

Секция «Психология»

Копинг и самоотношение личности

Демидова Кристина Валерьевна

Студент

Московский Гуманитарный Университет, Психологии и социальной работы, Москва, Россия

E-mail: demidova.kristina@gmail.com

Проблема копинг-поведения приобретает всё большую популярность в зарубежной и отечественной психологии. Этому способствуют повышение стрессогенности социальной жизни и трудовой деятельности человека, расширение спектра социальных кризисов, природных катаклизмов и техногенных катастроф. Разнообразие стрессогенных ситуаций и факторов, а также индивидуально-психологические особенности личности обуславливают различные стратегии преодолевающего поведения человека в трудных жизненных обстоятельствах.

Значительную роль в выборе пути совладания играет самоотношение субъекта, его чувство в адрес себя, характеризующееся наличием или отсутствием веры в собственные силы. Несмотря на большое количество современных исследований различных аспектов совладающего поведения, недостаточно раскрытым остается вопрос о детерминации копинга со стороны самоотношения. Логичным будет предположение о том, что особенности самоотношения играют значительную роль в том, какую форму совладания с трудностями демонстрирует человек - адаптивную, требующую веры в себя и свои силы, или неадаптивную, связанную с желанием избежать ответственности и излишних затрат психологических ресурсов. Для эмпирического подтверждения данного предположения нами было проведено исследование взаимосвязи самоотношения и адаптивностью копинг-стратегий.

Результаты исследования раскрывают взаимную обусловленность самоотношения и адаптивности совладающего поведения. Это позволяет рассматривать данные конструкторы, как «взаимные» психологические ресурсы: негативное самоотношение может быть скорректировано путем приобретения опыта положительного разрешения жизненных трудностей с помощью повышения эффективности и адаптивности совладающего поведения. Проблемы копинг-поведения, скорее всего, имеют источник в дисгармоничности самоотношения и могут быть скорректированы в процессе формирования адекватного позитивного отношения личности к себе.

Литература

1. Абитов И.Р. Антиципационная состоятельность в структуре совладающего поведения: в норме и при психосоматических и невротических расстройствах: Дисс. ... канд. психол. наук. – Казань, 2007. С. 158.
2. Лебедев И.Б. Психологические механизмы, стратегии и ресурсы стресс преодолевающего поведения (копинг-поведения) специалистов экстремального профиля: На примере сотрудников МВД России: Дисс. ... докт. психол. наук. - М., 2002. С. 432.

3. Лукьянов В.В. Защитно-совладающее поведение и синдром «эмоционального выгорания» у врачей-наркологов, их коррекция и влияние на эффективность лечения больных: Дисс. ... докт. психол. наук. - СПб, 2007. С. 343.
4. Пантеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. - М.: Издательство МГУ, 1991. - 110 с.
5. Суркова Е.Г. Творческая парадигма процесса совладания с трудными жизненными ситуациями // Знание. Понимание. Умение. 2011. No. 2. С. 222-228.
6. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal and coping.-NY, 1984. 218 p.

Слова благодарности

Благодарю научного руководителя Луневу Ольгу Викторовну и мужа Владимира за поддержку и добрые наставления.