УДК 316.89

ББК 88.5

DOI: 10.33065/2307-1052-2019-1-27-86-91

Особенности выбора копинг-стратегий в конфликтной ситуации учащимися военного училища и гимназистами

Зинурова Римма Рефкатовна,*кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, г. Ульяновск, Россия***Митрохина Дарья Игоревна,***магистрант кафедры психологии, Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, г. Ульяновск, Россия*

Аннотация. При сравнении выборов копинг-стратегий учащимися Суворовского военного училища и гимназистами (обе группы – восьмиклассники) значимые различия были обнаружены в отношении копинга «принятие ответственности». Стратегия «принятие ответственности» наиболее предпочитаема суворовцами и находится в зоне значимых различий. Такие стратегии как «конфронтационный копинг», «дистанцирование», «бегство-избегание», «самоконтроль», «поиск социальной поддержки» одинаково часто избираются в обеих исследуемых группах. В группе суворовцев чаще всего избираются стратегии «поиск социальной поддержки» и «самоконтроль». Учащиеся военного училища и гимназисты стремятся не давать волю своим эмоциям в конфликтных и трудных ситуациях, но частое использование такой стратегии может привести к эмоциональному срыву. Авторы призывают к разработке новых программ повышения адаптивного потенциала личности подростков.

Ключевые слова: психология, психологические ресурсы, копинг-стратегии, копинг-стратегии учащихся, стратегии преодоления, продуктивное решение конфликтов, принятие ответственности, конфронтационный копинг, самоконтроль, поиск социальной поддержки, Ульяновское гвардейское суворовское военное училище, учащиеся суворовского военного училища, суворовцы, гимназисты, восьмой класс обучения, подростковый возраст, конфликты, совладающее поведение, адаптивный потенциал личности.

Coping Strategies in Conflict Situation Chosen by Students of Military Schools and Gymnasiums

Zinurova Rimma R.,*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology, Ulyanovsk State Pedagogical University named after I.N. Ulyanov, Ulyanovsk, Russia*

Mitrokhina Daria I.,

Master Student, Department of Psychology, Ulyanovsk State Pedagogical University named after I.N. Ulyanov, Ulyanovsk, Russia

Abstract. When comparing copying strategies of Suvorov Military School and high-school students, there were found significant differences. The strategy of “taking responsibility” is mostly preferred by Suvorov students. Such strategies as “confrontational coping”, “distancing”, “flight-avoidance”, “self-control”, “search for social support” are equally often elected by both groups under research. Within Suvorov students the strategies of “seeking social support” and “self-control” are also often chosen. Military school students and gymnasium students tend not to give vent to their emotions in conflict and difficult situations, but the frequent use of such a strategy can lead to an emotional breakdown. The authors call for the development of new programs to improve the adaptive potential of the personality of adolescents.

Keywords: psychology, psychological resources, copying strategies, student copying strategies, copying strategies, productive conflict resolution, acceptance of responsibility, confrontational copying, self-control, search for social support, Ulyanovsk Suvorov Military School, Suvorov Military School students, Suvorov students, gymnasium students, eighth year of education, adolescence, conflicts, copying behaviour, adaptive potential of the individual.

Повседневные условия жизни в России сопряжены сегодня с целым рядом разнообразных проблем, необходимость решения которых ведет к стрессам и постоянному внутреннему напряжению. Высоко конкурентные среды характеризуются потенциальной конфликтностью ситуаций взаимодействия. Для продуктивного решения конфликтов индивиду необходимо мобилизовывать все имеющиеся у него внутренние и внешние ресурсы, а также прибегать к определенным стратегиям преодоления [Битюцкая 2011; Карвасарский, Абабков, Васильева, Исурина 2007; Крюкова 2008; Маклаков 2005; Муздыбаев 1998; Набиуллина, Тухтарова 2003; Хазова 2007; Lazarus 1991].

Удовлетворенность жизнью и учебная успешность подростка, а также позитивные взаимоотношения с родителями и сверстниками во многом зависят от эффективности совладающего поведения, от доминирующих копинг-стратегий, а также от копинг-ресурсов молодого человека [Тышкова 1987; Казанская 2011; Lewis, Michalson 1983]. К сожалению, феномен преодолевающего поведения в данном периоде остается мало изученным, работ по этой теме не много [Шеховцов 2004; Тышкова 1987; Казанская 2011; Гончарова 2006 и некоторые другие]. При разработке копинг-стратегий зачастую не учитываются особенности подросткового возраста, а также конкретная специфика трудности/проблемы и индивидуальное отношение ребенка к ней [Нартова-Бочавер 1997; Набиуллина, Тухтарова 2003; Карвасарский, Абабков, Васильева, Исурина 2007; Крюкова Т. Л., Куфтяк 2007; Муздыбаев 1998; Lazarus, Folkman 1984; Lazarus, Folkman 1987; Thoits 1984].

Большое количество теоретических исследований и случаев из педагогической практики указывают на то, что именно в подростковом возрасте особенно ярко проявляется кризисность отношений [Казанская 2011; Тышкова 1987; Шеховцов 2004; Lewis M., Michalson 1983]. Почвой для этого служит маргинальность возраста, изменение характера межличностных отношений, возникновение субъективной оценки происходящих событий, становление личного мнения. Все перечисленные особенности способствуют

возникновению конфликтных ситуаций, и подросткам приходится вырабатывать универсальную для себя систему/схему поведения и действий (копинг-стратегий), направленных на преодоление порождаемых конфликтами трудностей.

Многие исследователи указывали на то, что активное становление копинг-стратегий происходит именно в подростковом возрасте [Тышкова 1987], [Хазова 2007], [Крюкова 2008].

Говоря об учащихся Ульяновского гвардейского суворовского военного училища (далее – Суворовского военного училища), следует отметить особые условия жизни, режима, организации воспитания и обучения. К учащимся предъявляется ряд особенно повышенных и специфических требований, диктуемых спецификой учебного заведения и процессом обучения в нем. Данные обстоятельства служат источником возникновения конфликтных ситуаций, требующих от подростков самостоятельности в преодолении их. Копинг-стратегии учащихся – это и есть основной ключ к продуктивному решению проблем. Именно они помогают в поиске наиболее оптимального пути разрешения противоречия.

Военная подготовка в суворовских училищах является начальной ступенью поэтапного, непрерывного обучения будущих офицеров вооруженных сил Российской Федерации. Дети могут поступить в данное училище после окончания 4-го класса, длительность обучения 7 лет. Обучение происходит шесть дней в неделю с одним выходным днем. Распорядок дня отражает систему обязательных ежедневных и специальных торжественных мероприятий и церемоний.

Поступая в суворовское военное училище, подростки вступают в новый этап жизни, знаменующийся особыми трудностям и переживаниями: учебная программа характеризуется значительным расширением и усложнением в сравнении с обычной школьной программой; подростковый период совпадает со временем начала учебы в заведении закрытого типа. Именно в подростковом возрасте происходят серьезные изменения на физиологическом и психологическом уровне. Воспитание в этом возрасте трудно осуществлять, т.к. дети испытывают частую смену настроения, резкие эмоциональные колебания, их поведение непостоянно, возможны резкие перемены физического состояния и самочувствия [Казанская 2011]. Кроме того, происходит адаптация к новым социальным условиям, где особо следует выделить моногенную среду. У подростков коренным образом меняется круг и характер общения: резко ограничиваются контакты с близкими и прежними референтными группами; возникает необходимость приспосабливаться к новому однополуму коллективу, а также к строго регламентированным условиям жизнедеятельности, основаным на повышенном требовании к дисциплине [Шеховцов 2004].

Межличностные взаимоотношения учащихся осуществляются в учебной военно-профессиональной, бытовой и досуговой сферах. Взаимоотношения определяются содержанием и целями совместной жизнедеятельности, характером руководства, особенностями среды, организацией жизни и быта. Взаимоотношения между подростками имеют свою специфику, поскольку жизнь воинского коллектива заметно отличается от существования прочих социальных групп. Прежде всего, это строгая иерархичность отношений, влияние на межличностные взаимоотношения военной статусно-ролевой структуры. Суворовцы очень часто вступают во взаимоотношения «старший – младший» по воинскому званию, должности, специальным обязанностям, сроку службы, уровню подготовки и т.д. Это неравенство статусов может носить как постоянный характер (офицер – сержант), так и временный (дежурный по общежитию – военнослужащий, проживающий в общежитии). Привыкнуть и приспособиться к военной жизни нелегко. Скученность, постоянное пребывание на виду у других приводят к множеству проблем, решать которые суворовцам приходится большей частью самостоятельно.

Оказавшись в конфликтной ситуации, подростки прибегают к определенным стратегиям и используют определённые ресурсы, с помощью которых они пытаются справиться с возникшей проблемой. Такое поведение человека называют преодолевающим поведением [Крюкова 2008]. Средством для преодолевающего поведения выступают копинг-стратегии.

Стратегии обладают различной степенью адаптивности. Выделяют три степени адаптивных возможностей копинг-стратегий: 1) адаптивные, 2) частично адаптивные, 3) неадаптивные. Обычно копинг-стратегии реализуются в поведенческой, когнитивной и в эмоциональной сферах [Карвасарский, Абабков, Васильева, Исурина 2007].

В своем личностном становлении и психологическом развитии, а также при освоении окружающего мира подросток сталкивается с новыми, непривычными для него ситуациями. Данный опыт не всегда может носить позитивный характер и иметь благополучный исход, что зачастую приводит к глубоким разочарованиям [Маклаков 2005].

Сложные ситуации требуют от подростка достаточных умений, возможностей и способностей для управления возникшими трудностями. Недостаточность этих ресурсов может привести к снижению социальной активности человека и его интереса к окружающему миру. Этим определяется актуальность темы нашего исследования.

Цель исследования: выявить особенности выбора копинг-стратегий в конфликтной ситуации у подростков – учащихся Ульяновского гвардейского суворовского военного училища и учащихся гимназии № 1 города Ульяновска.

Наше исследование проводилось в двух направлениях. В рамках первого направления исследовались копинг-стратегии в конфликтной ситуации у подростков, учащихся гимназии. В рамках второго направления исследовались особенности выбора копинг-стратегий в конфликтной ситуации учащимися Суворовского училища. В исследовании приняли участие 30 восьмиклассников Суворовского военного училища и 30 восьмиклассников-гимназистов.

Использовался следующий **психодиагностический инструментарий**: Опросник «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус) [Крюкова, Куфтяк 2007]; Методика «Диагностика копинг-механизмов» (Э. Хайм) [Набиуллина, Тухтарова 2003]. Результаты эмпирического исследования были подвергнуты математической обработке с использованием непараметрического критерия Манна-Уитни.

При диагностике способов совладающего поведения было обнаружено следующее. Стратегия «планирование решения проблем» выступает одной из доминирующих стратегий как у обычных школьников (среднее значение 11,3), так и у суворовцев (среднее значение 12,7). Подростки опираются на целенаправленный анализ ситуации вместе с прогнозированием возможных вариантов поведения, за счет чего определяется целесообразность тех или иных действий в данной ситуации. Положительная переоценка более предпочтительна для учащихся военного училища (среднее значение 13,6). Можно предположить, что находясь под постоянным подчинением и жестким контролем во всех сферах деятельности, у подростков нередко могут возникать негативные ощущения и стрессы, с которыми можно справиться с помощью положительной переоценки. Тем не менее, школьники также достаточно высоко оценили данную стратегию (среднее значение 10,8). В стратегии «самоконтроль» средние значения выше у учащихся Суворовского военного училища (среднее значение 13,3). У школьников данная стратегия также оценена высоко (среднее значение 10). Это говорит о том, что наши респонденты чаще всего пытаются справиться с негативными переживаниями путем целенаправленного сдерживания/подавления эмоций.

В одинаковой степени у учащихся военного училища и школьников проявляются стратегии «конфронтационный копинг», «дистанцирование» и «бегство-избегание».

Стратегию «поиск социальной поддержки» предпочитают избирать подростки обеих групп. Данная стратегия предполагает попытки разрешения проблемы за счет привлечения внешних (социальных) ресурсов, поиска информационной, эмоциональной и действенной поддержки через взаимодействие с другими людьми.

Значимые различия были обнаружены в стратегии «принятие ответственности» ($U_{эмп} = 206,5; p_{ир} \leq 0,05$). Учащиеся-суворовцы готовы анализировать свое поведение, искать причину случившегося и брать на себя ответственность за решение возникшей проблемы. Иногда возможна необоснованная самокритика и самообвинение вместе с чрезмерным принятием ответственности.

Опираясь на данные методики изучения совладающего поведения Хейма, можно констатировать следующее: эмоциональная копинг-стратегия «оптимизм», когнитивный копинг «сохранение самообладания» и «сохранение собственной ценности», а так же поведенческий копинг «отвлечение» являются доминирующими в обеих группах участников исследования.

Стратегия «оптимизм» является продуктивной и характеризуется активной позицией в отношении возникающих трудностей. У избирающих ее подростков всегда есть уверенность в положительном исходе и продуктивном разрешении проблемы.

Использование стратегии «продуктивного копинга», предполагающей обращение к виду деятельности, отличной от предыдущей, оказывается полезным в ограниченном круге проблем, где трудная ситуация или конфликт являются не очень значимыми. «Сохранение самообладания» также является относительно продуктивной стратегией. Учащиеся военного училища и школьники контролируют свои действия и поведение в целом, а также не дают волю своим эмоциям в конфликтных и трудных ситуациях. Но частое использование такой стратегии может привести к эмоциональному срыву. При выборе стратегии «собственной ценности» у подростков сохраняется вера в себя, в достаточность собственных ресурсов в случае возникновения трудностей.

Стратегия «проблемный анализ» явно преобладает у учащихся военного училища. Это свидетельствует о стремлении подростков к уединению, когда можно тщательно проанализировать случившееся и прийти к правильному выводу.

Осуществив анализ выборов копинг-стратегий молодыми людьми обеих групп, можно прийти к выводу, что у курсантов Суворовского военного училища, также как и у школьников, наиболее популярными являются стратегии «планирование решения проблем» и «положительная переоценка». Школьники стремятся конструктивно решать проблемы, поведение респондентов можно расценить как адаптивное. Стратегия «принятие ответственности» наиболее предпочтительна суворовцам и находится в зоне значимых различий, что говорит о готовности будущих военных анализировать свое поведение, искать причину случившегося в себе. Такие стратегии как «конфронтационный копинг», «дистанцирование», «бегство-избегание», «самоконтроль», «поиск социальной поддержки» одинаково часто избираются в обеих исследуемых группах.

Таким образом, проведенное нами исследование позволило нам выявить следующие особенности копинг-стратегий учащихся военного училища.

В группе учащихся суворовского училища доминирующим выступил копинг «самоконтроль». На наш взгляд, данный факт является закономерным. Это объясняется тем, что, начиная с первых лет обучения в училище, у учащихся формируются качества, важные с точки зрения самоорганизации и самостоятельности.

У учащихся суворовского училища преобладающим явился также копинг «поиск социальной поддержки», который требует наличия соответствующего ресурса. Наличие данного ресурса в лице ротных командиров, старших группы, взводных, воспитателей, психологов предусмотрено самой системой военных училищ.

Значимые различия были обнаружены и в отношении копинга «принятие ответственности». У учащихся военного училища сама организация жизни, обучения, воспитания, наличие строгого режима и подробной регламентации отношений формируют важные личностные качества, связанные с личной ответственностью за свое поведение, результаты деятельности, качество подготовки.

Практическую значимость исследования мы усматриваем в возможности использования полученных результатов в системе воинской подготовки и практике школьного образования для создания программ повышения адаптивного потенциала личности подростков. Также результаты исследования могут быть использованы в консультативной и психопрофилактической работе с подростками.

Источники и литература:

1. Битюккая Е. В. Современные подходы к изучению совладения с трудными жизненными ситуациями. // Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология. 2011. № 1. С. 100 – 111.
2. Гончарова С. С. Опросник «Способы преодоления негативных ситуаций» – метод диагностики психологического преодоления в раннем юношеском возрасте. // Журнал практического психолога. 2006. № 6. С.132 – 147.
3. Казанская В. Г. Подросток: социальная адаптация: книга для психологов, педагогов и родителей. СПб: Питер, 2011. 288 с.
4. Карвасарский Б. Д., Абабков В. А., Васильева А. В., Исурина Г. Л. Копинг - поведение (механизмы совладения) как сознательные стратегии преодоления стрессовых ситуаций и методы их определения: пособие для врачей и психологов. СПб.: Изд-во НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2007. 268 с.
5. Крюкова Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения. / Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы: под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. Л. Сергиенко. М.: ИП РАН, 2008. С.55 – 67.
6. Крюкова Т. Л., Куфтяк Е. В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ). // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93 – 112.
7. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. // Психологический журнал. 2005. Т. 22. № 1. С. 16 – 24.
8. Муздыбаев К. С. Стратегия совладания с жизненными трудностями. // Журнал социологии и социальной антропологии. 1998. Т. 1. Вып. 2. С. 24 – 28.
9. Набиуллина Р. Р., Тухтарова И. В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция). Учебное пособие. Казань: Казанская государственная медицинская академия, 2003. 99 с. С. 23 – 29.
10. Нартова-Бочавер С. К. «CopingBehavior» в системе понятий психологии личности. // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 5. С.16–24.
11. Тышкова М. Л. Исследование устойчивости личности детей и подростков в трудных ситуациях // Вопросы психологии. 1987. № 1. С. 27 – 33.
12. Хазова С. А. Психология совладающего поведения: материалы международной научно-практической конференции. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2007. С. 121 – 124.
13. Шеховцов В. П. Характеристика физического развития и функционального состояния подростков-первокурсников суворовского военного училища в условиях адаптации к образовательному процессу: дис. ... канд. мед. наук. М., 2004. 63 с.
14. Lazarus R. S. Emotion and Adaptation. New York: Oxford University Press, 1991. 576 p.
15. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 1984. 456 p.
16. Lazarus R. S., Folkman S. Transactional theory and research on emotions and coping. // European Journal of Personality. 1987. № 1. P. 141 – 169.
17. Thoits P. A. Coping, social support, and psychological outcomes: The central role of emotion. In P. Shaver (Ed.), Review of personality and social psychology: Vol. 5. Emotions, relationships, and health. Beverly Hills, CA: Sage, 1984. P. 219 – 238.
18. Lewis M., Michalson L. Children's emotions and mood: Developmental theory and measurement. New York: Plenum, 1983. 472 p.