

СООТНОШЕНИЕ РАЗНОУРОВНЕВЫХ МЕХАНИЗМОВ РЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ*

И. И. Ветрова (Москва)

Соотношение совладающего поведения и психологических защит, а также их природа все еще являются одной из актуальных и дискуссионных тем современной психологии (Никольская, Грановская, 2001; Кружкова, Шахматова, 2006; Lazarus, 1999; Наан, 1977; Абитов, 2007; Либина, 2008). Изначально многие исследователи, занимающиеся данными вопросами, не проводили четкой границы между понятиями «психологическая защита» и «копинг-поведение» (или совладание). Например, Дж. Вейллант (Vaillant, 1977) считал все адаптивные механизмы Я защитными. Р. Лазарус (Lazarus, 1999), наоборот, рассматривает психологическую защиту как пассивное копинг-поведение. В свете представления о психологических защитах и копинг-стратегиях как механизмах, направленных на адаптацию в ситуации психологического напряжения, мы предлагаем рассматривать их как взаимодополняющие и компенсирующие друг друга, представляющие в комплексе единый континуум защитного поведения от осознаваемых до неосознаваемых защитных механизмов.

Подход к поиску единых механизмов человеческой адаптации в работах И. Р. Абитова (Абитов, 2007) и Е. В. Либиной (Либина, 2008) очень близок гипотезе о регулятивной функции субъекта – контроле поведения (Сергиенко, 2009). И можно сделать предположение, что профиль контроля поведения, как своеобразное соотношение когнитивного, эмоционального и волевого компонентов, будет связан с типами стратегий совладения и видами предпочитаемых психологических защит. Т. е. уровень и особенности субъектной организации, степень зрелости, как согласованность ценностей личности и интегративных возможностей субъекта реализовать задачу, будут определять возможности использования определенных психологических защит и копинг-стратегий в диапазоне от полностью осознаваемых до неосознаваемых. Именно контроль поведения будет обеспечивать ресурсную основу стратегий совладания и в наибольшей степени – проактивного совладания, в то время как психологические защиты, не теряя связи с контролем поведения и совладанием, будут опираться на более глубокие механизмы.

* Исследование проведено при финансовой поддержке РГНФ (проект № 13-06-00684а).

В нашем исследовании приняли участие 74 школьника в возрасте 14–18 лет (36 юношей и 38 девушек). Были использованы следующие методики.

Для оценки когнитивного компонента контроля поведения была использована методика «Стилевые особенности саморегуляции поведения – ССП-98» (Моросанова, 2001). Для оценки волевого компонента контроля поведения был использован опросник «Шкала контроля за действием» (НАКЕМР-90) Ю. Куля (Шапкин, 1997). Для оценки эмоционального компонента контроля поведения был использован опросник, разработанный Н. Шуте с коллегам (Schutte et al., 1998; Садокова, 2001; Ветрова, 2011).

Для оценки уровня напряженности психологических защит использовалась методика «Индекс жизненного стиля» (Plutchik, Kellerman, Conte, 1979; Романова, Гребенников, 1996).

Для оценки актуальных стратегий совладания был использован «Опросник способов совладания» (Folkman, Lazarus, 1988; Крюкова, 2010). Для оценки проактивного совладания использовался опросник «Проактивное совладающее поведение» (Greenglass, 2001; Лукина, Старченкова, 2007; Старченкова, 2007).

Математико-статистическая обработка результатов исследования включала корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции Спирмена) и применение непараметрических критериев оценки достоверных различий между несвязанными выборками (критерий Манна–Уитни).

Ввиду того что статистически значимых возрастных и половых различий не было обнаружено в области контроля поведения и по показателям совладающего поведения, а также не было выявлено возрастных различий ни по одному показателю, было принято решение считать всю исследуемую группу достаточно однородной, без деления на половые и возрастные подгруппы.

В целом по группе можно говорить об относительно стабильном периоде развития контроля поведения, без ярко выраженных перекосов в сторону какой-либо составляющей. В своих более ранних исследованиях мы обнаружили, что именно волевой компонент формируется раньше, чем когнитивный или эмоциональный, и к подростковому возрасту является наиболее стабильным (Ветрова, 2010). Следовательно, понятна его большая задействованность в регуляции поведения в раннем юношеском возрасте. В области механизмов регуляции поведения в трудных жизненных ситуациях было обнаружено, что наиболее часто используемыми в раннем юношеском возрасте актуальными стратегиями совладания являются стратегии «Самоконтроль» и «Положительная переоценка», а проактивными стратегиями – «Проактивное преодоление» и «Рефлексивное преодоление». Однако преобладание данных стратегий совладания наблюдается только на уровне тенден-

ции, при сохранении высокой частоты использования и других копингов, как актуальных, так и проактивных. Все преобладающие стратегии относятся к стратегиям активной работы с трудной жизненной ситуацией, способствующим продуктивному ее разрешению. Среди психологических защит наиболее используемыми у подростков исследуемой группы являются «Отрицание» и «Проекция» – защиты, характерные для данного возраста.

Корреляционный анализ между шкалами контроля поведения и защитными стратегиями показал наличие непротиворечивых связей. Всего выделено 42 связи с уровнем значимости $p < 0,05$. На основании этого анализа можно отметить, что наиболее связанным с контролем поведения оказалось проактивное совладание. Причем реализация этого более высокого уровня совладающего поведения заметно сопряжена именно с эмоциональной регуляцией, как направленная на регуляцию эмоционального состояния в возможных трудных жизненных ситуациях и оперирующая ресурсами эмоционального контроля. Из актуальных копинг-стратегий наиболее связанными с контролем поведения оказались стратегии, направленные на разрешение трудных жизненных ситуаций и избегание их, что может говорить о том, что контроль поведения, а именно преимущественно когнитивная его составляющая, является ресурсной основой для реализации совладающего поведения в актуальной трудной жизненной ситуации. Психологические защиты наименее связаны с контролем поведения, и большая часть выявленных связей носит компенсаторный характер. Также обращает на себя внимание отсутствие связей между защитами и эмоциональным компонентом контроля поведения, что может быть объяснено блокированием негативных эмоций в ситуации актуализации психологических защит.

На следующем этапе анализа были выделены контрастные группы по уровню развития контроля поведения: с высоким уровнем контроля поведения (всего 17 чел., 9 юношей и 8 девушек) и с низким уровнем контроля поведения (всего 25 чел., 11 юношей и 14 девушек).

Первичное сопоставление данных выявленных контрастных групп показало, что статистически значимые различия между группами выявляются только по 3 показателям проактивного совладания: «Проактивное преодоление», «Рефлексивное преодоление» и «Поиск инструментальной поддержки», которые статистически значимо чаще используются подростками с высоким уровнем контроля поведения ($U=109$, $p=0,008$; $U=98$, $p=0,003$; $U=129$, $p=0,032$ соответственно).

Сопоставление контрастных групп по уровню развития отдельных составляющих контроля поведения заметно дополняет корреляционный анализ, на основании которого можно сделать вывод, что при наличии достаточно большого количества связей отдельных шкал контроля поведения со стратегиями совладания и защитами, эти связи не могут однозначно свидетельствовать о прямой связи этих показателей. Важ-

но отметить, что имеет значение уровень агрегации контроля поведения: для реализации более высокого уровня совладания – проактивного важен именно общий уровень контроля поведения. Отдельные же его составляющие имеют большее значение при реализации защит и актуальных стратегий совладания.

Также можно отметить разную структуру дифференциации стратегий совладания и защитных механизмов в группах с высоким и низким уровнем контроля поведения. В группе с высоким уровнем контроля поведения можно выделить несколько согласованных блоков защитно-совладающего поведения: уход от решения проблемы с помощью защит и актуальных стратегий совладания, поиск поддержки на проактивном и актуальном уровне, превентивное преодоление, блокирующее защиты. В группе с низким уровнем контроля поведения, при сохранении блока поиска поддержки, идентифицируется еще один большой блок стратегий и защит, где доминирует рефлексивное преодоление и планирование решения проблем с опорой на защиты, которые, видимо, заполняют дефицит контроля поведения.

Уже полученные данные позволяют представить роль контроля поведения в общей системе защитно-адаптивного поведения, как основополагающую. Чем выше уровень контроля поведения, тем быстрее происходит включение осознаваемых механизмов совладания с трудными жизненными ситуациями и вытеснение ими бессознательных защит. Однако это предположение будет проходить дополнительную проверку в ходе работ следующего этапа.

Литература

- Ветрова И. И.* Сравнение динамики психологических механизмов регуляции поведения (совладания, психологических защит и контроля поведения) у подростков в лонгитюдном исследовании и методом срезов // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. 2009. Т. 15. № 4. С. 233–237.
- Сергиенко Е. А.* Контроль поведения: индивидуальные ресурсы субъектной регуляции // Психологические исследования: электронный научный журнал. 2009. № 5 (7). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 13.06.2015 г.).
- Lazarus R. S.* Stress and emotion: A new synthesis. N. Y.: Springer, 1999.
- Vaillant G. E.* Adaptation to Life. Boston, MA: Little, Brown, 1977.