

ИЗБЕГАНИЕ КАК КОПИНГ-СТРАТЕГИЯ ДЕВОЧЕК-ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ПОВЕДЕНИЯ

А.А. Макарова

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

Подростковый период характеризуется формированием социально-психологических механизмов регуляции общественного поведения. Способы и стратегии совладания с проблемами частично формируются еще в детском возрасте для разрешения несложных ситуаций (неудачи, ссоры). В подростковом же возрасте они трансформируются, наполняются новым «взрослым смыслом», приобретают черты самостоятельных, собственно личностных решений. Стремясь к максимальной адаптированности к нормам и ценностям субкультуры сверстников, подросток зачастую использует неконструктивные копинг-стратегии, приводящие к развитию нарушений поведения.

Материал и методы. В процессе эмпирического исследования был определен уровень агрессивности и враждебности подростков 14-16 лет (369 человек), а также установлен комплекс копинг-стратегий, характерных для них. Общая агрессивность и ее проявления определялись при помощи опросника Басса–Дарки (Buss – Durkey Inventory). Для изучения способов преодоления использовался опросник способов совладания Р.Лазаруса (Ways of Coping Checklist).

Результаты и их обсуждение. Стратегия избегания относится к субъектно-ориентированному (эмоциональному) типу реагирования. Данный тип преодоления включает в себя изменение собственных установок в отношении к ситуации, не сопровождающееся конкретными действиями и проявляющееся в виде попыток не думать о проблеме вообще, вовлечении других в свои переживания, желании забыться (во сне, алкоголе, еде). Избегание проявляется как стремление отложить решение возникшей проблемы

в надежде, что она разрешится сама; стремление забыться в другой деятельности; приуменьшение значимости проблемы; уход от ответственности.

Функционально стратегии, предполагающие избегание, уход и отрицание проблемы, являются достаточно эффективными – они снимают напряжение, способствуют релаксации, переключению мыслей, снижению значимости ситуации – особенно актуальны они в тех ситуациях, когда проблемно-ориентированное совладание не работает. Не все проблемы имеют прямое решение и не все ситуации – выход. Отказ от действий по разрешению проблемы и отказ от ее разрешения являются, на самом деле, действием и решением, способным в некоторых случаях принести пользу. Это объясняет причину, по которой неконструктивный характер используемых стратегий не очевиден для личности – они выполняют свою функцию, причем достаточно эффективно.

Рассмотрим, какую роль стратегия «избегание» играет в копинг-поведении подростков. Анализ показал, что девочки значительно чаще мальчиков используют стратегию избегания. Уровень избегания может отражать как гендерную специфику, так и быть отличительной культурной чертой.

Высокоагрессивные девочки значительно чаще, чем низкоагрессивные, используют стратегии «планирование решения проблемы» и «избегание». Избегание применяется в тех случаях, когда подросток считает, что не сможет предпринять ничего, что изменило бы течение событий, и поэтому предпочитает «свернуть» всякую активность по изменению ситуации, и «уйти» от проблемы в замещающую деятельность.

Девочки с деструктивной направленностью агрессии значительно чаще, чем девочки с конструктивной направленностью агрессии, используют стратегию «избегание». Они подавляют свои отрицательные чувства, что сопровождается психосоматическими заболеваниями, употреблением психоактивных веществ и возникновением чувства вины.

Девочки со склонностью к делинквентному поведению чаще используют стратегии «избегание» и «конфронтация», чем девочки с просоциальным поведением. Сочетание активного противостояния и эмоционального отторжения проблемной ситуации создают благоприятную почву для совершения незаконных действий, употребления алкоголя и наркотиков.

Девочки с высоким уровнем враждебности чаще, чем мальчики, используют стратегию «избегание». Нежелание сотрудничать, избегание общения является одним из компонентов проявления враждебности у девочек.

Корреляционный анализ показал, что формы проявления агрессии у мальчиков и девочек связаны с тем, как они преодолевают трудные жизненные ситуации, используя различные копинг-стратегии.

Общий уровень агрессивности у девочек положительно коррелирует со стратегией «избегание» ($r=0,16$, $p<0,05$). Дисперсионный анализ подтверждает наличие взаимного влияния уровня агрессивности на стратегию избегания ($F=8,72$, $p<0,01$). Чем чаще девочки отрицают наличие проблемы, пытаются отстраниться от трудностей, отвлекаться от гнетущих переживаний с помощью фантазий, переедания или употребления алкоголя, тем выше их

уровень агрессивности. Высокоагрессивные девочки в трудной ситуации отказываются от участия в происходящем, ограждают себя и замыкаются в себе.

Вербальная и косвенная агрессия у девочек положительно связаны и оказывают влияние на проявление стратегии «избегание» (соответственно, $r=0,17$, $p<0,05$; $F=11,50$, $p<0,01$; $r=0,20$, $p<0,01$; $F=10,10$, $p<0,01$). Чем чаще девочка применяет стратегию избегания, тем выше уровень ее косвенной и вербальной агрессии. Освобождение от эмоционального напряжения происходит с помощью нецензурной речи, грубости, унижений и оскорблений обидчика.

Заключение. Таким образом, высокоагрессивные девочки в стрессовой ситуации прибегают к стратегии «избегание». Преодолевая тревогу и напряжение, они замыкаются в себе, уходя в иллюзорный мир фантазий. Данная стратегия особенно характерна для девочек, склонных к проявлению вербальной и косвенной агрессии.

Высоковраждебные девочки в сложных ситуациях обращаются за поддержкой к окружающим. Стратегии «дистанцирование» и «избегание» также присутствуют в арсенале часто используемых. Причем обида связана со стратегиями избегания и конфронтации, подталкивая девочек к «уходу», возникновению чувства «жертвы» и погружению в замещающие виды деятельности. Также возможны всплески гнева, истерики, импульсивные реакции с непредсказуемыми последствиями. Подозрительность укрепляется стратегиями избегания и дистанцирования, являющимися способами когнитивного и поведенческого отстранения.

Девочки, склонные к проявлению деструктивной агрессивности и делинквентного поведения, используют стратегии избегания и конфронтации для преодоления трудных ситуаций. Деструктивная агрессивность и делинквентное поведение опосредовано желанием уйти от проблем, отстраниться, «забыться» в алкоголе или наркотиках. Видимо, большинство противоправных и деструктивных действий совершается такими девочками в результате опьянения – алкогольного, наркотического или токсического. Конфронтация, противопоставление себя окружающим в виде импульсивных вспышек раздражения и гнева позволяет выплеснуть негативные чувства и в корне переломить исход ситуации.

Неконструктивный копинг, включающий в себя стратегию избегания, которая в чрезмерной степени используется для облегчения переживаний или решения проблемы, приводит к дезадаптивности подростков. В связи с этим неконструктивный копинг часто классифицируют как эмоциональные и поведенческие нарушения. От процесса совладания, особенно в подростковом возрасте, нельзя ожидать лишь просоциальной направленности, так как в этот период происходит становление копинг-поведения – подросток пробует решать проблему различными способами.