М. Бехтерева. Исследования личностных особенностей старшеклассников и студентов проводилось с помощью методики «Многофакторный личностный опросник Р. Кеттелла» (14 PF) (юношеский вариант). Для выявления взаимосвязи совладающего поведения с личностными особенностями осуществлялся корреляционный анализ по Ч. Спирмену. В обсуждении использовались только достоверные результаты.

У студентов была выявлена положительная корреляционная связь копинг-стратегии «конфронтация» с фактором «D» (возбудимость – флегматичность) ($r = 0,37$; $p \leq 0,05$). Студенты, имеющие высокие показатели по данному фактору, беспокойны, нетерпеливы, активны и бесперемонны. Получается, что реагирование на возникающие трудности по типу «конфронтация», а именно агрессивно, с проявлением негативных эмоций, свойственно сту-

дентам, плохо владеющим собой и отличающимся повышенной импульсивностью на слабые провоцирующие стимулы. Студенты уравновешенные и сдержанные, хорошо владеющие собой даже в неблагоприятных ситуациях, не будут использовать копинг-стратегию «конфронтация».

Копинг-стратегия «дистанцирование», характеризующаяся тем, что прилагаются когнитивные усилия отделиться от трудной ситуации, уменьшить ее значимость, забыть или проигнорировать, показала наличие у студентов отрицательных корреляционных связей с личностными факторами «С» (сила Я – слабость Я) ($r = -0,37$; $p \leq 0,05$) и «Н» (пармия – тректия) ($r = -0,30$; $p \leq 0,05$). Высокие оценки по фактору «С» (сила Я – слабость Я) описывают такие качества студентов, как эмоциональная устойчивость, спокойствие, умение держать себя в руках, низкие оценки – эмоциональная неустойчивость, тревожность, невыдержанность, нетерпеливость. Фактор «Н» (пармия – тректия) на одном полюсе характеризуется смелостью, общительностью, беззаботностью, дружелюбием, на другом – робостью, застенчивостью, уединенностью и чувствительностью к опасности. Это говорит о том, что к «дистанцированию», столкнувшись с трудностями, прибегают студенты эмоционально неустойчивые, легко расстраиваемые, имеющие невротические симптомы, а также застенчивые, робкие, не уверенные в своих силах.

Копинг-стратегия «поиск социальной поддержки», выражающаяся в поиске информационной, действенной и эмоциональной поддержки, продемонстрировала наличие отрицательной корреляционной взаимосвязи с личностным фактором «Q₂» (самодостаточность – социабельность) ($r = -0,31$; $p \leq 0,05$). Данный фактор характеризуется, с одной стороны, независимостью и самостоятельностью, с другой стороны – зависимостью от группы. То есть к «поиску социальной поддержки» в стрессовых учебных ситуациях стремятся не все студенты, а лишь те, которые в своем поведении ориентируются на групповое мнение, нуждаются в постоянной опоре, поддержке окружающих, в совете и одобрении.

К использованию стратегии совладания «принятие ответственности», заключающейся в признании своей роли в проблеме и сопутствующими попытками ее разрешения, прибегают студенты нетерпеливые, активные, обладающие высоким самомнением, о чем свидетельствует корреляционная положительная связь данной стратегии с

личностным фактором «D» (возбудимость – флегматичность) ($r = 0,35$; $p \leq 0,05$). Также получается, что студенты, имеющие низкие показатели по данному фактору, не стремятся активно решать возникающие трудности, поскольку они уравновешенны, флегматичны, спокойно смотрят на происходящее, считая, что все разрешится само собой.

Стратегия «планирование решения проблемы», характеризующаяся тем, что при совладании с трудностями студенты поэтапно планируют и продумывают решение возникающих трудных ситуаций, показала наличие положительной корреляционной связи с личностным фактором «В» (высокий интеллект – низкий интеллект) ($r = 0,37$; $p \leq 0,05$). Данный фактор имеет на одном полюсе высокие мыслительные процессы, высокий интеллект, на другом – низкие мыслительные процессы, низкий интеллект. Таким образом, получается, что планировать решение проблемы в большей степени способны студенты с высоким уровнем интеллекта.

Корреляционный анализ показал, что копинг-стратегия «положительная переоценка» связана умеренной положительной корреляционной связью с личностными факторами «F» (сургенсия – десургенсия) ($r = 0,30$; $p \leq 0,05$) и «G» (сила «Сверх-Я» – слабость «Сверх-Я») ($r = 0,30$; $p \leq 0,05$). Получается, что видеть во всем происходящем положительные стороны способны студенты жизнерадостные, спокойные, доверчивые, находчивые, а также морально зрелые, настойчивые, упорные и совестливые. И наоборот, не могут увидеть в возникающих жизненных трудностях положительные моменты студенты пессимистичные, тревожные, подозрительные, осторожные, а также незрелые, недобросовестные, непостоянные.

Наибольшее число статистически значимых корреляционных связей у студентов выявлено по копинг-стратегии «бегство – избегание» со следующими личностными факторами: «F» (сургенсия – десургенсия) ($r = 0,40$; $p \leq 0,05$), «J» (осторожный индивидуализм – интерес к участию в общих делах) ($r = -0,31$; $p \leq 0,05$), «O» (гипотимия – гипертимия) ($r = -0,31$; $p \leq 0,05$) и «Q₁» (фрустрированность – нефрустрированность) ($r = 0,35$; $p \leq 0,05$). Положительные взаимосвязи с личностными факторами «F» (сургенсия – десургенсия) ($r = 0,40$; $p \leq 0,05$) и «Q₁» (фрустрированность – нефрустрированность) ($r = 0,35$; $p \leq 0,05$) говорят о том, что удалиться и убежать от решения проблем стремятся студенты, отличающиеся

беспечностью, небрежностью и легкомысленностью, а также находящиеся в состоянии сильной фрустрированности. Для студентов серьезных, осторожных, с серьезным и трезвым подходом к жизни, расслабленных и спокойно-относящихся к неудачам, не свойственно использование копинг-стратегии «бегство–избегание». Отрицательная корреляция с личностными факторами «J» (осторожный индивидуализм – интерес к участию в общих делах) ($r = -0,31$; $p \leq 0,05$) и «O» (гипотимия – гипертимия) ($r = -0,31$; $p \leq 0,05$) связывает копинг-стратегию «бегство–избегание» с такими личностными качествами студентов, как стремление к совместным действиям, подчинение личностных интересов групповым, а также самоуверенность, чувство безопасности.

Также следует отметить, что проведенный нами корреляционный анализ не выявил статистически значимых корреляционных связей с личностными особенностями у стратегии «самоконтроль», что может говорить об отсутствии влияния каких-либо личностных качеств на данную копинг-стратегию у студентов.

Проведенный корреляционный анализ показал, что взаимозависимые связи совладающего поведения с личностными особенностями школьников отличаются от корреляционных связей студентов. Если у студентов копинг-стратегия «конфронтация» положительно коррелирует с личностным фактором «D» (возбудимость – флегматичность), то у школьников данная стратегия коррелирует отрицательно с личностным фактором «Q₂» (контроль желаний – импульсивность) ($r = -0,30$; $p \leq 0,05$). Отметим, что высокие показатели по данному фактору свидетельствуют об организованности, умении контролировать свои эмоции и поведение, низкие показатели о слабости, плохом самоконтроле, импульсивности. Получается, что агрессивное поведение при совладании с возникающими стрессовыми ситуациями у школьников взаимосвязано с низким контролем поведения и неспособностью придавать своей энергии конструктивное поведение.

Копинг-стратегия «поиск социальной поддержки» у школьников положительно коррелирует с личностным фактором «I» (премсия – харрия) ($r = 0,33$; $p \leq 0,05$), высокие показатели по которому отличаются ранимостью, зависимостью, потребностью в любви, внимании и помощи со стороны других людей. Низкие показатели по данному личностному фактору характеризуют школьников как мужественных, стойких, независимых,

способных принимать на себя ответственность, а следовательно, не склонных искать поддержку при решении трудных ситуаций у других людей. Наше исследование продемонстрировало, что искать социальную поддержку в трудных ситуациях будут не все школьники, а только те, которые испытывают потребность в помощи со стороны.

По копинг-стратегии «планирование решения проблемы», положительно коррелирующей у студентов с высоким уровнем интеллекта, у школьников была получена положительная корреляционная связь с личностным фактором «H» (пармия – тректия) ($r = 0,33$; $p < 0,05$), а следовательно, с такими личностными качествами, как смелость, беззаботность, решительность. Школьники, обладающие только такими личностными качествами, способны самостоятельно планировать свои действия в стрессовых ситуациях.

К «положительной переоценке» при совладающем поведении стремятся школьники, обладающие такими личностными качествами, как покорность, зависимость, ведомость, традиционность, тактичность, о чем свидетельствует отрицательная корреляционная связь данной копинг-стратегии с личностным фактором «E» (доминантность – конформность) ($r = -0,30$; $p \leq 0,05$).

Больше всего статистически достоверных корреляционных связей у школьников было получено по копинг-стратегиям «принятие ответственности» и «бегство–избегание». Корреляционный анализ показал, что копинг-стратегия «принятие ответственности» связана отрицательно с личностным фактором «H» (пармия – тректия) ($r = -0,30$; $p \leq 0,05$) и положительно с фактором «Q₂» (фрустрированность – нефрустрированность) ($r = 0,32$; $p \leq 0,05$). Высокие показатели по фактору «H» (пармия – тректия) говорят о смелости, общительности, отзывчивости, дружелюбии, низкие показатели о робости, застенчивости, сдержанности. Также низкие значения характерны для школьников, сдержанных в выражении своих чувств, предпочитающих иметь одного-двух близких друзей, не поддерживающих широких контактов. Вероятно, по этой причине школьники с низкими показателями по фактору «H» предпочитают в решении возникающих школьных проблем полагаться на себя и самостоятельно принимать решения в преодолении трудностей, а не обращаться за помощью к кому-либо. Кроме того, на принятие какого-либо решения в трудных ситуациях школьников толкает высокий уровень фрустрированности, о чем свидетельствует по-

ложительная связь с личностным фактором «Q₄» (фрустрированность – нефрустрированность) ($r = 0,32$; $p \leq 0,05$). Высокие оценки по фактору «Q₄» характерны для школьников, постоянно находящихся в состоянии возбуждения, с большим трудом успокаивающихся и не способных оставаться без дела даже в обстановке, способствующей отдыху. Вероятно, именно это состояние толкает наших испытуемых старшеклассников самостоятельно решать свои проблемы.

По копинг-стратегии «бегство-избегание» в результате корреляционного анализа получены положительные взаимосвязи с личностными факторами «I» (премсия – харрия) ($r = 0,32$; $p \leq 0,05$), «O» (гипотимия – гипертимия) ($r = 0,31$; $p \leq 0,05$) и отрицательные – с факторами «C» (сила Я – слабость Я) ($r = -0,48$; $p \leq 0,05$), «H» (пармия – тректия) ($r = -0,41$; $p \leq 0,05$). Личностный фактор «I» (премсия – харрия) на одном полюсе характеризуется мягкосердечностью, сентиментальностью, ранимостью, зависимостью, легкомысленностью, склонностью к фантазиям, а на другом – суровостью, реалистичностью, «толстокожестью», независимостью, ответственностью. Получается, что справляться с трудностями при помощи копинг-стратегии «бегство-избегание» стремятся чаще всего школьники, отличающиеся легкомысленностью, склонностью к фантазиям, действующие по ситуации. Школьники реалистичные, ответственные, действующие по логике, практичные не будут использовать данную неконструктивную стратегию совладания.

Положительная корреляционная связь «бегство – избегание» с личностным фактором «O» (гипотимия – гипертимия) ($r = 0,31$; $p \leq 0,05$) связывает данную копинг-стратегию с такими личностными качествами школьников, как склонность к чувству вины, чувствительность к замечаниям и порицаниям, недооценивание себя, боязливость, склонность к размышлениям. Получается, что убежать от проблем, не решая их, стремятся школьники очень чувствительные к порицаниям и замечаниям, много размышляющие, не чувствующие себя в безопасности, в то время как школьники спокойные, чувствующие себя в безопасности, не будут убежать от проблем, а будут стараться их разрешить, так как им также свойственны такие качества, как самоуверенность и активность. Отрицательная корреляционная связь с факторами «C» (сила Я – слабость Я) ($r = -0,48$; $p \leq 0,05$) и «H» (пармия – тректия) ($r = -0,41$; $p \leq 0,05$) связывает копинг-стратегию «бегство-избегание» с та-

кими личностными качествами школьников, как эмоциональная неустойчивость, тревожность, наличие невротических симптомов, уклонение от ответственности, а также робость, застенчивость, чувство неполноценности.

Отметим, что в отличие от студентов у школьников две копинг-стратегии («дистанцирование» и «самоконтроль») не имеют достоверных корреляционных связей с личностными качествами.

Таким образом, проведенное нами исследование взаимосвязи личностных особенностей с совладающим поведением студентов и школьников позволяет сделать следующие выводы:

- нами действительно было выявлено влияние личностных качеств старшеклассников и студентов на использование тех или иных копинг-стратегий. Причем взаимозависимые связи совладающего поведения с личностными особенностями у студентов существенно отличаются от корреляционных связей школьников;

- можно предположить, что студенты не способны спокойно реагировать на негативные ситуации по причине того, что обладают определенным состоянием нервной системы, а школьники потому, что не научились усилием воли контролировать свое поведение;

- за поиском социальной поддержки обращаются студенты, ориентированные на групповое мнение, нуждающиеся в опоре и поддержке окружающих, а также школьники зависимые, испытывающие потребность в любви и в помощи со стороны других людей;

- на использование копинг-стратегии «принятие ответственности» у студентов влияют такие личностные особенности, как активность, высокое самомнение, а у школьников – высокий уровень фрустрированности, робость и застенчивость;

- планировать решение существующей проблемы способны студенты с высоким уровнем интеллекта, а также смелые и решительные школьники;

- совладание с трудными ситуациями по типу «положительной переоценки» наблюдается у студентов жизнерадостных, спокойных, а также морально зрелых. У школьников на данную копинг-стратегию влияют такие личностные качества, как покорность, тактичность и ведомость;

- максимальное количество статистически достоверных корреляционных связей как у студентов, так и у школьников имеет копинг-стратегия «бегство-избегание». Вероятно, это объясняет

ся тем, что данная стратегия является самой неконструктивной и зависит от наличия у наших испытуемых определенного набора личностных качеств.

Литература

1. Аракелов Г.Г., Аршипова В.В., Жданова Г.Е. Стресс-факторы, влияющие на формирование психологической устойчивости личности в период студенчества // Психологическая наука и образование. – 2008. – № 2. – С. 52-59.
 2. Клиническая психология / под ред. М. Перре, У. Бауменна. – СПб.: Питер, 2002. – 1312 с.
 3. Корыткова Г.С. Защитное и совладающее поведение личности: теоретические основания. – Улан-Удэ: Изд-во Бурят. гос. ун-та, 2006. – 292 с.
 4. Крюкова Т.Л. Несовладающее поведение взрослых и детей, или Парадоксы социально-психологической адаптации в семье // Психология и практика: сб. науч. трудов / отв. ред. В.И. Кашинский. – Кострома: Изд-во КГУ им. Н.А. Некрасова, 2003–Вып. 3– С. 7-14.
 5. Мецераков И.А. Изучение жизненных проблем старшеклассников – методика и результаты исследования URL: http://fpo.ru/pp/mc_izich.html
 6. Мирзаянова Л.Ф. Адаптивные кризисы, переживаемые студентами в период вхождения в профессиональное образование и педагогическую деятельность // Психология обучения. – 2007. – № 4. – С. 4-18.
 7. Психология здоровья: учебник для вузов / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2003. – 607 с.
 8. Хватова М.В., Дьячкова Е.С. Влияние образовательной среды на психологическое здоровье студентов разных специальностей в процессе обучения // Психологическая наука и образование. – 2006. – № 3. – С. 74-86.
- Улеско Елена Николаевна – ассистент кафедры возрастной и педагогической психологии Бурятского государственного университета (Улан-Удэ). E-mail: ulesko3105@rambler.ru
 Ulesko Elena Nikolaevna – assistant of department of age and pedagogical psychology of Buryat State University (Ulan-Ude). E-mail: ulesko3105@rambler.ru

УДК 88.58

Д.А. Бутакова

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЙ ЗАЩИТНО-СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У УЧАЩИХСЯ ПРАВОСЛАВНОЙ ШКОЛЫ

В статье рассмотрены особенности проявления защитно-совладающего поведения у учащихся в православных школах на примере Иркутской православной женской гимназии во имя Рождества Пресвятой Богородицы. Данная статья будет интересна специалистам в области психологии религии, педагогической и медицинской психологии.

Ключевые слова: механизмы психологической защиты, копинг-стратегии, стресс, модели поведения, адаптация.

D.A. Butakova

PECULIARITIES OF DEFENSIVE AND COPING-BEHAVIOR OF ORTHODOX SCHOOL STUDENTS

The article describes the peculiarities of defensive and coping behavior among students in Orthodox schools on the example of Nativity of the Blessed Virgin Mary Irkutsk Orthodox girls' school. It can be of use for experts in psychology of religion, educational and medical psychology.

Key words: psychological defense, coping strategies, stress, behavior, adaptation.

В современных условиях к адаптивным возможностям психики предъявляются повышенные требования. Увеличивается число стрессовых факторов, к которым можно отнести экономические кризисы и преобразования, агрессивный информационный поток СМИ, падение нравственной культуры общества, трансформацию института семьи, превалирование у подростков компьютерного «общения» над общением со сверстниками и др. Все это может приводить к увеличению дезадаптации, особенно в подростковом возрасте. Для преодоления кризисных или жизненно трудных ситуаций индивид прибегает к защитно-совладающему поведению, которое включает

в себя неосознаваемые защитные механизмы и осознаваемые копинг-стратегии (Е.И. Чехлатый, И.В. Веселова, 1992). Последние направлены на активное изменение ситуации и удовлетворение значимых потребностей, а процессы защиты – на смягчение психического дискомфорта (Б.Д. Карвасарский). По определению В.А. Ташлыкова, защитные механизмы – это адаптивные механизмы, направленные на редукцию патогенного эмоционального напряжения, предохранение от болезненных чувств и воспоминаний и дальнейшего развития психологических и физиологических нарушений [2]. Копинг-поведение С.К. Нартова-Бочавер определяет как индивидуальный способ