

Маскулинность/феминность является важным фактором формирования личностной идентичности, на что указывают выявленные различия в выраженности показателей у мальчиков и девочек. В юношеском возрасте представители обоих полов сталкиваются с трудностями, преобладающая значимость для девочек маскулинной составляющей психологического пола отражает доминирование в обществе гендерных стереотипов, идеализирующих маскулинность как условие социальной успешности.

Литература

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс; пер. с англ.; под ред. В. Я. Пилиповского. – М.: Прогресс, 1986. – 420 с.
2. Липкина А.И. Критичность и самооценка в учебной деятельности / А.И. Липкина. – М.: Психология, 1989. – 451 с.

ОСНОВНЫЕ МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ БИОПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ МОДЕЛИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Станибула С. А.,

*Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины
Республика Беларусь, г. Гомель*

В современной науке достаточно ярко выражены три основных подхода совладающего поведения: аналитический, диспозиционный, транзакционный [1]. В данных моделях актуализированы основные модели совладающего поведения, достаточно полно описывающие основные процессуальные компоненты данного феномена.

Существует много различных моделей и концепций объяснения совладающего поведения. В настоящее время наиболее интересными и теоретически обоснованными представляются:

Концепция соответствия когнитивной оценки и совладания

Основные положения концепции соответствия когнитивной оценки совладания («the-goodness-of-fittest» – the fit between the appraisal of controllability and coping) подчеркивают важность проблемно-ориентированного совладания как наиболее адаптивного эффективного в тех ситуациях в которых личность способна контролировать те или иные события. Совладающее поведение, имеющее природу сугубо эмоциональную, эффективны для менее контролируемых ситуаций [2, 3].

Выбор специфики совладающего поведения зависит от особенностей восприятия той или иной ситуации [4]. В ситуациях, трудно поддающихся контролю для совладания с ними, используются копинг-стратегии, ориентированные на эмоции; в ситуациях же, которые легко поддаются контролю для совладания с ними, используются копинг-стратегии проблемно-ориентированного характера. Это доказывают исследования многих ученых, которыми установлена взаимосвязь совладающего поведения с индивидуально-психологическими особенностями личности.

Интерактивная модель

Модель в качестве научно-методологических основ использует транзакционное направление совладающего поведения Р. Лазаруса и С. Фолкмана. Модель описывает возникновение совладающего поведения как квинтэссенцию взаимодействия личности и ситуации.

Основное достоинство данной модели является в актуализации превалирующей роли оценки феноменологического восприятия индивидом ситуации, с которой необходимо справиться. Копинг-поведение меняет смысловое восприятие угрожающей ситуации и актуализирует приобретенный опыт в индивидуальном аспекте личности.

Посредническая модель

Посредническая модель актуализирует ведущее влияние личностных (диспозиционных) характеристик на совладающее поведение человека в трудных жизненных ситуациях.

Ключевым достоинством данной модели является выделение, и актуализация личностных диспозиций как ключевых ресурсных компонентов, позволяющих личности справиться с трудной ситуацией.

К недостаткам модели можно отнести недостаточное внимание другим составляющим совладающего поведения таким как особенности ситуации, опыта индивида, социальному окружению и т.д

Модель опережающего совладания, ориентированного на будущее

При помощи данной модели исследователи стремятся объяснить проявления совладающего поведения не только в ситуациях угрозы, утраты в прошлом и настоящем, но и предупреждения дезадаптивного влияния потенциальных угроз. Подчеркивается, что люди обладают определенной способностью предвосхищать потенциальные угрозы и действовать упреждающе с целью минимизации влияния стрессовой ситуации. В рамках данной модели выделяют восстановительное, реагирующее, (реактивное) совладание (reactive coping), опережающее, проактивное совладание (proactive coping), предвосхищаемое, антипационное совладание (anticipatory coping), профилактическое, превентивное совладание (preventive coping) [5].

Модель опережающего совладания, ориентированного на будущее послужила серьезной теоретико-практической базой для построения различных профилактических программ направленных на профилактику различных психосоматических заболеваний.

В качестве недостатков отметим: недостаточное теоретико-практическое обоснование комплекса процессов, благодаря которым люди выделяют и предвосхищают угрозы.

Модель двойного процесса в совладающем поведении

Модель двойного процесса в совладающем поведении (Dual Process Model of Coping) объясняет процесс совладания с позиции функционирования различных подсистем, пребывающих в постоянных взаимосвязях, дополняющих и регулирующих друг друга.

Совладающее поведение проявляется в автоматических, непосредственных, немедленных и спонтанных реакциях на стрессовые

ситуации. Регуляция совладающего поведения индивидом происходит путем сознательных и неосознанных усилий по актуализации физиологических реакций, управлением психическими состояниями и процессами (эмоции, внимание, интеллект, поведение).

В данной модели под адаптивным совладанием понимается динамический взаимозависимый процесс преодоления трудностей и восстановления актуального психофизиологического состояния до воздействия стресса, достигающий путем ориентаций на негативную и позитивную переоценку стрессовой ситуации, избеганием проблемы и ее разрешением [2].

К недостаткам модели относятся недостаточная теоретико-практическая изученность взаимодействия процессов реакции на стрессовое событие и процесса регуляции психофизиологического состояния до воздействия стресса.

Понимание динамики, структуры, развития и действия совладающего поведения может включать множества биологических, психологических, социальных и культурных аспектов. Рассматривая данные компоненты отдельно велика вероятность потери значимых аспектов взаимодействия и взаимозависимости между различными факторами. Имеющиеся ограничения каждого подхода могут быть частично преодолены в биопсихосоциальной модели совладающего поведения.

Биопсихосоциальная модель предлагает посмотреть на проблему совладающего поведения с позиции системности и учета множества факторов, влияющих на специфику совладающего поведения. Модель сформулирована G. Engel в 1977 году [4].

К биологическим аспектам относят генетические, физиологические, половые и другие факторы, влияющие на специфику развития и проявления совладающего поведения. Психологические аспекты сфокусированы в эмоциональной, волевой, поведенческой и когнитивной сфере личности. Социальные аспекты включают в себя структуру и особенности межличностных, семейных отношений, социальный статус, профессиональные аспекты и предпочтения.

Рассматривая различные категориальные единицы совладающего поведения среди которых ключевыми являются копинг-стратегии и ресурсы совладания можно с уверенностью утверждать, что вся основная проблематика функционирования, развития и структуры данных основных категорий совладающего поведения может быть описана с позиций биопсихосоциальной модели.

Успешность адаптации личности к стрессу определяется уровнем развития у нее копинг-поведения, которое регулируется посредством применения средовых условий (копинг-ресурсов) и поведенческих стратегий (копинг-стратегий) на основе имеющегося личностного опыта и ресурсов совладания [2].

В частности, в результате теоретического анализа было определено, что копинг-стратегии включают в себя следующие категории:

1) познания и представлений, 2) чувства, 3) отношения с людьми, 4) духовность, 5) физическое бытие. Обращение к той или иной ситуации определяется стрессором и смысловым содержанием проблемной ситуации [1]. Можно утверждать копинг-стратегии — это совокупность социальных, биологических, психологических паттернов реагирования с целью преодоления трудной ситуации. Таким образом копинг-стратегии это актуальные эмоциональные, когнитивные, поведенческие, биологические ситуативно обусловленные средовыми и биологическими факторами ответы личности на воспринимаемую угрозу, как способу управления стрессором.

Другой достаточно важной категорией является копинг-ресурсы личности. Исследователи, работающие в русле социокультуральных подходов, под копинг-ресурсами понимались и изучались психологические (переменные подобно самоуважению и самооффективности) и экологические факторы: социальные ресурсы, социальную сеть поддерживающих отношений, финансовые ресурсы и уровень образования.

Таким образом, под ресурсами личности будем понимать системную совокупность физических, личностных, социальных и духовных адаптационных категорий, позволяющих преодолевать и стабилизировать стрессовые ситуации и их последствия. Ресурсная сфера личности — это динамическая диспозиционная структура, обусловленная изменчивостью биологических, социальных и психологических контекстов

Список цитированных источников

1. Станибула С.А. Психология совладающего поведения: состояние и перспективы / С. А. Станибула // Известия Гомельского государственного университета имени Ф. Скорины. – № 2 (95), 2016. – С. 52-57

2. Endler, N. S. Parker, J.D. A Multidimensional Assessment of Coping: A Critical Evaluation / N.S. Endler, J.D. Parker // Journal of Personality and Social Psychology. – 1990. – Vol. 58. – № 5. – P. 844–854.

3. Conway, V.J. Terry, D.J. Appraised Controllability as a Moderator of the Effectiveness of Different Coping Strategies: A Test of the Goodness of Fit Hypothesis / V.J. Conway, D.J. Terry // Australian Journal of Psychology. – 1992. – Vol. 44. – № 1. – P. 1–7.

4. Zakowski S. G. et al. Appraised control, coping and stress in community sample: A test of the goodness-fit hypothesis. – 2001. – Vol. 23. P. – 158–165.

5. Aspinwall L G., Taylor S. E. A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. Psychological Bulletin. – 1997. – Vol. 121 (3). – P. 417–436.