

другой национальности, так как это неизбежно вызовет конфликты в семье. По мнению автора, в реальной жизни процент такой невозможности гораздо выше. Буквально каждый день слышишь о том, что та или иная пара не может пожениться, так как молодые люди являются представителями разных национальностей и пожениться им категорически запрещают родители. Бывает – и довольно часто, – что молодым людям приходится создавать семью не просто с человеком одного этноса, но даже с человеком из того же села или района. Чуть меньше – 13,33% студентов не может позволить себе брак с человеком другой национальности, так как не может нарушить семейные традиции. Думается, что данная и предыдущая формулировка где-то синонимичны, поскольку в обоих случаях речь идет о невозможности вступить в брак с человеком другого этноса по тем или иным семейным причинам. Этот факт указывает на большую роль, которую играет дагестанская семья в воспитании молодого человека. На этот же вопрос один студент (3,33%) ответил, что не хочет вступать в брак с представителем другой национальности из-за желания оградить своих детей от проблемы выбора национальности. Ответ «нет» на предложенный вопрос дали также 6,67% опрошенных студентов, поскольку они хотят, чтобы их дети были той же национальности, что и они сами. Как видим, мнение дагестанской молодежи по вопросу о национальности супруга разделилось поровну. Это свидетельствует о том, что вековая традиция создавать семью исключительно с представителем своей национальности теряет актуальность. Автор полагает, что такой процесс происходит благодаря – с каждым днем возрастающему – уровню межэтнической толерантности молодежи.

Таким образом, становится очевидным, что дагестанская семья играет, можно сказать, первостепенную роль в воспитании подрастающего поколения. Именно семья выступает мощным механизмом формирования личности молодого дагестанца.

### ЛИТЕРАТУРА

- Алиева Б. Ш. Этнопедагогика дагестанской семьи // Дис. ... д-ра педагогических наук. Пятигорск, 2006.
- Исрафилов Р. С. Духовно-нравственное воспитание учащихся на традициях народов Дагестана // Автореф. дисс. ... канд. педагогических наук. Махачкала, 2000.

### ДИНАМИКА СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ И РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

И. И. Ветрова

*м. н. с. лаборатории психологии развития  
Институт психологии РАН,  
Москва, e-mail: stranavetra@pisem.net*

**И**нтерес к проблеме совладающего поведения в последние годы неуклонно растет. Об этом свидетельствуют как многочисленные исследовательские работы, отраженные, например, в материалах первой международной научно-практической конференции по психологии совладающего поведения, состоявшейся в мае 2007 г. (Психология совладающего поведения, 2007), так и фундаментальные разработки в данной области (Совладающее поведение: современное состояние и перспективы, 2008). Как отмечают В. М. Ялтонский и Н. А. Сирота в настоящее время усиливается междисциплинарная тенденция развития исследований копинга на стыке медицинской психологии, психологии развития, психологии личности, социальной психологии, возрастной и педагогической психологии (Ялтонский, Сирота, 2008).

Копинг-поведением или совладающим поведением принято называть целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией, используя осознанные стратегии действий. Это сознательное поведение, направленное на активное взаимодействие субъекта с ситуацией – изменение ситуации (поддающейся контролю) или приспособление к ней (если ситуация не поддается контролю) (Крюкова, 2008b). Копинг-поведение реализуется на базе копинг-ресурсов при помощи копинг-стратегий. Копинг-ресурсы – это набор характеристик личности и социальной среды, позволяющих осуществлять оптимальную адаптацию к стрессовым ситуациям. Копинг-стратегии (стили совладающего поведения) – актуальные ответы личности на воспринимаемую угрозу.

\* Работа выполнена при поддержке РГНФ, грант № 08-06-00 325а.

Еще со времен первых исследований на Западе (Наан, 1965; Lazarus, Folkman, 1984) можно было выделить 2 основные тенденции исследования совладающего поведения: изучение ситуативных переменных и изучение личностных переменных копинг-поведения. В рамках исследования ситуативных переменных выявляются основные виды стратегий в особых трудных или напряженных ситуациях. Например, при невротических и психосоматических расстройствах (Абитов, 2007) или в дисфункциональной семье в период кризиса (Гущина, 2008). В рамках выделения личностных переменных исследователи определяют копинг-стили как привычные способы, используемые индивидами в стрессовых ситуациях, а также исследуются ресурсы копинг-поведения. Выделяются интеллектуальный ресурс (Холодная, 2008), когнитивные факторы (Хазова, 2008), оптимизм (Замышляева, 2005) и др.

Специфичным для российской психологии является исследование совладающего поведения в контексте субъектного подхода (Сергиенко, 2008; Крокова, 2008а, 2008б), где копинг-поведение рассматривается как поведение субъекта – осознанное и целенаправленное. Т. Л. Крюкова отмечает, что «совладающее поведение... является не пассивным отражением качеств личности и особенностей жизненной ситуации, с которой столкнулся человек, а «зеркалом» его субъектной активности» (Крюкова, 2008а, с. 89). При этом наиважнейшим критерием трудности ситуации, инициирующей копинг-поведение, является субъектное восприятие человеком. К критериям совладания как поведения субъекта, помимо осознанности и целенаправленности, относят также контролируемость, адекватность ситуации, значимость последствий выбора данного поведения, социально-психологическую обусловленность и принципиальную возможность обучения этому виду поведения. Понимание совладающего поведения осуществляется через анализ диспозиционного, динамического, регулятивного и социокультурного компонентов психологии субъекта (Крюкова, 2008б).

Не меньшее внимание в современных исследованиях уделяется онтогенетическим аспектам совладания (Виленская, 2008; Куфтяк, 2008). При этом все чаще в подобных исследованиях используется метод лонгитюда. Например, О. Б. Подобина и Ю. В. Ковалева использовали лонгитюдный метод в исследованиях, посвященных периоду беременности (Подобина, 2005; Ковалева, 2008).

Нам представляется интересной и перспективной задача изучить процесс становления стиля совладания в подростковом возрасте методом лонгитюда. При этом мы рассматриваем совладающее поведение как один из механизмов саморегуляции, вписанный

в единую, более широкую структуру регулятивного поведения, наряду с контролем поведения и психологической защитой (Сергиенко, Ветрова, 2004). Психологическую защиту относят к наименее осознаваемому уровню регуляции. Контроль поведения – конструкт, выделенный как основа в становлении саморегуляции человека, охватывающий индивидуальные ресурсы адаптивного поведения, включая когнитивный контроль, эмоциональную регуляцию и произвольный/волевой контроль. Контроль поведения имеет многоуровневое строение и предполагает участие как неосознаваемых, так и осознаваемых звеньев психической регуляции (Сергиенко, 2008). Копинг-поведение – осознаваемое, целенаправленное поведение, направленное на преодоление стрессовых состояний. Попытка связать разные формы регулятивного поведения предполагает анализ их становления и соотношения в развитии человека.

По многочисленным данным, становление стилей совладающего поведения приходится на подростковый возраст (например, Frydenberg, 2004). В исследовании С. А. Хазовой (Хазова, 2002) выявлено, что активное развитие стиля совладающего поведения происходит в подростковом и юношеском возрасте в условиях активного взаимодействия с родителями и сверстниками. Нам было важно отследить этот процесс на одних и тех же испытуемых с учетом взаимосвязанных механизмов саморегуляции.

В нашем исследовании приняли участие подростки в период от 14 до 18 лет. Предполагается, что в этом возрасте контроль поведения, гипотетически, сформирован в большей степени, чем стили совладающего поведения. Также большой интерес для нас представляют возрастные и половые различия при использовании совладающего поведения. Исследование Э. Фрайденберг (Frydenberg, 2004), показало, что пик использования непродуктивных стратегий совладания у девочек приходится на 12–14 лет, а у мальчиков – на 14–16.

Соотношение совладающего поведения и психологической защиты – не менее актуальная тема ввиду существования определенной дихотомии в понимании копинг-стратегий и психологических защит. Эти понятия достаточно тесно связаны, однако имеют разный характер. Принципиальным отличием является осознанность и контролируемость поведения самим индивидом в ситуации копинг-поведения. Кроме того, существует принципиальная возможность обучения совладанию и применению осознанных копинг-стратегий. Таким образом, мы предлагаем рассматривать механизмы психологической защиты и совладающее поведение в единстве их функций и оценивать их как связанные, но разные механизмы, которые имеют равноценное значение в механизме саморегуляции наряду с контролем поведения.

**Гипотезой** нашего исследования стало предположение о том, что становление стилей совладающего поведения происходит в подростковом возрасте через встраивание данного конструкта в систему регуляции поведения наряду с контролем поведения и психологической защитой.

**Цель** исследования – изучение соотношения совладающего поведения, контроля поведения и психологических защит в подростковом возрасте методом лонгитюда. Именно использование данного метода дало нам основание говорить о динамике совладающего поведения в подростковом и раннем юношеском возрасте.

Приоритетными **задачами** стало выявление динамики совладающего поведения, половых различий в использовании копинга, а также выявление динамики соотношения копинг-поведения с контролем поведения и психологическими защитами.

В нашем лонгитюдном исследовании приняли участие 43 подростка (24 мальчика и 19 девочек). Данные собраны по 5 точкам исследования с шагом в 1 год. Средний возраст участников на момент первого обследования 14,3 года, на момент последнего – 18,5 лет. Именно здесь проявилась главная проблема лонгитюдного метода – отсеивание участников (изначально в исследовании принимало участие 80 подростков). Вторую проблему при использовании данного метода – снижение валидности исследования ввиду повторения проб с одними и теми же методиками – мы постарались избежать, проводя исследование только раз в год (в каждом новом учебном году). Также полученные данные были сравнены с аналогичными данными, полученными методом поперечных срезов.

Были использованы следующие методики:

- Для изучения копинг-поведения подростков: ЮКШ – «Юношеская копинг-шкала» Фрайденберг и Льюис в адаптации Т. Л. Крюковой.
- Для оценки уровня когнитивной составляющей контроля поведения: «Стилевые особенности саморегуляции поведения» (ССП-98) В. И. Моросановой.
- Для оценки уровня эмоциональной составляющей контроля поведения методика Self Report Emotional Intelligence Test (SREIT), сконструированная на базе ранней модели Дж. Мэйера и П. Сэловея Н. Шутте с коллегами.
- Для оценки контроля действий как компонента контроля поведения «Шкала контроля за действием» Ю. Куля в адаптации Шапкина (контроль действий).
- Для изучения психологических защит подростков использовалась методика «Индекс жизненного стиля» Келлермана –

Плутчика. Эта методика была введена в исследование с 3-го года лонгитюда.

Полученные данные ежегодно сравнивались с данными прошлого года, а также между собой по половому признаку и уровню развития выделенных составляющих регуляции поведения. Использовались статистические критерии: 1) коэффициент ранговой корреляции Спирмана  $r_s$  для определения связи между отдельными шкалами; 2) критерий U Манна–Уитни для определения достоверности различий по группам; 3) критерий T Вилкоксона для выявления сдвига в значениях исследуемых признаков.

При рассмотрении динамики копинг-стиля можно отметить, что в целом стиль остается достаточно стабильным. Наиболее часто используемыми являются продуктивные и социальные стратегии, такие как «решение проблем» (частота использования колеблется в пределах 72–84 баллов), «работа, достижение» (72–80 баллов), «социальная поддержка» (68–72 балла), «друзья» (72–76 баллов), «позитивный фокус» (70–75 баллов), «отвлечение» (70–77 баллов) и «активный отдых» (70–77 баллов). В числе наименее используемых стратегий находятся преимущественно непродуктивные стратегии, такие как «несовладание» (36–48 баллов), «разрядка» (32–36 баллов), «общие действия» (35–40 баллов). Также в число наименее используемых стратегий попадает «профессиональная помощь» (40–45 баллов). Мы предполагаем, что это связано с труднодоступностью такой помощи и низкой информационной поддержкой.

При сравнении копинг-стилей мальчиков и девочек было выявлено, что динамика копинг-стиля мальчиков отличается большей вариативностью, у девочек стиль более стабилен. При этом половых различий выявлено не очень много. В 14 лет девочки реже мальчиков прибегают к «игнорированию» ( $U=2,33$ ,  $p=0,019761$ ) и «профессиональной помощи» ( $U=1,99$ ,  $p=0,046463$ ), но при этом чаще – к «духовности» ( $U=-2,3$ ,  $p=0,021687$ ). В 15 лет мальчики чаще используют «общие действия» ( $U=-2,36$ ,  $p=0,018121$ ), а девочки – «надежду на чудо» ( $U=2,42$ ,  $p=0,015346$ ). К 16 годам мальчики также чаще используют «общие действия» ( $U=2,65$ ,  $p=0,008058$ ), а также «активный отдых» ( $U=2,1$ ,  $p=0,035629$ ). Девочки же чаще предпочитают «разрядку» ( $U=-2,04$ ,  $p=0,041102$ ) и опять «духовность» ( $U=-2,29$ ,  $p=0,022256$ ). В 17 лет мальчики чаще девочек используют «решение проблемы» ( $U=2,23$ ,  $p=0,025653$ ) и «активный отдых» ( $U=2,77$ ,  $p=0,005609$ ), а девочки – «разрядку» ( $U=-2,27$ ,  $p=0,023352$ ) и «духовность» ( $U=-1,98$ ,  $p=0,047406$ ). К 18 годам тенденция сохраняется: мальчики чаще отдают предпочтение «общим действиям» ( $U=2,3$ ,  $p=0,021718$ ) и «активному отдыху» ( $U=3,2$ ,

$p=0,001375$ ), а девочки – «разрядке» ( $U=-2,44$ ,  $p=0,014840$ ) и «духовности» ( $U=-2,03$ ,  $p=0,042005$ ). Таким образом, можно отметить, что мальчики по сравнению с девочками чаще используют различные стратегии отвлечения, а девочки по сравнению с мальчиками – эмоциональные стратегии.

В области контроля поведения и психологических защит половых различий совсем немного. В 14 лет у девочек более высокие показатели по шкале «программирования» когнитивной составляющей контроля поведения ( $U=-2,03$ ,  $p=0,042330$ ), в 15 и 16 лет опять же у девочек выше показатели контроля действий пре неудаче (компонент контроля поведения) ( $U=-2,57$ ,  $p=0,010286$ ;  $U=-2,07$ ,  $p=0,038476$  соответственно), а в 17 и 18 лет девочки доминируют по оценке эмоций (шкала эмоционального компонент контроля поведения) ( $U=-2,11$ ,  $p=0,034619$ ;  $U=-2,34$ ,  $p=0,019360$ ). В области психологических защит в 16 лет половых различий не выявлено, в 17 лет мальчики чаще девочек прибегают к «вытеснению» ( $U=2,83$ ,  $p=0,004684$ ), а в 18 лет у девочек по сравнению с мальчиками преобладает использование защиты «реактивные образования» ( $U=-2,04$ ,  $p=0,041853$ ).

При выявлении различий по годам можно выделить несколько общих тенденций: количество изменений по шкалам контроля поведения неизменно постепенно растет и у мальчиков, и у девочек; количество изменений по психологическим защитам достаточно стабильно, однако у девочек по сравнению с мальчиками изменений больше. По копинг-стратегиям мы видим сначала достаточно стабильный и невысокий уровень количества изменений, но между 17 и 18 годами происходит значительный скачок. Если на ранних этапах было отмечено статистически значимое снижение частоты использования некоторых непродуктивных стратегий («несовладание», «общие действия», игнорирование»), а также стратегии «профессиональная помощь», то на этапе от 17 к 18 годам выявлены статистически значимые различия по 17 копинг-стратегиям из 18. Именно в этом возрасте подростки оканчивают школу и большинство из них поступает в высшие учебные заведения. Образ жизни молодых людей меняется достаточно кардинально, и вместе с ним меняются сознательные стратеги совладания (что также может быть связано с изменением трудных жизненных ситуаций или же представлений о них). При подробном рассмотрении видно, что возрастает частота обращения к продуктивным стратегиям («социальная поддержка», «решение проблем», «работа, достижение», «позитивный фокус»), а также к стратегии «активный отдых». И идет резкое снижение частоты обращения к непродуктивным стратегиям («несовладание»,

«разрядка», «уход в себя», «самообвинение»). Таким образом, можно говорить о том, что копинг-стиль становится более продуктивным. Что согласуется с данными многих исследователей (см., напр., Крюкова, 2008b). Однако стоит отметить, что подростки с высоким уровнем контроля поведения активно используют все три вида копинг-стратегий, успешно подбирая свой вид копинг-поведения к каждой конкретной ситуации.

Корреляционный анализ дает основание считать, что девочки по сравнению с мальчиками, особенно в юношеском возрасте, более вариативны в выборе способов преодоления трудных жизненных ситуаций. У них значительно меньше связей между компонентами саморегуляции: совладающим поведением, контролем поведения и психологической защитой. Если в 14 лет и у мальчиков, и девочек выявлено по 30 связей между копинг-стратегиями и шкалами контроля поведения, то к 18 годам у девочек выявлено всего 7 связей, в то время как у мальчиков – 45. При этом все связи на уровне коэффициента корреляции  $r_s$  0,4–0,6 с уровнем значимости  $p \leq 0,05$ . Также у мальчиков выявлено больше отрицательных связей копинг-стратегий с компонентами контроля поведения. Эти связи выявлены преимущественно у непродуктивных стратегий. У девочек преобладают положительные связи шкал контроля поведения с продуктивными и социальными копинг-стратегиями. Связи между копинг-стратегиями и психологическими защитами также преимущественно при этом положительные и у мальчиков, и у девочек. Что может говорить о включении некоего комплекса из защит и копинга в трудной ситуации. При этом у девочек в 14 лет связей больше, чем у мальчиков, а к 18 годам – меньше.

На основании полученных данных можно сделать следующие выводы:

- 1 Совладающее поведение, контроль поведения и психологические защиты являются тесно связанными конструктами в едином механизме саморегуляции.
- 2 Стиль совладания у мальчиков более вариативен, чем у девочек. Общий «скачок» в динамике стиля совладания приходится на период выпуска из школы и поступления в вузы.
- 3 Динамика стилей совладания связана с динамикой контроля поведения и психологических защит.
- 4 Выявленные половые различия указывают на большую вариативность в выборе способов преодоления трудных жизненных ситуаций у девочек по сравнению с мальчиками.

- 5 Мальчики на протяжении 14–18 лет чаще используют стратегии отвлечения, девочки отдают предпочтение эмоциональным стратегиям совладания.
- 6 Процесс становления стилей совладания происходит на уровне встраивания копинг-стратегий в механизм саморегуляции. При этом количество связей у мальчиков повышается на протяжении 14–18 лет, а у девочек – наоборот снижается.

В заключение хочется отметить, что описанные результаты неокончательные. Планируется более подробное изучение данных с использованием регрессионного анализа, а также детальное сравнение с результатами, полученными методом поперечных срезов.

### ЛИТЕРАТУРА

*Абитов И. Р.* Антиципационная состоятельность в структуре совладающего поведения (в норме и при соматических и невротических расстройствах) // Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Казань, 2007.

*Виленская Г. А.* Стратегии контроля поведения как предшественники копинг-стратегий у детей-близнецов раннего возраста // *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 308–327.

*Гущина Т. В.* Защитное и совладающее поведение в дисфункциональной семье в период кризиса // *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 157–178.

*Замышляева М. С.* Оптимизм в структуре психологического совладания личности. Дисс. ... канд. психол. наук. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2005.

*Ковалева Ю. В.* Стратегии совладания как характеристики семейного субъекта в пренатальный период // *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 401–415.

*Крюкова Т. Л.* Человек как субъект совладающего поведения // *Психологический журнал*. 2008а. Т. 29. № 2. С. 88–95.

*Крюкова Т. Л.* Человек «совладающий»: качества субъекта и его совладающее поведение // *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008б. С. 257–273.

*Куфтяк Е. В.* Совладающее с трудностями поведение в семье // *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 365–384.

*Подобина О. Б.* Совладающее поведение женщины на этапе принятия роли матери // Дисс. ... канд. психол. наук. Кострома, 2005.

*Психология совладающего поведения: материалы международной научно-практической конференции* / Отв. ред. Е. А. Сергиенко, Т. Л. Крюкова. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2007.

*Сергиенко Е. А.* Субъектная регуляция совладающего поведения // *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 67–83.

*Сергиенко Е. А., Ветрова И. И.* Соотношение и взаимосвязь контроля поведения и стратегий совладания развивающейся личности // *Научный поиск. Сборник научных работ студентов, аспирантов и преподавателей. Вып. 5.* Ярославль: Ярославский государственный университет, 2004.

*Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008.

*Хазова С. А.* Совладающее поведение одаренных старшеклассников // Дис. ... канд. психол. наук. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2002.

*Хазова С. А.* Роль когнитивных факторов в совладании с жизненными трудностями // *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 274–288.

*Холодная М. А.* Стили совладания в юношеском возрасте в контексте проблемы интеллектуального контроля совладающего поведения // *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 84–96.

*Ялтонский В. М., Сирота Н. А.* Психология совладающего поведения: развитие, достижения, проблемы, перспективы // *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой. Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 21–54.

*Haan N.* Coping and defense mechanisms related to personality inventories / N. Haan // *Journal of Consulting Psychology*. 1965. Vol. 29. P. 373–378.

*Lazarus R. S., Folkman S.* Stress, appraisal and coping. N. Y.: Springer Publishing House, 1984.

*Frydenberg E.* Coping competencies: what to teach and when // *Theory Into Practice*. Wntr. 2004. P. 43–66.