



# ПСИХОЛОГИЯ

УДК 316.6

## ВЗАИМОСВЯЗЬ АЛЕКСИТИМИИ, КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И СТИЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЛИЧНОСТИ

**Акименко Анастасия Константиновна** – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии образования и развития, Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского. E-mail: akimenko\_ak@mail.ru

Представлены результаты эмпирического исследования стратегий совладающего поведения, выполненного на выборке современной молодежи ( $N = 120$ ; 19–30 лет). Применение опросников – «Стиль саморегуляции поведения» В. И. Моросановой, «Шкалы копинг-стратегий» Р. Лазаруса, Торонтской шкалы алекситимии TAS, тест-опросника УСК – позволило выявить взаимосвязимость между стратегиями совладающего поведения и такими характеристиками личности, как уровень субъективного контроля (интернальный/экстернальный), алекситимии, стиля саморегуляции и др. Полученные данные позволяют прояснить возможные детерминанты поведенческих паттернов современной молодежи и могут быть использованы специалистами в практике консультативной терапии.

**Ключевые слова:** алекситимия, стиль саморегуляции, совладающее поведение, копинг-стратегии, интернальность, экстернальность.

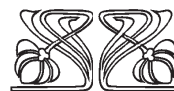
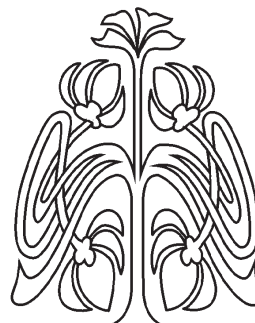
DOI: 10.18500/1819-7671-2016-16-3-311-316

### Введение

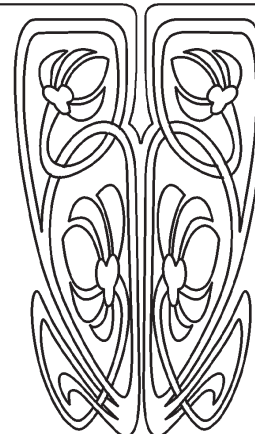
Современная социальная ситуация развития общества предъявляет значительные требования к личностной мобильности индивидуумов и их адаптационному потенциалу. От того, насколько эффективно в социальном поведении личность сумеет проявить свои качества, предъявить свои умения и способности, гибко приспособиться к изменяющимся условиям социальной среды, при этом сохранив свой внутренний стержень и целостность, зависит успешность репрезентативных и поведенческих паттернов ее взаимодействия. В стрессогенных условиях современного мира особое значение приобретает исследование личностных детерминант и предикторов выбора стратегий совладающего поведения личности. В связи с вышеперечисленными аспектами актуальным представляется рассмотрение алекситимии и стиля саморегуляции личности в ракурсе предпочитаемых копинг-стратегий.

### Теоретические основы изучаемой проблемы

В настоящий момент критические и трудные жизненные ситуации стали привычными спутниками социальной действительности. В стрессогенных условиях современного мира важным становится «умение каждого отдельного человека противостоять негативным воздействиям внешней среды и справиться с внутренними проблемами, стрессами, кризисами, сложными ситуациями» [1, с. 27]. В связи с этим становится необходимым развитие саморегулятивных способностей, позволяющих человеку проявлять жизнестойкость, спокойствие, мудрость, сохранять и улучшать физическое и психологическое здоровье. Стратегии саморегуляции обуславливают уверенность



НАУЧНЫЙ  
ОТДЕЛ





индивидуумов в собственных силах, влияют на позитивное отношение к жизни, а также дают возможность достигать расслабления, внутреннего покоя и равновесия. Саморегулятивные способности личности связаны с «глубокой осознанностью, самоуправлением, целеустремленностью, способностью к концентрированному вниманию, эмоционально-волевой регуляцией» [2, с. 8]. От того, как индивид эмоционально воспринимает жизненные события, планирует и программирует достижение целей, учитывает значимые внешние и внутренние условия, оценивает возможности и корректирует свою активность для достижения личностно значимых результатов, во многом зависят успешность его социально-психологической адаптации и уровень «субъективного благополучия» [3].

Из проведенных исследований известно, что успешность адаптации зависит от процесса, представляющего собой суждение о стрессовом событии, и от выбора адаптационных паттернов взаимодействия [4]. Особый интерес для исследователей представляет изучение направленности и факторной обусловленности той или иной стратегии совладающего поведения.

Традиционно под совладающим поведением в психологии понимаются когнитивные, поведенческие и аффективные стратегии, которые личность использует для того, чтобы справиться с фрустрирующими условиями социальной действительности [5]. Сознательные стратегии по реагированию на стрессовые ситуации концептуализированы в науке как «копинговые ответы». По сути, копинг-ответы призваны помочь личности смягчить, разрешить или же уклониться от требований, предъявляемых стрессовой ситуацией. Копинг-стратегии закрепляются в социальном поведении личности и в своей совокупности и вариативности образуют индивидуальный стиль адаптации личности. Принимая во внимание тот факт, что основной целью процесса социально-психологической адаптации является установление продуктивного взаимодействия между индивидом и средой, необходимо обозначить, что выбранная стратегия совладающего поведения в каждой конкретной ситуации может быть продуктивной в той или иной степени. Тем не менее адаптивное поведение, реализуемое посредством копинг-стратегий, активизируясь в условиях рассогласованности между взаимодействующими системами «человек – среда», преследует цель достижения некоей координации между ними. Подчеркнем, что адаптивную функцию стратегия выполняет тогда, когда способствует совершенствованию и развитию взаимодействующих сторон, обеспечивает сохранение целостности личности и социальной среды

при условии возможности её нарушения. Таким образом, под совладающим поведением личности мы понимаем совокупность поведенческих актов, позволяющих субъекту способами, адекватными его личностным особенностям и самой ситуации, с помощью осознанных действий справиться со стрессом, восстановить эмоциональное и физическое равновесие [6].

В русле анализа личностных детерминант и факторной обусловленности стратегий совладающего поведения представляется интересным рассмотрение феномена алекситимии личности. Под алекситимией мы понимаем комплекс аффективных и когнитивных характеристик личности, выработанный в процессе адаптации к условиям окружающей действительности и проявляющийся в трудностях дифференциации эмоциональных переживаний [7]. Традиционно алекситимия относится к аффективным расстройствам и заключается в сложности вербализации эмоций, в затруднении осознания как своего собственного эмоционального состояния, так и состояния партнера по общению. Лицам, демонстрирующим выраженные алекситимичные черты, свойственны недостаточная глубина переживаний, снижение способности к символизации (мечтам, фантазиям, сновидениям), выраженное преобладание рациональных компонентов восприятия картины мира над эмоциональными ощущениями, нарушение контакта с внутренним миром переживаний и т.д.

С точки зрения этиологии среди индивидуумов, демонстрирующих алекситимичные черты, выделяют: генетически обусловленную алекситимию, алекситимию, вызванную психической травматизацией, и алекситимию, сформированную и закреплённую в ходе социального научения. Остановимся на этом подробнее.

Алекситимия конституционального генеза – нередко генетически обусловленная и представляющая собой особые варианты развития мозга человека, при котором в лимбической системе происходит подавление возникающих импульсов (синдром «расщепленного мозга»). По сути, лиц, демонстрирующих описанное своеобразие развития аффективной сферы, можно условно сравнить с «бедняками от природы». Алекситимия, возникшая в результате переживания тяжелой психической травмы, и вариант алекситимии, сформированный в результате социального подкрепления, являются примером «разорившегося богача», который в процессе социальной жизни приобрел устойчивый навык к подавлению своих чувств и безразличия к переживаниям других. Долгосрочные наблюдения за пациентами с посттравматическими расстройствами позволили



констатировать у них развитие алекситимичных черт личности, а сам феномен трактовать как защитный механизм, проявляющийся в модели отрицания и подавления переживаний. Социально обусловленный вариант развития алекситимии личности, как правило, связан с рядом причин: либо с особенностями воспитания в семье, где эмоционально холодные родители приучили ребенка подавлять свои эмоции и воспринимать их любые проявления как крайне нежелательные. В другом случае причиной развития алекситимичных черт у индивидуумов является сознательное подавление эмоционального реагирования, обусловленное длительными переживаниями постоянно действующей стрессовой ситуации. Возможно, данное состояние связано с родом занятий личности – сюда относят профессиональные деформации специалистов из некоторых областей деятельности: работников правоохранительных органов, военных, хирургов и др.

#### **Выборка, методы и методики исследования**

Эмпирическое исследование осуществлялось в течение 2015–2016 гг. В нем приняли участие 120 респондентов, возраст испытуемых 19–30 лет.

В качестве диагностического инструментария мы использовали Торонтскую шкалу алекситимии (TAS) в адаптации Д. Б. Ересько, Г. С. Исуриной и др., «Шкалы копинг-стратегий» Р. Лазаруса, тест-опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е. Ф. Бажина, А. М. Эткинды, Е. А. Голынкина, опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В. И. Моросановой. Результаты исследования были подвергнуты корреляционному анализу, выполненному с помощью метода линейной корреляции Пирсона.

#### **Результаты эмпирического изучения и их обсуждение**

По показателю выраженности алекситимичных черт личности все респонденты были условно поделены нами на три группы: группу с высокими показателями алекситимии (75–84 балла), представленную 25% респондентов от всей выборки, группу со средними показателями алекситимии (63–74 балла) – 40% испытуемых, так называемая «группа риска», и группу с низкими показателями алекситимии (30–62 балла) – 35% соответственно. Уровень статистической значимости был подтвержден критерием Стьюдента и составил  $p < 0,05$ . В процессе анализа полученных данных по всей выборке был обнаружен ряд значимых корреляций между показателями алекситимии, стиля саморегуляции личности и предпочитаемыми стратегиями совладающего поведения: остановимся на этом подробнее.

Показатели общего уровня саморегуляции (ОУ) положительно связаны ( $p < 0,05$ ) с показателями интернальности в области достижений (шкала Ид) и интернальности в области производственных отношений (шкала Ип) –  $r = 0,26$ ,  $p < 0,01$  и  $r = 0,19$ ,  $p < 0,05$  соответственно, а также с показателями копинга «Планирование решений проблемы» –  $r = 0,27$ ,  $p < 0,01$ , который, в свою очередь, значимо связан со шкалой «Программирование» (Пр) –  $r = 0,24$ ,  $p < 0,01$ . В связи с этим можно заключить, что лица, имеющие высокий уровень субъективного контроля, демонстрируют высокий уровень саморегуляции поведения и в большинстве своем нацелены на выработку стратегии разрешения проблемы – планирование собственных действий с учетом имеющихся ресурсов. В то же время показатели описываемого копинга обнаруживают отрицательную взаимосвязь с наличием высокого уровня алекситимии –  $r = 0,27$ ,  $p < 0,01$ . Это свидетельствует о том, что в целом данная стратегия является адаптивной, способствующей конструктивному разрешению трудностей без задействования механизмов подавления эмоций.

Выраженные показатели стратегии совладания «бегство-избегание» отрицательно коррелируют со значениями шкал «Моделирование» (М) –  $r = -0,24$ ,  $p < 0,01$  и с возрастными характеристиками респондентов:  $r = -0,26$ ,  $p < 0,01$ . Это свидетельствует о том, что данный копинг может сопровождаться перепадами отношения субъектов к ситуации и затруднению оценки последствий своих действий, что, несомненно, сказывается на определении цели и алгоритма последующих действий. Данная стратегия имеет тенденцию проявляться у субъектов в более молодом возрасте.

Копинг «конфронтация» положительно связан с показателями шкал «гибкость» (Г) –  $r = 0,24$ ,  $p < 0,01$ , со значениями общей интернальности (Ио):  $r = 0,27$ ,  $p < 0,01$  и, также как и предыдущая описанная стратегия, отрицательно – с возрастными характеристиками респондентов –  $r = -0,25$ ,  $p < 0,01$  и значениями шкалы алекситимии:  $r = -0,28$ ,  $p < 0,05$ . Обсуждаемые взаимосвязи могут свидетельствовать о том, что стратегия конфронтации чаще используется более молодыми респондентами, которые демонстрируют высокую эмоциональную вовлеченность и некоторую «горячность» поведения с последующим отреагированием чувственных переживаний. Между тем они проявляют пластичность поведения и выраженную ответственность за происходящее. Несмотря на некоторую импульсивность и противоречивость, данный копинг позволяет субъектам адекватно реагировать на быстрое изменение событий, справляться с тревогой, от-



стаивать собственные интересы и успешно решать поставленную задачу в ситуации риска.

Копинг «поиск социальной поддержки» отрицательно коррелирует с характеристиками пола, возраста и уровня алекситимии испытуемых –  $r = -0,29, p < 0,01$ ;  $r = -0,19, p < 0,05$  и  $r = -0,21, p < 0,05$ , соответственно, и положительно с показателями шкал «оценка результатов» ( $r = 0,22, p < 0,05$ ) и «интернальности в области неудач» ( $r = 0,21, p < 0,05$ ). Данный факт демонстрирует тенденцию критичного отношения к результатам собственной деятельности (наличие «внутреннего критика») и, в случае внутреннего недовольства, – к личной ответственности за происходящее и к накоплению негативных эмоций, влияющих на самооценку и представления о собственной успешности. Это, несомненно, актуализирует выраженную потребность в эмоциональном «поглаживании» и поддержки со стороны значимого окружения. Необходимо отметить, что в изученной выборке испытуемых данную стратегию чаще используют представители мужского пола. При этом важно подчеркнуть, что по мере взросления респонденты все меньше нуждаются во внешней референции.

Ориентация на стратегию «дистанцирование» у респондентов положительно связана с показателями шкал «гибкость» (Г) –  $r = 0,22, p < 0,05$  и «интернальность в области межличностных отношений» (Им) –  $r = 0,22, p < 0,05$ , а также алекситимии:  $r = 0,23, p < 0,05$  и отрицательно – со значениями возраста:  $r = -0,28, p < 0,01$  и «шкалы интернальности в области семейных взаимоотношений» (Ис):  $r = -0,19, p < 0,05$ . По-видимому, данное явление обусловлено возрастными закономерностями развития испытуемых: юношеский возраст предполагает выраженную ориентацию на коллектив сверстников и обращенность в мир социальных взаимодействий. При этом семейные отношения на некоторое время отодвигаются на второй план: происходит гибкое снижение их значимости для респондентов. Негативные чувства, возникающие при этом, нередко подавляются и не осознаются. По мере взросления субъектов данная тенденция ослабевает.

Интересной представляется отрицательная взаимосвязь между копингом «принятие ответственности» и шкалой «оценивание результатов» (Ор) –  $r = -0,23, p < 0,05$ , а также шкалой «программирование» (Пр):  $r = -0,19, p < 0,05$ . Данная стратегия отражает готовность к осознанию зависимости между собственными действиями и их последствиями и предполагает стремление личности к поиску причин актуальных трудностей в личных недочетах и промахах. Вместе с тем ориентация на данную стратегию совлада-

ющего поведения может приводить субъектов к неоправданной самокритике, переживанию чувства вины и неудовлетворенности собой, что при планировании дальнейших действий будет активизировать мотивацию избегания неуспеха со всеми сопутствующими особенностями.

Стратегия «самоконтроль» также отрицательно коррелирует с показателями шкалы «оценивание результатов» (Ор) –  $r = -0,23, p < 0,05$  и положительно – со значениями алекситимии:  $r = 0,29, p < 0,01$  и «шкалы интернальности в межличностных отношениях» (Им) –  $r = 0,26, p < 0,01$ . При отчетливом предпочтении стратегии самоконтроля у респондентов констатируется стремление скрывать от окружающих свои переживания в связи со стрессовой ситуацией. Нередко данная модель поведения свидетельствует о чрезмерной требовательности к себе, боязни самораскрытия, что, в свою очередь, приводит к целенаправленному сдерживанию и подавлению эмоций.

Копинг «положительная переоценка» отрицательно связан со шкалой алекситимии:  $r = -0,25, p < 0,01$  и положительно – с показателями шкал «гибкость» (Г):  $r = 0,29, p < 0,01$  и «общей интернальности» (Ио) –  $r = 0,24, p < 0,05$ . Это говорит о том, что при ориентации испытуемых на данное копинг-поведение преодоление негативных переживаний происходит довольно гибко – без их отрицания и подавления – лишь благодаря положительному переосмыслению проблемной ситуации в аспекте ее восприятия как стимула для дальнейшего личностного роста.

В целом необходимо отметить тот факт, что интернальный локус контроля у респондентов значимо взаимосвязан со шкалами «гибкость» –  $r = 0,26, p < 0,01$ , «программирование» –  $r = 0,22, p < 0,05$ ; «моделирование» –  $r = 0,29, p < 0,01$ ; «оцениванием результатов» –  $r = 0,28, p < 0,01$  и показателями «общего уровня саморегуляции» –  $r = 0,27, p < 0,01$ . Это говорит о том, что испытуемые с высокими показателями уровня саморегуляции в большинстве своем проявляют себя как самостоятельные и ответственные натуры, гибко и адекватно реагирующие на стрессовую ситуацию. Чем выше общий уровень осознанной регуляции, тем увереннее респонденты чувствуют себя в незнакомых ситуациях, тем стабильнее их успехи в привычных видах деятельности.

При этом значения шкал интернальности в области достижений и в области неудач, а также в семейных взаимоотношениях (Ид, Ин, Ис) отрицательно коррелируют с показателями «самостоятельности» ( $p < 0,05$ ). На наш взгляд, данная взаимосвязь объясняется дефицитом инициативности и независимости от родительского контроля у личности. Испытуемым свойственна иррацио-



нальная убежденность в том, что «сепарация» из родительской семьи может необратимо повлиять на качество семейных взаимоотношений и привести к распаду иерархичной межпоколенческой связи. По-видимому, по этой причине респонденты, подавляя свои импульсы в достижении целей, потребность свободы выбора и независимость стремлений, предпочитают приносить в жертву собственную автономию и независимость.

Таким образом, респонденты, демонстрирующие выраженные алекситимичные черты личности, в большинстве случаев в социальном поведении предпочитают стратегии «дистанцирования», «самоконтроля» и «бегства-избегания». Копинги «принятие ответственности», «планирование решения проблемы», «положительная переоценка», «поиск социальной поддержки» более характерны для молодежи с низким уровнем алекситимии и устойчивой системой саморегуляции произвольной активности. Кроме того, поведенческий паттерн совладающего поведения значимо связан с возрастом субъектов: по мере взросления респонденты все реже используют стратегии «бегство-избегание», «конфронтация», «поиск социальной поддержки» и все чаще стратегии «принятие ответственности» и «дистанцирование» ( $r = 0,25, p < 0,01$  и  $r = 0,27, p < 0,01$  соответственно).

### Список литературы

1. Кудинов С. И., Хаммад С. М. Психологическая устойчивость личности как основа самореализации субъекта // Вестн. Рос. ун-та дружбы народов. Сер. Психология и педагогика. 2015. № 1. С. 26–31.
2. Ожиганова Г. В. Высшие духовные и саморегулятивные способности в древневосточной системе знаний – буддизме : историко-психологический подход // Вестн. Рос. ун-та дружбы народов. Сер. Психология и педагогика. 2015. № 4. С. 7–15.
3. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности как субъекта социального бытия // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2014. Т. 14, вып. № 1. С. 80–86.
4. Акименко А. К. Взаимосвязь представлений о лжи и стратегий поведения современной молодежи в процессе социально-психологической адаптации // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2010. Т. 10, вып. 3. С. 56–61.
5. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях : переосмысливание, преобразование жизненных ситуаций и психологическая защита // Психол. журн. 1994. Т. 15, № 1. С. 3–18.
6. Гуцина Т. В., Крюкова Т. Л., Екимчик О. А. Культура, стресс и копинг : влияние социокультурного контекста на выбор типа совладания // Вестн. Костром. гос. ун-та им. Н. А. Некрасова. Сер. Педагогика.

Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2014. Т. 20, № 4. С. 73–81.

7. Москачева М. А., Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г. Алекситимия и способность к эмпатии // Консультативная психология и психотерапия. 2014. № 4. С. 98–113.

### Relationship between Alexithymia, Coping Strategies and a Self-regulation Style

A. K. Akimenko

Saratov State University

83, Astrakhanskaya str., Saratov, 410012, Russia

E-mail: akimenko\_ak@mail.ru

The paper presents the results of an empirical study of coping behavior strategies, conducted on a sample of young people ( $N = 120$ ; aged 19–30). The study used the following questionnaires: the Behavior Self-Regulation Style Questionnaires (V. I. Morosanova), the Ways of Coping Questionnaire (R. Lazarus), the Toronto Alexithymia Scale (G. Taylor, adapted by D. B. Eresko), and the Locus-of-Control Questionnaire (J. Rotter, adapted by E. F. Bazhin, S. A. Golyunkina, A. M. Etkind). These questionnaires helped to identify the relationship between coping behavior strategies and such personal characteristics as the level of subjective control (internal/external), alexithymia, self-regulation style, and others. The obtained data provide insight on possible determinants of behavioral patterns of modern young people, and can be used by professionals in counseling therapy.

**Key words:** alexithymia, self-regulation style, coping behavior, coping strategies, internality, externality.

### References

1. Kudinov S. I., Khammad S. M. Psikhologicheskaya ustoychivost lichnosti kak osnova samorealizatsii subekta (Personality's psychological stability as foundation of subject's self-realization). *Vestnik Rossiyskogo universiteta druzhby narodov. Ser. Psikhologiya i pedagogika* (PFUR Bulletin. Ser. Psychology and Pedagogic), 2015, no. 1, pp. 26–31.
2. Ozhiganova G. V. Vysshie dukhovnye i samoregulativnye sposobnosti v drevnevostochnoy sisteme znaniy – buddizme: istoriko-psikhologicheskii podkhod (High spiritual and self-regulative abilities in ancient eastern knowledge system – Buddhism: historical and psychological approach). *Vestnik Rossiyskogo universiteta druzhby narodov. Ser. Psikhologiya i pedagogika* (PFUR Bulletin. Ser. Psychology and Pedagogic), 2015, no. 4, pp. 7–15.
3. Shamionov R. M. Subektivnoe blagopoluchie lichnosti kak subekta sotsialnogo bytiya (Subjective well-being of personality as subject of social being). *Izv. Saratov Univ. (N.S.), Ser. Philosophy. Psychology. Pedagogy*. 2014. Vol. 14, iss. 1, pp. 80–86.
4. Akimenko A. K. Vzaimosvyaz predstavleniy o lzhi i strategiy povedeniya sovremennoy molodezhi v protsesse sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii (Correlation of modern youths concept of falsehood and behavior strategies in process of social-psychological adaptation). *Izv. Saratov Univ. (N.S.), Ser. Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 2010. Vol. 10, iss. 3, pp. 56–61.



5. Antsyferova L. I. Lichnost v trudnykh zhiznennykh usloviyakh: pereosmyslivanie, preobrazovanie zhiznennykh situatsiy i psikhologicheskaya zashchita (Personality in difficult living conditions: rethinking, transformation of living situations and psychological defense). *Psikhologicheskij zhurnal* (Psychological Journal), 1994, vol. 15, iss. 1. pp. 3–18.
6. Gushchina T. V., Kryukova T. L., Ekimchik O. A. Kultura, stress i koping: vliyanie sotsiokulturnogo konteksta na vybor tipa sovladaniya (Culture, stress and coping: influence of social-cultural context on choice of coping type). *Vestn. Kostrom. gos. un-ta im. N. A. Nekrasova. Ser. Pedagogika. Psikhologiya. Sotsialnaya rabota. Yuvnologiya. Sotsiokinetika* (Vestnik of Nekrasov Kostroma State University. Ser. Pedagogy. Psychology. Social work. Yuvenologiya. Sociokinetics), 2014, vol. 20, iss. 4, pp. 73–81.
7. Moskacheva M. A., Kholmogorova A. B., Garanyan N. G. Aleksitimiya i sposobnost k empatii (Alexithymia and empathy ability). *Konsultativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* (Counseling Psychology and Psychotherapy). 2014, no. 4, pp. 98–113.

УДК 316.6

## ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНОЙ ПРИСПОСОБЛЕННОСТИ И СТРАТЕГИЙ ПРЕОДОЛЕВАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ В АСПЕКТЕ ЕЕ АДАПТИВНОСТИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ



**Малышев Иван Викторович** — кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической психологии и психодиагностики, Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского. E-mail: iv.999@list.ru

Представлен анализ характеристик социальной приспособленности личности и основных копинг-стрессовых стратегий учащихся старших классов. В результате анализа взаимосвязей стратегий преодоления трудностей и характеристик социализации обнаружено, что у более 65% испытуемых ведущее положение занимают копинг-поведенческие стратегии, ориентированные, во-первых, на решение задач, во-вторых, на эмоциональное решение проблем. В целом это позитивно влияет на эффекты социализации детей как с проявлением заболеваний, так и с их отсутствием. Корреляционный анализ свидетельствует о взаимосвязи стратегий преодолевающего поведения и характеристик социализации личности, позитивном или негативном влиянии копинг-стрессовых стратегий на формирование личности в процессе социализации на ее раннем этапе.

**Ключевые слова:** социализация личности, копинг-стрессовые стратегии, взаимосвязь социальной приспособленности и стратегий преодолевающего поведения, старшеклассники с ОВЗ.

DOI: 10.18500/1819-7671-2016-16-3-316-321

В российском обществе за последние 20 лет произошли значительные изменения, которые повлияли на все стороны жизни современного человека. Всё это не могло не отразиться и на основных личностных свойствах, адаптационных процессах. Изучение социализации личности в данном контексте приобретает особую актуальность, так как от эффективного вхождения в различные слои общества зависит психологическое и социальное благополучие каждого человека и государства в целом. При этом существенное

значение для развития современного общества имеет успешная социальная приспособленность на ранних этапах жизни, в частности у подростков с ограниченными возможностями здоровья, страдающих различными заболеваниями.

Социализация представляет собой процесс формирования личности с момента рождения и в течение всей жизни. По мнению А. Л. Журавлева, это процесс активного усвоения норм и ценностей общества и включение их индивидом в систему социальных установок, что определяет его позиции и поведение в качестве личности в общественной системе [1]. В настоящее время изучение особенностей социализации личности в разных её аспектах не должно ограничиваться только известными в психологии подходами. Всесторонне и комплексно исследовать проблему во многом позволяет системно-диахронический подход. Согласно Р. М. Шамионову, главными инстанциями, которые регулируют характер социальной активности личности и поведения человека, являются эффекты социализации. Динамический аспект в новом подходе предполагает изучение изменений, происходящих в личности на разных этапах ее социализации, т.е. системно-диахронический подход к анализу процессов социализации решает задачу отслеживания данных изменений. Благодаря этому происходят сдвиги в системе личности и формируются эффекты-явления, которые