

2. Гончарова Т. Неблагополучные семьи и работа с ними / Т. Гончарова // Народное образование. – 2002. – № 6 – С. 98.

3. Максимова Н.Ю. Психологическая профилактика алкоголизма и наркомании несовершеннолетних: учебное пособие / Н.Ю. Максимова. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 384 с.

4. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций / Л.Б. Шнейдер. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 512 с.

Характеристика ресурсов совладающего поведения

Станибула С.А.

Гомельский государственный университет

им. Ф. Скорины,

Республика Беларусь, г. Гомель

Психология совладающего поведения достаточно новая, но в последнее время все больше набирающая популярность направление в психологии. В зарубежной науке достаточно серьезные теоретико-практические результаты нашли отражения в работах Lazarus R., Folkman S., Weber H., Maxwell D., Mollica F., Cardozo B, П.Л. Хьюитт, Г.Л. Флетт, П.Т. Коста, М.Р. Сомерфелд, Р.Р. Маккраэ и др. В отечественной литературе основные исследования отражены в работах Т.Л. Крюковой, Л.И. Анцыферовой, А.Б. Леонова, И.М. Никольская, Н.А. Сирота, Р.М. Грановская, С.А. Хазова, Т.В. Корнилова, С.И. Малахова, В.А. Ташлыкова, Е.П. Белинская, Е.Р. Исаева, С.К. Нартова-Бочавер и др. На сегодняшнее время достаточно остро стоит вопрос сущностно-содержательного изучения ресурсов совладающего поведения личности, так как любое кризисное событие требует именно активизации ресурсов совладающего поведения и в данной статье мы рассмотрим основные содержательные характеристики ресурсов совладающего поведения личности.

В научный оборот термин «копинг» (от англ. coping – совладание, преодоление) был введен Л. Murphy и означал определенную попытку создать новую ситуацию, будь она угрожающей и опасной или радостной и благоприятной (Murphy, 1974). Ряд авторов рассматривает феномен совладающего поведения как тенденциозный динамический процесс психики по устранению проблем с целью оптимизации эмоционального состояния. В частности в таком контексте рассматривал «копинг» R.S. Lazarus, определяя его как процесс решения проблем,

предпринимаемый индивидом для оптимизации своего психологического состояния и адаптации к окружающей среде [7].

Такие авторы, как Н. Weber, D. Maxwell, R.F. Mollica, B. Cardozo понимали совладающее поведение как широкий комплекс взаимосвязанных навыков необходимый для качественного управления обстоятельствами любой степени сложности в частности в условиях приспособления к болезни как угрозе физическому личностному и социальному благополучию (Weber, Maxwell, Mollica, Cardozo 2004).

Достаточно интересные научные результаты были получены при исследовании совладающего поведения в аспекте динамических феноменологических аспектов личности в частности Folkman, Stein, 1997 которые актуализировали базисное значения целей как одного из основных феноменов претерпевающих наибольших изменений в течение стрессовых событий (Folkman, Stein, 1997). Успешное совладание в основном зависит от способности личности феноменологически обходиться с актуальными целями, то есть при необходимости отбросить и пересмотреть или генерировать новые цели которые по своей природе будут наиболее актуальны, значимы и фундаментальны. Таким образом, процесс совладания по своей природе динамичен и в результате его происходит удивительный и недостаточно изученный процесс трансформации смысловой сферы личности.

Greenglass, Schwarzer, Knoll совладающее поведения фокусировали на предупреждении влияния событий, которые с определенной вероятностью могут произойти в будущем (Greenglass, 1998; Schwarzer, Knoll, 2003) и выделяли опережающее, проактивное совладание (proactive coping) понимаемое как широкий комплекс процессов, благодаря которым личность предвосхищает потенциальные стрессовые события и действует упреждающе для того, чтобы способствовать позитивному изменению (Aspinwall, Taylor, 1997). Данные типологии совладающего поведения, как уже указывалось выше, способствуют наиболее адаптационному потенциалу личности, совершенствованию жизни или окружающей среды. Процесс совладания имеет сложную феноменологическую структуру и представляет собой специфическую систему психологических процессов, состояний, предназначенных для преодоления трудностей различным способом.

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 [1, 3]. Е.А. Дорьева под ресурсом совладающего поведения понимала совокупность индивидуальных и средовых средств, условий,

возможностей, которые личность способна задействовать непосредственно в целях совладания с трудной жизненной ситуацией [2, с. 192]. Ресурсы совладающего поведения, как правило, представлены в ментальном опыте личности и реализуются в различных сферах жизнедеятельности для преодоления тех или иных стрессовых ситуаций. Основные функции ресурсов лежат в фокусе: 1) достижение позитивных (субъективно и объективно) результатов: улучшение адаптации, повышение эффективности деятельности, в том числе совладающего поведения; 2) установление и поддержание тесных контактов с другими людьми [4, с. 189].

Рассматривая динамику ресурсов совладающего поведения, Е.А. Дорьева пришла к выводу о том, что «поддержание баланса между потерями ресурсов и их восстановлением, дополнительное приобретение и накопление ресурсов положительно влияют на стрессоустойчивость и психологическое благополучие субъекта, позволяя вкладывать имеющиеся ресурсы, инвестировать их, приобретать новые и развивать имеющиеся» [2, с. 194]. Переизбыток, как и дефицит, может приводить к определенной дестабилизации психофизиологической активности личности. Как правило, недостаток одних ресурсов может компенсироваться за счет других и может подвигнуть к поиску новых возможностей совладания. Ситуация острого дефицита, истощения ресурсов обрекает человека на несовладание и требует оказания ему внешней действенной, практической и психологической помощи [2, с. 194]. В ситуациях хронического стресса С.А. Хазова, М.В. Шеронова (Ряжева), исследуя феномен истощения ресурсов в ситуации хронического стресса, связанного с воспитанием ребенка с ограниченными возможностями здоровья, выявили, что наиболее стрессогенными факторами и причинами истощения родители называют неконтролируемость ситуации, материальные трудности, ухудшение отношений с супругом, монотонность и однообразие, отсутствие поддержки, страх за будущее ребенка и симптоматика истощения ресурсов в основном фокусируется на соматическом (бессонница, головные боли, снижение полового влечения), психическом уровне (снижение когнитивных функций, вязкость мыслей, сильная усталость, постоянное психическое напряжение, неудовлетворенности собой и поведенческом уровне (постоянные слезы, агрессия, отсутствие сил) [6].

Показано, что люди склонны в стрессовых ситуациях фокусироваться на социальной поддержке представлять семейные отношения как фундаментальный ресурсный аспект. Среди индивидуальных ресурсов авторы чаще всего называют направленность на себя, выражающаяся в стремлении обращаться прежде всего в своей смысловой сфере

руководствоваться своими идеалами, целями и ценностями в выборе поведения, умении отстаивать свою точку зрения, самостоятельности, самодостаточности, принципиальности, и открытость новому (Хазова, Дорьева, 2012). Индивидуально-типологическое восприятие личности о своих ресурсах в исследованиях С.А. Хазовой, Е.А. Дорьевой выделено, что люди понимают ресурс как запас, внутренние силы, помогающие добиваться успеха, то есть ресурс выполняет функции «усилителя» деятельности [5].

Таким образом, под ресурсом совладающего поведения понимала совокупность индивидуальных и средовых средств, условий, возможностей, которые личность, способная задействовать непосредственно в целях совладания с трудной жизненной ситуацией, что подтверждается исследованиями взаимосвязи совладающего поведение со смысловой сферой личности в частности с целями и особенностью ожиданий и восприятия тех событий, которые могут произойти в будущем. Ресурсы совладающего поведения, как правило, представлены в ментальном опыте личности и реализуются в различных сферах жизнедеятельности для преодоления тех или иных стрессовых ситуаций. Переизбыток, как и дефицит ресурсов совладающего поведения, может приводить к определенной дестабилизации психофизиологической активности личности. Можно сделать вывод, что в современных социокультурных реалиях достаточно актуальным будет теоретико-практическое обоснование проблемы развития совладающего поведения личности.

Литература

1. Вассерман Л.И. Медицинская психодиагностика: теория, практика и обучение / Л.И. Вассерман, О.Ю. Щелкова. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2003. – с.736
2. Дорьева Е.А. Проблема достаточности ресурсов совладающего поведения / Е.А. Дорьева // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. – 2013. – Том 19. №5. – С. 191-194.
3. Корытова Г.С. Защитно-совладающее поведение: ретроспективная реконструкция / Г.С. Корытова, Ю.А. Еремина // Вестник ТГПУ, Раздел «Психология». – Вып. № 3 (156). – Томск: Изд-во ТГПУ, 2015. – С. 42-47.
4. Хазова С.А. Копинг-ресурсы субъекта: основные направления и перспективы исследования / С.А. Хазова // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. – 2013. – Том 19. №5. – С. 188-191.
5. Хазова С.А., Дорьева Е.А. О методах исследования психических ресурсов субъекта / С.А. Хазова, Е.А. Дорьева // Вестник Костромского

государственного университета им. Н.А. Некрасова. – 2012. – № 4. – С. 29-35.

6. Хазова С.А., Шеронова (Ряжева) М.В. Динамика совладающего поведения родителей, воспитывающих ребенка с ограниченными возможностями здоровья / С.А. Хазова, М.В. Шеронова (Ряжева) // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. – 2012. – № 3. – С. 203-209.

7. Lazarus R.S. Psychological stress and the coping process / R.S. Lazarus. – New York: McGraw, 1966. – P. 258.

Объектно-ориентированный подход и традиционные модели в психофизиологии: что общего

Стенура И.В.

*Институт психологии им. Г.С. Костюка
Национальной академии педагогических наук Украины,
Украина, г. Киев*

В русле классической когнитивной психологии используется широкий спектр объяснительных моделей, включая и информационно-кибернетические, основанные на разных способах организации знаний. Здесь в общем случае выделяют события, состояния, а также когнитивные действия (которые совершаются субъектом знания с четко определенной целью – приращения его знаний). Модель складывается из состояний, которые относятся к представлениям системы, построенных с помощью особых моделирующих процедур. Верификация модели происходит на основе возможности предсказывать поведение реальной системы [7].

Один из таких подходов к моделированию: объектно-ориентированный (ООП–парадигма), который применяется в вопросах представления знаний в интеллектуальных системах. Данный подход, по сути, является расширением фреймового подхода в части добавления к телу фрейма динамической (процедурной) части и выделение ряда других свойств: иерархическая организация, наследование, ограничение доступа и пр. Появляется особый конструкт «объект ООП». Опыт ООП как когнитивной парадигмы мы рассматриваем в ряде наших статей в приложении к психологическим и педагогическим моделям [5, 6]. Но тогда у нас была некоторая свобода, поскольку модели были не связаны с физическими свойствами нервного субстрата. Обнадеживает нас то, что ООП существенно использует свойства иерархии – модели