

УДК 159.9

DOI: 10.26456/vtsped/2021.4.017

МЕХАНИЗМЫ МОБИЛИЗАЦИИ РЕСУРСОВ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ: ВОЗРАСТНОЙ И ПОЛОВОЙ АСПЕКТЫ

И.В. Казакова

ФГБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет», Омск

Исследуются механизмы мобилизации ресурсов совладающего поведения в мужской и женской выборках в период юности. В результате эмпирического исследования выявлена динамика в доминировании механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения от раннего юношеского возраста к позднему; определены преобладающие механизмы мобилизации ресурсов совладающего поведения у юношей и девушек.

***Ключевые слова:** механизм мобилизации ресурсов совладающего поведения, регуляция, возраст, пол, юношеский возраст.*

В настоящее время активно обсуждается проблематика эффективного поведения человека в нестабильных жизненных обстоятельствах, которая затрагивает проблему копинг-ресурсов. Ресурсы совладающего поведения, являясь предметом изучения в отечественной (В.А. Бодров [4], К. Муздыбаев [11], Д.А. Леонтьев [9] и др.) и зарубежной (D. Davis [16], Ph. Dewe [17], G. Luria, A. Torjman [18] и др.) психологии, трактуются как потенциал человека, который можно мобилизовать для совладания с жизненными трудностями. Предполагаем, что существуют механизмы мобилизации ресурсов совладающего поведения, в реализации которых проявляются возрастнополовые особенности.

Изучение научной литературы по заявленной теме позволило выявить работы ученых, в которых рассматривается возможность мобилизации психических и физических возможностей человека для преодоления препятствий в процессе деятельности в контексте волевой регуляции [7; 13]. Волевое усилие, являясь составляющей волевой регуляции, В.И. Селиванов рассматривает как «переживание борьбы с трудностями, механизм, с помощью которого преодолеваются трудные ситуации в целенаправленном действии» [13, с. 17]. Данное определение не раскрывает сущностных характеристик волевого усилия как механизма. В.А. Иванников попытался объяснить функционирование волевого усилия, как механизма мобилизации, с помощью которого возникает дополнительное побуждение через процесс создания и намеренного изменения смысла, когда действие выполняется ради ценностей человека [7].

В психологической литературе можно выделить еще ряд исследований, в которых затрагиваются аспекты смыслообразования.

Так, например, авторы, рассматривая «динамическую смысловую систему» (А.Г. Асмолов), «конфликтный смысл» (В.В. Столин), «субъективные семантики» (Е.Ю. Артемьева), «смысловую регуляцию» (Б.Ф. Зейгарник) подчеркивают общую направленность, ведущую тенденцию человека, которая является источником для возникновения производного смысла [2, 3, 6, 14]. Ценностно-смысловая подсистема переоформляется в активности при участии рефлексивных процессов, представляющих «цепь отношений частного и общего (Б.С. Братусь), «выход за рамки конкретной ситуации» (Б.Ф. Зейгарник), «соотнесение глобального и конкретного» (А.Г. Асмолов) [3, 5, 6]. Таким образом, процесс мобилизации возможностей человека ученые связывают со смыслообразованием, тем не менее, проблема понимания структуры и особенностей функционирования механизма мобилизации нуждается в дальнейшем пояснении.

Для решения указанной проблемы использовался регулятивный подход, в котором регуляция трактуется как «направленная на развитие целостности субъектная активность, осуществляемая посредством системы выборов» [15, с. 105]. Структура регуляции включает в себя ценностно-смысловую подсистему, активность и рефлексию.

Ценностно-смысловая подсистема регуляции раскрывается в базовой потребности человека – стремлении к значимости собственной личности, которая детерминирует поведение человека и раскрывается в ценностях, смыслах, мотивах. Несмотря на то, что стремление к личностной значимости по содержанию во многом пересекается с такими понятиями, как «чувство ценности самого себя» (А. Лэнгле), «стремление к превосходству» (А. Адлер), «самоутверждение» (Е.П. Никитин, Н.Е.Харламенкова), оно характеризуется большей интегративностью [1, 10, 12]. А.С. Шаров выделил полярные виды стремления к значимости в зависимости от того, насколько социальная среда одобряет проявления данной потребности. Так, на одном полюсе находится стремление к саморазвитию, тогда как на другом – стремление к саморазрушению. Следующая разновидность проявляется в таких полярных тенденциях, как стремление к самоутверждению и стремление к самопонижению. И последняя тенденция выражается в стремлении к самореализации или «фикс достижениям» [15, с. 324].

Стремление к значимости собственной личности, отражая зависимость человека от окружающего мира, проявляется в активности, которая протекает как во внешнем плане – действия, поступки, так и во внутреннем – в виде переживаний, размышлений. В активности ценностно-смысловое содержание раскрывается, переоформляется, развивается. Переосмысление содержания внутреннего опыта становится возможным благодаря рефлексии, как направленности на себя, которая позволяет простроить, осмыслить и организовать ценное для человека.

В трудной жизненной ситуации базовая потребность человека

выступает в качестве ресурса, который можно мобилизовать в процессе рефлексивного сопряжения возможных вариантов поведения в трудной ситуации с имеющимися представлениями о самом себе

Таким образом, под «механизмом мобилизации ресурсов совладающего поведения» понимаем механизм регуляции внутренней активности (состоящий из трех регулятивных подсистем: ценностно-смысловой, активности и рефлексии), который проявляется в переживании, проигрывании и проживании ситуаций из прошлого, настоящего и будущего, связанных с возникшей наличной ситуацией и направлен на образование личностного смысла, производного от ведущего стремления к значимости собственной личности» [8, с. 11].

Изучение возрастной специфики механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения на выборке юношеского возраста представляется актуальным, поскольку именно в данный возрастной период происходит самоопределение, понимание своей внутренней позиции и оформление образа «Я». Процесс ценностно-смыслового оформления сопряжен с рефлексией, которая, с одной стороны, позволяет лучше чувствовать и осознавать свои переживания, а с другой стороны, – она позволяет личности выйти за рамки возникшей ситуации и занять позицию по отношению к происходящему. Юношеский возраст – время становления рефлексивной, ценностно-смысловой подсистем регуляции, и столкновения с массой трудных жизненных ситуаций, решение которых связано с самостоятельным выбором своего жизненного пути. Кроме того, выявление половых особенностей в мобилизации ресурсов совладающего поведения в период, когда происходит ломка традиционных ролей и культурных стереотипов, позволит выявить выраженность привычных вариаций в мужском и женском реагировании на трудную жизненную ситуацию. Полученные данные можно учитывать в профилактической работе, направленной на снижение рисков неэффективного совладания с жизненными трудностями.

Выявление механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения и их возрастно-половых особенностей проводилось на выборке юношеского возраста в количестве 152 человека. Состав групп по возрасту: 49,3% – обследуемые раннего юношеского возраста ($n = 75$), 50,7% – испытуемые позднего юношеского возраста ($n = 77$). Состав групп по полу: 53% – девушки ($n = 81$), 47% – юноши ($n = 71$). Для проведения исследования были использованы методики: «Методика определения стремления человека к значимости собственной личности» (А.С. Шаров), «Рефлексия человека в жизнедеятельности» (А.С. Шаров), «Индивидуальная мера рефлексивности» (А.В. Карпов), методика проведения качественного фокусированного интервью. Для обработки эмпирических данных были задействованы прикладные компьютерные программы обработки табличных данных Excel и пакет статистического

анализа SPSS 16, с помощью которых были применены методы описательной статистики и проведен факторный анализ.

Эмпирическая часть работы включала два этапа: выявление механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения и определение половых и возрастных особенностей выявленных механизмов.

С помощью факторного анализа было обнаружено пять типов механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения, которые объясняют около 70 % совокупной дисперсии. Каждый фактор представляет собой тип механизма мобилизации ресурса совладающего поведения, поскольку в нем проявились во взаимосвязи стремление к значимости собственной личности и все регулятивные подсистемы. Затем для всех принявших участие в исследовании на основании процедуры возврата факторных нагрузок было рассчитано специальное факторное значение, которое наряду с данными качественного интервью, позволило всех юношей и девушек разделить на пять групп по доминирующему механизму мобилизации.

Поскольку подробное описание механизмов мобилизации было представлено в ранее одной из наших работ [8, с. 118], сейчас лишь актуализируем сущностные моменты по каждому механизму с тем, чтобы охарактеризовать возрастные и половые особенности.

Первый механизм обнаружен у обследуемых с выраженной тенденцией к самоутверждению (23,43% общей дисперсии). Для них совладать с трудной ситуацией – значит получить одобрение, признание со стороны, доказать другим свою состоятельность. Столкнувшись с проблемой, такие молодые люди обращаются к своему прошлому, переживая ещё раз минувшие события, напоминающие возникшую проблему. Аффективное проживание собственных побед или неудач усиливает эмоциональную напряженность. В такой внутренней работе молодые люди пытаются понять для себя значение происходящего, выстраивая смысловые связи между сложившейся ситуацией и стремлением к самоутверждению, образуя производный от него личностный смысл.

Второй механизм выявлен у молодых людей с преобладающей тенденцией к самореализации (18,75% общей дисперсии). Обследуемые с данным механизмом ориентированы на проявление своего потенциала и достижение результата. При столкновении с проблемой они в когнитивной активности прогнозируют варианты её преодоления. Размышляя над решением возникшей ситуацией, апеллируют к своему будущему, пытаясь обосновать необходимость действий в настоящем времени. Многократное обдумывание возможных линий поведения сопровождается оценкой, и как результат – усилением эмоциональной реакции, указывающей на главное, что укрепляет их в правильности предполагаемых действий и позволяет образовать личностный смысл, производный от стремления к самореализации.

Третий механизм выявлен у молодых людей с преобладающим стремлением к саморазвитию (15,2% общей дисперсии). Для таких юношей и девушек ценным является развитие собственных возможностей, понимание сторон своей личности и осознание того, что они какие-либо виды работ могут выполнять самостоятельно и качественно. При столкновении с трудной ситуацией такие обследуемые проигрывают возможные варианты ее преодоления, но не обращаются к своему прошлому и не прогнозируют своё будущее. Преобладание рефлексии настоящего сказывается на протраивании и ситуативном осмыслении возникшей ситуации, поэтому выход на основания жизнедеятельности затруднен. Появляющееся напряжение они снимают в конативной активности, что может проявляться в хаотичных и стереотипных действиях. В такой поведенческой активности, характеризующейся отсутствием единой стратегической линии, у таких молодых людей возникает понимание того, что они хоть что-то предпринимают для решения возникшей проблемы.

В следующих двух механизмах мобилизации ресурсов совладающего поведения смыслообразования в контексте ведущего стремления к личностной значимости не происходит, поэтому их можно назвать псевдомеханизмами.

Первый псевдомеханизм выявлен у обследуемых с выраженной тенденцией к фикс достижениям на событиях прошлого (6,6% общей дисперсии). При столкновении с трудной ситуацией такие юноши и девушки погружаются в прошлое, вспоминая минувшие события и фиксируясь на них. Это позволяет снять возникшее напряжение и уйти от решения актуальных проблем.

Второй псевдомеханизм обнаружен у молодых людей с тенденцией к фикс достижениям на событиях будущего (5,8% общей дисперсии). Такие юноши и девушки реализуют себя в прожектёрстве. Мечтая, обосновывая необходимость совершения некоторых действий во внутреннем плане, они успокаиваются и снимают возникающее напряжение.

Следующий этап работы был связан с выявлением возрастно-половых особенностей механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения.

На основе анализа эмпирических данных была выявлена представленность всех типов механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения у молодых людей в группах раннего и позднего юношеского возрастов. Различия касаются степени их представленности. Так, в раннем юношеском возрасте механизмы мобилизации обнаружены у 48,6% обследуемых (из них на долю последних двух механизмов мобилизации приходится 11,9% обследуемых), тогда как у молодых людей позднего юношеского возраста они обнаружены у 51,4% (из них на долю последних двух механизмов мобилизации приходится 6,3% обследуемых). То есть от раннего юношеского возраста к позднему

наблюдается увеличение числа обследуемых, у которых выявлены механизмы мобилизации ресурсов совладающего поведения. Причем доля псевдомеханизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения к позднему юношескому возрасту становится практически в 2 раза меньше.

Если рассматривать ранний юношеский возраст, то необходимо отметить преобладание на данном возрастном этапе механизма с ведущей тенденцией к самоутверждению (19,8%), благодаря которому понимание проблемной ситуации происходит в процессе переживания и анализа прошлых похожих событий. Далее по степени выраженности находятся механизм с ведущей тенденцией к самореализации (10,3%) и механизм фикс достижений на событиях будущего (8,7%). В меньшей степени представлены механизм с тенденцией к саморазвитию (6,6%) и механизм фикс достижений на событиях прошлого (3,7%).

В старшей возрастной группе преобладает механизм с тенденцией к самореализации (16%), благодаря которому обследуемые мобилизуют себя в трудной ситуации за счет умения посмотреть на свою жизнь целостно «из будущего». Далее с небольшим отрывом идут механизмы с тенденциями к самоутверждению (14,1%) и саморазвитию (15%). Слабее выражены псевдомеханизмы с фиксацией на прошлом (5,3%) или на будущем (1%).

Характеризуя особенности преобладания механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения в зависимости от пола, следует отметить следующие моменты. Так, у юношей на первом месте находится механизм с тенденцией к самореализации (31,49%). Образование смысла самореализации в процессе мобилизации коррелирует с представлением о способностях мужчин прагматично и стратегично решать возникающие задачи. Для этого они тщательно прогнозируют собственные действия и возможные последствия, ориентируясь преимущественно на собственное мнение. Самореализация сопряжена развитием своих возможностей, что объясняет второе место механизма с ведущей тенденцией к саморазвитию (27,7%). Третье место разделили механизм с доминирующей тенденцией к самоутверждению (16,7%) и механизм фикс достижений на событиях будущего (16,7%), в меньшей степени представлен механизм фикс достижений на событиях прошлого (7,4 %). Следует обратить внимание на то, что механизм фикс достижений на событиях будущего на 14,8% представлен больше в мужской выборке, по сравнению с женской. То есть юноши, стремясь к личностной значимости, больше погружаются в свой внутренний мир и реализуют себя в различных ситуациях виртуальной жизни, связанных с обдумыванием, прогнозированием своего будущего.

В женской выборке, преобладает механизм с тенденцией к самоутверждению (51,9%), который свидетельствует о значимости для представительниц женского пола мнения других людей, которое позволяет им укрепиться в выбранной стратегии или получить помощь, совет в

случае, если решение о векторе действий еще не принято. Осмысление трудной ситуации у девушек осуществляется в аффективной активности, переживании событий прошлого, так или иначе напоминающих имеющуюся ситуацию. Далее по степени выраженности находятся механизмы с тенденцией к самореализации (21,1%) и саморазвитию (13,6%). Из числа псевдомеханизмов мобилизации в женской выборке лидирует фиксация на событиях прошлого (11,5%). Это свидетельствует о том, девушки при столкновении с трудной ситуацией больше концентрируются на своих прошлых достижениях, работая преимущественно в эмоциональной сфере. Следует отметить и тот факт, представленность псевдомеханизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения в женской выборке практически в 2 раза меньше, чем в мужской, что свидетельствует о более продуктивной внутренней работе у девушек.

Выводы:

1. Общим для обследуемых мужского и женского пола обеих возрастных групп является представленность всех типов механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения.

2. Возрастной аспект в мобилизации ресурсов совладающего поведения характеризуется преобладанием в старшей возрастной группе механизма с тенденцией к самореализации, который проявляется в обосновании выбранной линии поведения для своего будущего. Тогда как у испытуемых раннего юношеского возраста доминирует механизм с тенденцией к самоутверждению, который связан с анализом событий прошлого в аффективной активности.

3. Мобилизация ресурсов совладающего поведения в зависимости от пола характеризуется стремлением девушек осмыслить свои жизненные ориентиры в переживании при обращении к событиям прошлого, что нашло свое выражение в преобладании механизма с ведущей тенденцией к самоутверждению. Мужская выборка ориентирована на организованные, спрогнозированные действия в трудной ситуации, что нашло свое отражение в механизме с тенденцией к самореализации.

Результаты данного исследования показали, что в юношеском возрасте у представителей мужской и женской выборки существует специфическое сочетание механизмов мобилизации ресурсов совладающего поведения. Изучение механизмов мобилизации на других онтогенетических этапах является перспективным направлением в работе, поскольку позволит выявлять проблемные моменты в регуляции психической активности и прогнозировать формы профилактической и коррекционной работы с людьми, оказавшимся в трудной жизненной ситуации.

Список литературы

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М.: Академический проект, 2015. 240 с.

2. Артемьева Е.Ю. Психология субъективной семантики. М.: Изд-во ЛКИ, 2007. 136 с.
3. Асмолов А.Г. Принципы исследования смысловых образований личности // Развитие эргономики в системе дизайна. Боржом, 1979. С. 219–224.
4. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ, 2006. 528 с.
5. Братусь Б.С. К изучению смысловой сферы личности // Вестн. МГУ (Психология). 1981. №2. С. 46–55.
6. Зейгарник Б.В. Патопсихология. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1986. 287 с.
7. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. М.: МГУ, 2006. 208 с.
8. Кочкарева И.В. Рефлективный механизм мобилизации ресурсов совладающего поведения: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 2013. 21 с.
9. Леонтьев Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // Сибирский психологический журнал. 2016. № 62. С. 18–37.
10. Лэнгле А. Введение в экзистенциально-аналитическую теорию эмоций: прикосновение к ценности // Вопросы психологии. 2004. № 4. С. 3–21.
11. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями // Журнал социологии и социальной антропологии. 1998. Т. 1. № 2. С.100–111.
12. Никитин Е.П. Проблема самоутверждения личности в философии и психологии: к истории проблемы // Вопросы философии. 2009. № 8. С. 73–91.
13. Селиванов В.И. Психология волевой активности. Рязань: РГПИ, 1974. 149 с.
14. Столин В.В. Самосознание личности. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. С. 220–231.
15. Шаров А.С. О-граниченный человек: значимость, активность, рефлексия: монография. Омск: Изд-во ОмГПУ, 2000. 358 с.
16. Davis D. E. Religious Coping, Coping Resources, and Depressive Symptoms: Test of a Mediation Model/ D. E. Davis, J.Ashby,S. McElroy, J. Hook // Counseling and Values, 2014. Vol. 59, Issue. 2. Pp. 139–154.
17. Dewe Ph. Demand, Resources, and Their Relationship with Coping // The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice, First Edition. 2017. Pp. 427–433.
18. Luria G., Torjman A. Resources and coping with stressful events // Journal of Organization Behavior. 2009. Vol. 30, Issue 6. Pp. 685–707.

Об авторе:

КАЗАКОВА Ирина Валерьевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ФГБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет» (644099, г. Омск, Набережная Тухачевского, 14), e-mail: kochkareva_i@list.ru

MECHANISM OF MOBILIZATION OF COPING BEHAVIOR RESOURCES: AGE AND GENDER ASPECTS

I.V. Kazakova

Omsk State Pedagogical University, Omsk, Russia

Mechanisms of mobilization of coping behavior resources in male and female samples during adolescence are investigated. As a result of empirical research the dynamics in dominance of coping behavior resource mobilization mechanisms from early adolescence to late adolescence was revealed; the predominant mechanisms of coping behavior resource mobilization in boys and girls were determined.

Keywords: coping behavior resource mobilization mechanism, age-gender differences, regulation, gender, adolescence.