

Из полученных результатов можно сделать вывод, что компонент социальных способностей «Социальная рефлексия» у 7 (17,2 %) учащихся сформирован на высоком уровне. Младшие школьники с высоким уровнем сформированности социальной рефлексии способны к сложным социальным взаимодействиям, учитывают интересы и чувства других людей. Они понимают социальные нормы и умеют адаптироваться к различным ситуациям. При возникновении конфликтов они способны к глубокому анализу ситуации, могут находить эффективные решения и использовать навыки переговоров для достижения компромисса.

У 24 (58,5 %) учащихся выявлен средний уровень сформированности социальной рефлексии. Учащиеся со средним уровнем социальной рефлексии способны учитывать мнение сверстников, но все еще могут проявлять эгоцентризм. Их взаимодействия становятся более осмысленными, но иногда они могут неправильно интерпретировать намерения других. Они могут пытаться разрешать конфликты, используя простые стратегии, такие как компромисс, но иногда им не хватает навыков для эффективного общения и понимания точек зрения других.

У 10 (24,3 %) учащихся выявлен низкий уровень сформированности социальной рефлексии. Младшие школьники с низким уровнем социальной рефлексии могут испытывать трудности в понимании социальных норм и правил. Их взаимодействия часто характеризуются эгоцентризмом – они сосредоточены на своих потребностях и желаниях, не учитывая чувства других. При возникновении конфликтов они могут не понимать, как их поведение влияет на других, и не способны к конструктивному разрешению споров.

Полученные данные подтверждают необходимость формирования социальной рефлексии у младших школьников.

В качестве приемов, направленных на формирование социальной рефлексии у младших школьников, можно выделить:

- «дерево решений», цель – развивать критическое мышление и понимание последствий своих действий;

- «слово за слово», цель – развивать внимание к словам других и учить учитывать мнения окружающих;

- «я такой, какой я есть», цель – развитие навыков социальной рефлексии, формирование установки на самопознание.

Применение этих и других методов и приемов обеспечит формирование социального понимания, умения формулировать обосновывать выбор в ситуации социального взаимодействия.

Литература

1 Сиротюк, А. Л. Психологическая основа формирования учебных навыков школьников / А. Л. Сиротюк. – М. : Директ – медиа, 2014. – 219 с.

2 Щедровицкий, П. Г. Идея рефлексии, изложенная в самых общих чертах / П. Г. Щедровицкий // Вопросы методологии. – 1991. – № 3. – С. 72–83.

3 Метаева, В. А. Методические основы рефлексии / В. А. Метаева. – М. : Просвещение, 2016. – 99 с.

4 Аннастази, А. В. Психологическое тестирование / А. В. Аннастази. – М. : Педагогика, 2018. – 68 с.

УДК 159.923.2.159.9.072.316.622-053.67

Е. А. Котова

СПЕЦИФИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ГРАНИЦ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

В статье рассматривается проблема формирования психологических границ и копинг-стратегий в юношеском возрасте. Описывается понятие психологических

границ как элемента психической самозащиты, а также их роль в процессе взаимодействия личности с окружающей средой. Анализируются взгляды отечественных и зарубежных исследователей на формирование границ личности и особенности копинг-поведения. Представлены результаты эмпирического исследования по данной проблеме.

Для того, чтобы комфортно и успешно функционировать в обществе, чтобы решать различные жизненные задачи, личность должна обладать способностью гибко реагировать на изменения, защищать свои позиции и устанавливать контакты, расширять собственные возможности.

Психологические границы – это концепция, описывающая границы, которые люди устанавливают в своих отношениях с другими людьми. Это понятие связано с психической защитой, которую человек использует, чтобы сохранить свою индивидуальность и самостоятельность. Когда психологические границы нарушаются, это может привести к различным проблемам, таким как тревожность, депрессия, стресс и другие психологические расстройства.

Впервые понятие «граница» начало применяться в психоанализе. В научный оборот психологии термин был введен З. Фрейдом, для топического разграничения сознательного, предсознательного и бессознательного. Согласно анализу Г. Габбарда и Э. Лестера, понятие «границы Я» впервые ввел В. Тауск, который связывал ощущение изменений при шизофрении с ослаблением или потерей границ Я. В. Тауск определял границы как понимание собственной уникальности и отдельности от других, а не как структуру подсистемы личности [1].

Согласно анализу Д. С. Шкляевой, В. А. Подорога считал, что вопрос психологической границы особенно остро встаёт в проблематике симбиоза «мать-дитя». Он говорил о том, что все ощущения, связанные с формированием психического Эго ребёнка, определяются самым близким к нему Другим, который является «второй кожей, которой ему всегда будет не хватать. В то же время понимать, что этой «второй кожей» в будущем может оказаться не только панцирная защита, но и опасный враг для самого ребёнка [2].

Современное понимание копинг-поведения отличается тем, что оно расширяет область применения данной концепции не только на экстремальные, но также на обычные ситуации, которые могут быть значимы для людей субъективно. Кроме того, копинг-поведение используется для описания поведения людей в условиях хронических стрессоров и в повседневной жизни [3].

Е. В. Суханова определяет копинг-стратегии как осознанные способы, с помощью которых человек преодолевает трудные жизненные ситуации и состояния. Это совокупность разнообразных поведенческих и когнитивных методов, направленных на адаптацию к специфическим внешним или внутренним требованиям, которые воспринимаются как чрезмерные или выходящие за пределы личных ресурсов [4].

В результате исследования особенностей копинг-стратегий и психологической безопасности получены результаты, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты исследования по опроснику «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана

Уровень	Решение проблем		Поиск социальной поддержки		Избегание проблем	
	Количество					
	человек	%%	человек	%%	человек	%%
Очень низкий	4	2,6 %	8	5,3 %	16	10,6 %
Низкий	38	25,2 %	33	21,9 %	104	68,9 %
Средний	99	65,6 %	104	68,9 %	18	11,9 %
Высокий	10	6.6 %	6	3.9 %	13	8.6 %

Согласно данным, представленным в таблице 1, стратегия *разрешения проблем* имеет средний уровень выраженности среди большинства респондентов (65,6 %). Это свидетельствует об умеренной трате своих ресурсов для поиска возможных вариантов эффективного решения проблемы.

Стратегия *поиска социальных поддержки* также диагностирована у 68,9 % испытуемых на среднем уровне. При этом уровне поведенческой стратегии человек обращается за поддержкой к окружающей его среде: семье, значимым людям, друзьям. С их помощью он эффективно справляется с проблемой, но не перекладывает ответственность за её разрешение на тех, к кому обратился.

Стратегия *избегания проблем* у 68,9 % респондентов диагностирована на низком уровне. Здесь можно говорить о том, что при столкновении с проблемой человек не избегает контакта с окружающей действительностью, не уходит от решения и не использует пассивные способы избегания проблемы (уход в болезнь, запой, употребление наркотиков или суицид).

Согласно полученным данным, представленным в таблице 2, для девушек более характерна копинг-стратегия *поиска социальной поддержки* ($\varphi_{\text{эмп}} = 3,378$ при $p \leq 0,01$) и менее характерна копинг-стратегия *избегания проблем* ($\varphi_{\text{эмп}} = 2,496$ при $p \leq 0,01$), однако статистической разницы на низком, среднем и высоком уровнях не выявлено. Можно сделать вывод, что девушки предпочитают не уходить от решения возникших трудностей, а обратиться за помощью к окружающим. Для юношей более характерна копинг-стратегия *решения проблем* ($\varphi_{\text{эмп}} = 2,336$ при $p \leq 0,01$; $\varphi_{\text{эмп}} = 2,293$ при $p \leq 0,05$) и менее характерна копинг-стратегия *поиска социальной поддержки* ($\varphi_{\text{эмп}} = 2,022$ при $p \leq 0,05$). Таким образом, юноши не стремятся обращаться за помощью, но при столкновении с трудностями предпочитают брать контроль над ситуацией в свои руки и активно предпринимать действия для решения проблем.

Таблица 2 – Результаты статистической обработки данных по опроснику «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана у юношей и девушек

Уровень	Решение проблем		Достоверность различий по φ^* -угловому преобразованию Фишера (уровень значимости)	Поиск социальной поддержки		Достоверность различий по φ^* -угловому преобразованию Фишера (уровень значимости)	Избегание проблем		Достоверность различий по φ^* -угловому преобразованию Фишера (уровень значимости)
	юноши	девушки		юноши	девушки		юноши	девушки	
Очень низкий	1	3	–	2	6	–	3	13	$\varphi_{\text{эмп}} = 2,496$ $p = 0,006$
Низкий	11	19	–	24	16	$\varphi_{\text{эмп}} = 2,022$ $p = 0,021$	45	43	–
Средний	56	51	$\varphi_{\text{эмп}} = 2,336$ $p = 0,009$	54	53	–	18	16	–
Высокий	8	2	$\varphi_{\text{эмп}} = 2,293$ $p = 0,01$	0	6	$\varphi_{\text{эмп}} = 3,378$ $p = 0$	6	7	–
Примечание: $\varphi_{\text{эмп}}$ – коэффициент углового преобразования; p – уровень значимости.									

Согласно данным, представленным в таблице 3:

– тонкие границы выявлены у 53,6 % от общей выборки. Люди с такими границами часто проявляют себя в творчестве, они склонны изменять свои взгляды под натиском опыта. Такие люди с трудом в своей личности определяют то, что принадлежит им, а что другим. Им трудно отказать в просьбе, тратят больше времени на проблемы других, нежели на свои;

– нормальные границы были диагностированы у 46,4 % выборки. Люди с такими границами легко определяют, на каком уровне им удобно и комфортно общаться и хотят ли они этого общения. Они могут сблизиться с людьми, а потом отдалиться, если что-то вызовет дискомфорт. Следует отметить, что показатели нормальных границ имеют минимальные значения, то есть выражена тенденция к показателям тонких границ;

– респондентов с толстыми границами в данной выборке не выявлено.

Следовательно, у респондентов имеются неустойчивые социальные контакты, лабильная идентификация, однако при этом они отличаются добротой и желанием оказать помощь.

Таблица 3 – Результаты исследования по опроснику «Границы психики» Э. Хартманна

Тип границ	Количество	
	человек	%%
Тонкие	81	53,6 %
Нормальные	70	46,4 %
Толстые	0	0 %

Согласно полученным данным, представленным в таблице 4, девушкам свойственен тонкий тип психологических границ ($\varphi_{\text{эмп}} = 1,822$ при $p \leq 0,05$). Такие люди с трудом могут различать свои и чужие потребности, имеют чрезмерно гибкую систему ценностей и убеждений, испытывают трудности с выражением своих чувств. Юношам свойственен нормальный тип психологических границ ($\varphi_{\text{эмп}} = 1,998$ при $p \leq 0,05$). Люди с такими границами способны соотнести свои потребности с внешними условиями и оценить возможность удовлетворения этих потребностей, легко определяют комфортный и удобный уровень общения с людьми. При желании способны сблизиться, а затем отдалиться от собеседника, если почувствуют угрозу.

Таблица 4 – Результаты статистической обработки данных по опроснику «Границы психики» Э. Хартманна у юношей и девушек

Тип границ	Количество (человек)		Достоверность различий по φ^* -угловому преобразованию Фишера (уровень значимости)
	юноши	девушки	
Тонкие	32	49	$\varphi_{\text{эмп}} = 1,822$ $p = 0,034$
Нормальные	39	32	$\varphi_{\text{эмп}} = 1,998$ $p = 0,022$
Толстые	0	0	–
Примечание: $\varphi_{\text{эмп}}$ – коэффициент углового преобразования; p – уровень значимости.			

Исследование показало, что при столкновении с трудностями большинство респондентов предпочитают активно использовать собственные ресурсы для поиска решений и обращаться за поддержкой к близким, демонстрируя способность адекватно оценивать

ситуацию и свои возможности. У значительной части студентов выявлены тонкие психологические границы, которые легко нарушаются как знакомыми, так и незнакомыми людьми. Такие границы часто сопровождаются низкой самооценкой, подавленной волей и склонностью изменять свои взгляды под влиянием окружающих. Девушки чаще обладают тонкими границами и склонны просить помощи у окружающих, при этом сохраняя самостоятельность в принятии решений. Юношам, напротив, более характерны нормальные границы, позволяющие им сохранять баланс между открытостью и дистанцией, а также самостоятельно справляться с трудностями, не прибегая к помощи извне.

Литература

- 1 Габбард, Г. Психоаналитические границы и их нарушения [пер. с англ. К. Немировского]. / Г. Габбард, Э. Лестер. – М. : Независимая фирма «Класс», 2014. – 272 с.
- 2 Шкляева, Д. С. Теоретические основы исследования психологической границы личности / Д. С. Шкляева // «Chronos» мультидисциплинарные науки. – 2020. – № 10 (49). – С. 52–56.
- 3 Симатова, О. Б. Копинг-ресурсы и копинг-стратегии как показатели адаптивного потенциала подростков / О. Б. Симатова // Akademickapsychologie. – 2016. – № 1. – С. 50–56.
- 4 Суханова, Е. В. Понятие «копинг-стратегии» и пример асоциальных копинг-стратегий / Е. В. Суханова // Прикладная юридическая психология. – 2014. – № 1. – С. 76–83.

УДК 316.622:616.89-008.444.9-053.6

Д. О. Лавринович

СКЛОННОСТЬ К РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ АГРЕССИИ У ПОДРОСТКОВ

Статья посвящена изучению склонности к различным видам агрессии у подростков. Представлены эмпирические данные, полученные с помощью методики «Опросник уровня агрессивности Басса-Дарки». В статье приведены количественные показатели по следующим шкалам: «физическая агрессия», «косвенная агрессия», «раздражение», «вербальная агрессия», «обида», «подозрительность», «негативизм», «вина».

Актуальность изучения склонности к различным видам агрессии у подростков обусловлена тем, что изучение проблемы профилактики буллинга обладает высокой практической ценностью и способно внести вклад в решение актуальной социальной проблемы, затрагивающей благополучие детей, молодежи и общества в целом [1].

База проведения исследования – ГУО «Гомельское кадетское училище». Характеристика выборки исследования: выборочную совокупность составили 90 респондентов в возрасте от 14 до 17 лет. Результаты диагностики подростков по методике «Опросник уровня агрессивности Басса-Дарки» представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Количественные показатели склонности к различным видам агрессии у учащихся (данные представлены в %)

Шкалы	Уровень				
	низкий	средний	повышенный	высокий	очень высокий
1	2	3	4	5	6
Физическая агрессия	21	32	39	7	1
Косвенная агрессия	0	39	27	11	23
Раздражение	0	33	29	18	20