

ступают не только социокультурные, политические и экономические, но и социально-психологические, и психологические личностные факторы, которые определяют положение и настроение избирателя в социуме, другими словами индивидуально-личностное сознание отображается в модели определенного типа информационного метаболизма психики.

## **ПРОБЛЕМА НЕКОНСТРУКТИВНЫХ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ПОДРОСТКОВ**

**А.А. Макарова**  
*Витебск, ВГУ*

Целью данной статьи является изучение копинг-стратегий подростков с различными типами нарушений поведения. Этот анализ необходим для повышения эффективности социально-профилактических и психотерапевтических воздействий на подрастающее поколение. Владая информацией о механизмах становления и функционирования неконструктивных стратегий совладания подростков с нарушениями поведения, мы сможем предотвратить их развитие и скорректировать протекание копинг-процесса.

Подростковый возраст является периодом, в котором формируется стиль совладающего поведения, определяющий особенности реагирования личности на трудные жизненные ситуации. Диапазон предпочитаемых стратегий совладания со стрессовыми ситуациями является показателем психологического здоровья личности и, во многом, успешности ее дальнейшего жизненного пути. В современной психологической литературе рассматриваются ряд особенностей подросткового преодоления эмоционального стресса:

1. Механизмы преодоления эмоционального стресса у подростков определяют развитие и формирование различных вариантов поведения, приводящих к адаптации, либо дезадаптации индивида. Эти поведенческие модели могут сменять друг друга, претерпевая определенное прогрессивное развитие, и могут носить ригидный, фиксированный характер с последовательным усложнением, приводящим к возникновению нарушений.
2. Механизмы преодоления эмоционального стресса представляют собой сложные паттерны личностно-средового взаимодействия, включающие концепцию “Я”, контроль, системы вербальной, невербальной коммуникации и другие составляющие.
3. Реализация механизмов преодоления стресса происходит на различных взаимозависимых уровнях: эмоциональном, когнитивном, соматическом, поведенческом. Наиболее четко измеряемым уровнем реализации механизмов преодоления стресса у подростков является поведенческий уровень.
4. Преодоление стресса подростками может иметь гетеро- и аутоагрессивную направленность, быть связанным с экстернальной либо интернальной по отношению к среде направленностью контроля, эмпатическими тенденциями, чувствительностью к отвержению.
5. Выраженным влиянием на преодоление стресса обладает система социальной поддержки индивида и способность к ее восприятию.
6. В подростковом возрасте механизмы преодоления стресса носят динамический и транзиторный характер, обеспечивают развитие индивида, способствуют или препятствуют включению биологических и социальных

факторов риска развития поведенческих, психосоматических и психических нарушений.

Для понимания причин развития нарушений поведения у подростков среди всего многообразия различных способов преодоления стресса необходимо обратиться к классификации копинг-стратегий по критерию конструктивности/неконструктивности.

Конструктивный подход означает кардинальное облегчение ситуации, активное ее преобразование и изменение себя в ней, направленное на преодоление травмирующих обстоятельств, актуальных сейчас, и усиление себя потенциально, уверенного в своих силах, способного противостоять трудностям, субъекта собственной жизни. Человек учится осознавать собственную тревогу как сигнал о лично значимых процессах, сосредотачиваться на анализе ситуации и собственных поступков, не рассматривать ошибки как катастрофу, а видеть в них стимул для дальнейшего поиска и совершенствования.

Конструктивные стратегии решения проблем включают в себя:

- достижение цели своими силами («не отступаю, добиваюсь того, чего хочу»);
- обращение за помощью к другим людям, включенным в данную ситуацию или обладающим опытом разрешения подобных проблем («обращаюсь к родителям», «советуюсь с подругой», «решаем вместе с тем, кого это касается»);
- тщательное обдумывание проблемы и различных путей ее развития или решения (поразмышлять, поговорить с собой, вести себя обдуманно);
- изменение своего отношения к проблемной ситуации (относиться ко всему с юмором);
- изменения в себе самом, в системе собственных установок и привычных стереотипов («нужно искать причины в себе», «пытаюсь измениться сам/сама»).

К неконструктивным стратегиям относятся:

- различные способы психологической защиты – вплоть до вытеснения проблемы из сознания – не предполагающие повторного возвращения для ее разрешения («не обращать внимания», «смотреть на все поверхностно», «уйти в себя», «стараюсь избегать проблем», «я и не пытался ничего предпринимать»);
- импульсивное поведение, эмоциональные срывы, экстравагантные поступки, необъяснимые объективными причинами («на всех обижаюсь», «могу закатить истерику», «хлопаю дверьми», «целый день слоняюсь по улицам»);
- агрессивные реакции.

Исследование возрастных различий в стиле преодоления трудностей показывает, что 15-летний возраст является поворотным пунктом, когда подросток начинает пользоваться более эффективными и адаптивными стратегиями совладания со стрессом. Старшие подростки, как правило, более активны, обладают широким диапазоном копинг-стратегий и способностью рассматривать проблему с разных точек зрения. Стиль совладания со стрессом, развивающийся в подростковом возрасте, несомненно, оказывает влияние на способы преодоления стресса в юности и далее. Большинство подростков компетентно справляются с разнообразными нормативными стрессорами. Соотношение функционального совладания (напр., копинг-поведение, включающее активное разрешение проблемы в виде поиска информации или совета, а также принятие социальной поддержки) и дисфункционального стиля преодоления трудностей (фантазирование и избегание) составляет четыре к одному в разных культурах. Отсюда среди факторов формирования неконструктивных стратегий выделяются как глобальные социальные, социокультурные, индивидуально-психологические особенности, так и социально-психологические и социально-педагогические аномалии личности. Развитие

неконструктивных стратегий также напрямую связано с опытом проживания в родительской семье. Наблюдение за тем, как ведут себя родители в затруднительных ситуациях, когда испытывают подавленность и страх, дает подросткам основание применять те же способы совладания в своем окружении.

Таким образом, одним из направлений профилактики неконструктивного копинг-поведения подростков следует считать своевременное выявление функционально несостоятельных семей и коррекцию условий семейного воспитания.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ОНТОГЕНЕЗА**

**Л.В. Пахомчик, А.В. Цецохо, А.А. Азарченкова**  
*Витебск, ВГМК*

Актуальность данной темы обусловлена тем, что в Республике Беларусь по ряду причин, в том числе из-за нестабильности общества и интенсивных социальных сдвигов усилились негативные тенденции, предъявляющие повышенные требования к стабильности личности, к самоопределению, а также тенденции, провоцирующие её на девиантное поведение. Высокие требования предъявляются и к семье, которая не всегда справляется с этими важнейшими функциями, перестает быть для ребёнка источником защиты и благоприятных влияний. Зачастую именно семейные взаимоотношения толкают детей к бродяжничеству, формируют у них различные формы социальной дезадаптации.

Подростковый период характеризуется как кризисный в становлении личности. Именно в подростковом возрасте наблюдается пик расстройств личностных качеств и свойств, имеет место деформация поведения. Может происходить отступление от общепринятых человеческих норм нравственности, опустошающее духовный мир подростка и разрушающее его психику [1]. Последние годы в наш колледж поступают до 30% учащихся из неполных семей, малообеспеченных семей, и психологическое сопровождение учащимся из таких семей просто необходимо. Юноши и девушки не научены самостоятельности, не умеют принимать решения, не несут ответственности за свои поступки. На протяжении трёх лет обучения с такой категорией учащихся работает социально-педагогическая и психологическая служба, кураторы, преподаватели, которые помогают учащимся в профессиональном и личностном становлении. Если психологическое сопровождение проходит в учебном заведении в творческом сотрудничестве всего коллектива, то процесс усвоения социальных норм, умений, стереотипов, процесс формирования социальных установок и убеждений, обучения принятым в обществе нормам поведения и общения, вариантам жизненного стиля, вхождения в группы и взаимодействия с их членами как социализация, происходит быстро и имеет смысл. Анализируя онтогенетический процесс развития личности, следует особое внимание обратить на этапы ее социализации. Социализация личности представляет собой процесс формирования личности в определенных социальных условиях, процесс усвоения человеком социального опыта, в ходе которого человек преобразует социальный опыт в собственные ценности и ориентации, избирательно вводит в свою систему поведения те нормы и шаблоны поведения, которые приняты в обществе или группе. Нормы поведения, нормы морали, убеждения человека определяются теми нормами, которые приняты в данном обществе [3].

Психологическое сопровождение – это вся система профессиональной деятельности психолога, направленная на создание социально-психологических условий для