

статистически значимых различий в использовании относительно адаптивных копинг-стратегий во всех сферах ($\phi^*=0,417$, $p\leq 0.01$).

Дальнейшая психологическая работа будет направлена на совершенствование программы, в частности, блока личностно-средовых копинг-ресурсов, способствующих развитию эффективных копинг-стратегий, а также, разработку приемов совершенствования естественных социальных сетей, их коррекцию и создание искусственных сетей социальной поддержки, которые, как показывают исследования Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского, являются факторами резистентности к стрессу [5].

Список использованных источников

1 Москаленко В. Д. Созависимость: характеристики и практика преодоления /Лекции по наркологии /Под ред. Иванца Н. Н. – М: Нолидж, 2000. С. 365–406.

2 Стоянова, И.Я. Психология созависимости: поиски новых направлений психологической помощи / И.Я. Стоянова, Л.В. Мазурова, Н.А. Бохан [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2011. N 5. URL: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru) (дата обращения: 11.02.2019).

3 Шорохова О.А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости / О.А. Шорохова. – СПб.: Речь, 2002.– 136 с.

4 Делеви, В.С. Экзистенциальные аспекты формирования копинг-стратегий в процессе терапии зависимости от психоактивных веществ / В.С. Делеви // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. «Педагогика и психология», «Филология и искусствоведение». – 2008.– №2 С. 115–119.

5 Сирота, Н.А. Применение и внедрение программ реабилитации и профилактики зависимого поведения как актуальная задача российской клинической психологии / Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2012. N 2. URL: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru) (дата обращения: 12.02.2019).

ПЕРФЕКЦИОНИЗМ, АГРЕССИЯ И ВРАЖДЕБНОСТЬ КАК ЛИЧНОСТНЫЕ КОРРЕЛЯТЫ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ

Сильченко И.В.,

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

Эффективная работа по профилактике психосоматических заболеваний требует знания факторов, их детерминирующих. В многочисленных исследованиях доказана роль стрессовых состояний в возникновении и развитии различных соматических заболеваний (В.Д. Менделевич, 2002; И. Г.Малкина-Пых, 2005; Ю.В. Щербатых, 2006; Г. В. Погосова, 2007; Т.Н Золотова, 2008;

О. П. Ротарь, Е. А Трифонова, Л. С. Коростовцева, 2011; Краснов А.А., 2012).

В последнее время внимание исследователей сконцентрировано на копинг-поведении личности как факторе, опосредующем стрессогенные воздействия. Эмпирические данные подтверждают наличие связи стиля совладания с риском развития психосоматических расстройств [1; 2; 3]. На основании анализа современных теоретических и эмпирических исследований копинг-поведения в связи с риском развития соматических заболеваний Трифонова Е.А. пришла к выводу, что совладание со стрессом не является эмпирически доказанным самостоятельным фактором риска соматической патологии, а скорее выступает копинг-коррелятом известных психологических факторов соматических заболеваний [1, с. 99]. К наиболее часто упоминаемым предикторам психосоматических расстройств относятся враждебность, агрессия и перфекционизм.

В ряде исследований убедительно продемонстрировано значение агрессии и враждебности как самостоятельных предикторов развития ишемической болезни сердца, гипертонической болезни, нарушений сердечного ритма, метаболического синдрома, смертности от сердечно-сосудистых заболеваний, бронхиальной астмы. Отмечается, что враждебность является прогностическим критерием неблагоприятного течения аллергических, онкологических, вирусных заболеваний и расстройств личности [4; 5].

Существуют достоверные эмпирические данные о роли перфекционизма в этио- и патогенезе широкого круга психических и соматических расстройств (Гаранян Н.Г., Холмогорова А.Б., Юдеева Т.Ю., 2001; Юдеева Т.Ю., 2007; Ясная В.А., Ениколопов С.Н., 2007; Гаранян Н.Г., 2006; 2010; Парамонова В.В., 2011).

Установлена связь перфекционизма и враждебности студентов с такими дезадаптивными стратегиями совладания со стрессом, как «академическая прокрастинация (склонность откладывать начало выполнения учебных задач) и «социальное избегание» [6; 7].

Многие исследователи подчеркивают, что дисфункциональные личностные черты (агрессия, враждебность и перфекционизм), как своеобразный антиресурс, повышают вероятность использования неадаптивного копинг-поведения, что приводит к возникновению различного рода психических и соматических расстройств [7; 8; 9]. Следует отметить, что большинство исследований в этой области выполнено на материале психических расстройств.

С целью выявления особенностей перфекционизма, агрессии и копинг-поведения у студентов с психосоматическими заболеваниями было проведено исследование, в котором приняли участие 119 студентов 2 –х курсов. На основе опроса о состоянии здоровья и анализа медицинских документов испытуемые были разделены на 2 группы: с психосоматическими заболеваниями и без отклонений в состоянии здоровья.

Для оценки уровня агрессии и враждебности использовалась методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки (адаптация А.К. Осницкого) и проективная методика Э. Вагнера «Hand-test»

(модификация А.В. Герасимова). Измерение перфекционизма проводилось с помощью многомерной шкалы перфекционизма П.Л. Хьюитта и Г.Л. Флетта (адаптация И.И Грачевой), которая дала возможность определить как общий уровень перфекционизма, так и выраженность отдельных его компонентов – Я-ориентированного, объектно-ориентированного и социально предписанного перфекционизма.

Диагностика копинг - стратегий осуществлялась с помощью методики копинг–механизмов Э. Хейма, адаптированной Л. И. Вассерманом.

По результатам опросника Басса-Дарки у испытуемых с психосоматическими заболеваниями зафиксированы достоверно более высокие, чем в норме, индексы агрессивности и враждебности. Наиболее высокие значения отмечены по шкалам «раздражительность», «подозрительность» «косвенная агрессия», обида. При этом показатели прямых и открытых форм агрессии по шкалам «вербальная и физическая агрессия» в данной выборке незначительно отличаются от нормативных, что свидетельствует о склонности данной категории испытуемых к накоплению агрессивного и враждебного потенциала при выраженном ограничении его проявления.

Полученные результаты подтверждаются данными теста «Рука»: в группе психосоматических больных выявлена достоверно более высокая, чем в здоровой группе, агрессивность, направленная на предметы (неживые объекты) ($p < 0.001$). По уровню агрессивности, направленной на людей, показатели в двух группах не различаются. У них также более выражены личностные качества, сдерживающие прямое выражение агрессии в поведении: межличностная зависимость, уступчивость, подчиняемость в сочетании с интенсивной потребностью в контактах. Кроме того, отмечается тенденция к более выраженному внутреннему диалогу, что косвенно может свидетельствовать о тенденции к «застреванию» на собственных переживаниях, постоянной проработке своих проблем.

С помощью U-критерий Манна-Уитни обнаружены значимые статистические различия по параметрам перфекционизма в двух группах. У студентов с психосоматическими заболеваниями все показатели перфекционизма (ориентированного на себя, ориентированного на других и социально предписанного перфекционизма) статистически значимо превышают значения данных параметров у условно здоровых испытуемых ($p < 0,05$). Можно заключить, что стремление человека к установлению нереалистичных стандартов для себя, чрезвычайно высоких стандартов для значимых людей из близкого окружения и стремление соответствовать высоким стандартам, установленным в обществе, может провоцировать различные негативные эмоциональные переживания (тревогу, страх, беспокойство, ярость, враждебность, агрессию), тем самым, повышает субъективную стрессогенность жизни, что и приводит к возникновению психосоматических расстройств.

Выявлена положительная связь социально предписанного перфекционизма и перфекционизма, ориентированного на других, с

показателем агрессии ($r = 0,270$; $p \leq 0,05$;) и враждебности ($r = 0,377$; $p \leq 0,01$).

Сопоставление показателей выраженности копинг-стратегий у двух групп студентов показало, что 89 % студентов с психосоматическими заболеваниями используют неадаптивные копинг-стратегии. Среди здоровых студентов только 3% испытуемых прибегают к неконструктивному копингу, адаптивные копинг-стратегии используют 53% и относительно адаптивные копинг-стратегии – 44% испытуемых этой группы.

Анализ стратегий совладания со стрессом у студентов с разным уровнем перфекционизма в общей выборке показал, что испытуемые с высоким уровнем перфекционизма демонстрируют более высокие показатели неадаптивного совладающего поведения, по сравнению с испытуемыми с низким уровнем этой личностной черты ($p \leq 0,05$).

Изучение характера связи показателей перфекционизма и копинг-стратегий в выборке испытуемых с психосоматическими заболеваниями обнаружило положительную корреляцию высокого уровня перфекционизма, ориентированного на себя, с такими неадаптивными копинг-стратегиями, как «подавление эмоций» ($r = 0,372$; $p \leq 0,05$) и «диссимуляция» ($r = 0,442$; $p \leq 0,05$), и отрицательную – с адаптивными и относительно адаптивными копинг-стратегиями «сохранение самообладания» и «придача смысла» ($r = - 0,250$; $p \leq 0,05$; $r = - 0,197$; $p \leq 0,05$).

Показатели перфекционизма, ориентированного на других, в этой группе испытуемых положительно коррелируют с неадаптивными копинг-стратегиями «агрессивность» и «активное избегание» ($r = 0,325$; $p \leq 0,05$), и отрицательно – с такими адаптивными и относительно адаптивными копинг-стратегиями, как «сотрудничество» ($r = 0,532$; $p \leq 0,05$) и «отвлечение» ($r = 0,485$; $p \leq 0,05$).

Социально предписанный перфекционизм положительно связан с неадаптивными копинг-стратегиями «подавление эмоций», «самообвинение», «агрессивность» ($r = 0,334$; $p \leq 0,05$), и отрицательно – с адекватными и относительно адекватными копинг-стратегиями как эмоциональная разрядка ($r = - 0,412$; $p \leq 0,05$) и пассивная кооперация ($r = - 0,435$; $p \leq 0,05$).

На основе проведенного эмпирического исследования можно заключить, что такие личностные качества, как агрессия, враждебность и перфекционизм снижают уровень продуктивности совладающего поведения.

Список использованных источников

1 Трифонова, Е. А. Стратегии совладания со стрессом и соматическое здоровье человека: теоретические подходы и эмпирические исследования / Е.А. Трифонова // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. – 2012. – № 145. – С. 96-108.

2 Винокур. В.А. Психологические факторы развития психосоматических заболеваний/ В.А. Винокур // Психодиагностика и

психокоррекция / Руководство для врачей и психологов. – СПб.: Питер, 2008. – 384 с.

3 Сорокин. Л.А. Стратегии совладания со стрессом в формировании риска неблагоприятного течения ишемической болезни сердца у женщин / Л.А. Сорокин, К.Н. Максименко // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. – 2014. – № 3 (5). – С. 11 [Электронный ресурс]. – URL: <http://medpsy.ru/climp> (дата обращения: 12.02.19).

4 Бутوما, Б.Г. Варианты проявления агрессивного поведения при некоторых соматических и психических заболеваниях (обзор) / Б.Г.Бутوما // Журнал Невропатологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 1992. – № 2. – С. 122-126.

5 Ениколопов, С. Н. Враждебность в клинической и криминальной психологии / С. Н. Ениколопов // Национальный психологический журнал. – 2007. – № 1 (2) сентябрь. – С. 32–39.

6 Москова, М. В. Личностные факторы эмоциональной дезадаптации студентов: автореф. ... дис. канд. психол. наук: 19.00.13 / М.В. Москова; Моск. гос. психол.-пед. ун-т. – Москва, 2008. – 34 с.

7 Гаранян, Н.Г. Перфекционизм и враждебность как личностные факторы депрессивных и тревожных расстройств: автореф. ...дис. докт. психол. наук: 19.00.04 / Н.Г. Гаранян; МГУ. – М., 2010. – 42с.

8 Бодров, В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. – М.: ПЕРСЭ, 2006. – 528с.

9. Цыганкова, П.В. Перфекционный стиль личности пациентов с нарушением адаптации и суицидальным поведением: автореф. ...дис. канд. психол. наук: 19.00.04. / П.В. Цыганкова; МГУ. – М., 2012. – 32с.

ОСОБЕННОСТИ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Ситникова Н.М.,

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

Проблема исследования психологических механизмов взаимодействия

человека с миром природы остается одной из центральных в процессе разработки психологических основ современного экологического образования [1, с. 25].

Младший школьный возраст – самоценный этап в развитии экологического сознания личности. В этот период происходит качественный скачок, в значительной степени определяющий процесс развития экологического сознания личности в дальнейшем, выражающийся в формировании у ребёнка осознанного отношения к окружающему миру, он начинает выделять себя из окружающей среды, преодолевает в своём мироощущении расстояние от «я – природа» до «я и природа»; интенсивность накопления личного опыта по взаимодействию с