

Секция «Психология личности: вызовы сложности, неопределенности и разнообразия»

Жизнестойкость и совладающее поведение как факторы позволяющие преодолеть угрозу безопасности личности

Научный руководитель – Овсянник Ольга Александровна

Егорова (Вдовина) Ольга Ивановна

Аспирант

Московский государственный областной университет, Москва, Россия

E-mail: olga58791@mail.ru

Современный темп жизни часто подразумевает под собой встречу с разными ситуациями, многие из которых могут восприниматься как стрессовые и представлять угрозу для одной из базовых потребностей человека - ощущения чувства безопасности.

Безопасность - сочетание внутренних и внешних факторов, способствующих сохранению полноценной способности человека, общества, государства функционировать и развиваться [2].

Проблема угрозы безопасности может рассматриваться по направленности с двух точек зрения: относительно общества и относительно личности. Наиболее ярко направленность на личность проявляется в аутоагрессивном поведении, одним из примеров которого является суицидальное поведение [1].

Главная особенность суицидального поведения здоровых в физическом и психическом плане людей заключается в том, что их поступок бывает, в основном, осознанным и продиктованным не только своеобразием личности суицидента, но и социальной ситуацией, сложившейся вокруг него. Таким образом, основной задачей специалистов (и не только психологов), работающих в области суицидологии является учет психологических закономерностей личности и окружающей ее среды.

К факторам, окружающей среды можно отнести ситуации, которые объективно или субъективно воспринимаются как угрожающие. В проведенном опросе респонденты к таким факторам относили ситуации, угрожающие жизни и здоровью, конфликтные ситуации, угрозы общественного характера, опасность для прав и свобод личности.

К факторам личности суицидента можно отнести наличие депрессии, зависимости, тяжелые соматические заболевания, эмоциональную нестабильность и т.д

Противостоять причинам личностного характера, по моему предположению, могут характеристики личности человека и стратегий его деятельности, выступающие в качестве факторов конструктивного преодоления трудностей, такие как жизнестойкость и совладающее поведение.

Жизнестойкость, по мнению С. Мадди, - личностная характеристика, которая является общей мерой психического здоровья личности и отражает три жизненные установки: вовлеченность, уверенность в возможности контроля над событиями, а также готовность к риску [5].

Таким образом, жизнестойкость влияет на оценку стрессовой ситуации и возможность активного реагирования в ней.

Совладающее поведение можно рассмотреть с двух позиций: как непосредственно копинг - деятельность личности, направленную на решение проблем (Р. Лазарус, С. Фолкман, Н. Эндлер, Дж. Паркер и др.), - и как защиту - стратегии, используемые индивидом для защиты от импульсов Ид и давления со стороны Супер-Эго (Н. Хаан, А. Фрейд, Х. Конте и др.) [4, 6].

Анализ полученных результатов проведенных ранее исследований по методике «Тест жизнестойкости» свидетельствуют, что жизнестойкость суицидентов значительно ниже,

чем у людей, не совершавших суицидальных попыток ($U=58$ при $p \leq 0,01$). При более детальном анализе особенностей выраженности компонентов жизнестойкости у испытуемых сравниваемых групп можно заметить, что все ее показатели различаются, то есть критерии вовлеченности, контроля и принятия риска также более выражены у лиц, не имеющих в анамнезе суицидальных попыток, нежели у суицидентов ($U=60,5$ при $p \leq 0,01$ для показателей вовлеченности; $U=90,5$ при $p \leq 0,01$ для показателей контроля; $U=77,5$ при $p \leq 0,01$ для показателей принятия риска). Низкие показатели этих трех компонентов, исходя из проанализированных нами теорий, свидетельствуют о наличии состояния или чувства невовлеченности в происходящее, чувства собственного бессилия в решении проблемы, стремление к комфортной, безопасной жизни, отказ от принятия ответственности за собственное поведение, нежелание рисковать.

Эти данные согласуются с результатами, полученными в ходе анализа результатов методики Д. Амирхана «Индикатор копинг-стратегий», поскольку для суицидентов характерны выбор в качестве способа выхода из ситуации стратегии избегания проблем ($U=133$ при $p \leq 0,01$) что свидетельствует о том, что эта группа испытуемых при наличии стрессогенных факторов стремится избегать контакта с окружающей действительностью, не решая проблему самостоятельно.

Кроме того, по результатам полученных данных, можно отметить, что суициденты также чаще обращаются к социуму в процессе поиска выхода из сложившейся ситуации ($U=225$ при $p \leq 0,01$), нежели лица, не совершавшие суицидальных попыток (средние показатели по шкале «поиск социальной поддержки» у суицидентов составил 26,8; у лиц, не совершавших попыток суицида - 20) [3].

Анализ же механизмов психологических защит выявил различия только в результатах, полученных по шкале «замещение» ($t_{\text{эмп}}=2,5$ при $p \leq 0,05$). Такие данные дают возможность предположить, что те негативные эмоции, которые возникают в период кризиса, прежде всего обращаются на собственную личность, а не проявляются на других людей. Кроме того, средний уровень «общая напряженность психологических защит» у суицидентов выше (51%), чем у людей, не совершавших суицидальных попыток (42%).

Таким образом, анализируя все полученные данные, можно сделать вывод, что проблема безопасности личности и стремления избежать влияния социальных угроз действительно является актуальной, хотя и требует более детального теоретического и практического анализа.

Источники и литература

- 1) Ефимова, Н. С. Основы психологической безопасности : учебное пособие / Н. С. Ефимова. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2021. — 192 с.
- 2) Ефимова, Н. С. Социальная психология : учебное пособие / Н. С. Ефимова. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2020. — 192 с.
- 3) Жизнестойкость личности: теория, исследования, психологическая практика : коллективная монография / О. И. Егорова [и др.] ; под общ. ред. А. Н. Фоминовой. — Ульяновск : УлГУ, 2019. — 231 с.
- 4) Совладающее поведение: теоретические аспекты проблемы [Электр. ресурс] – Режим доступа: <http://www.rusnauka.com>
- 5) Фоминова А. Н. Жизнестойкость личности / А. Н. Фоминова – М.: МГПУ, 2012. – 152 с.
- 6) Фрейд З. Классический психоанализ / З. Фрейд. - М. : Наука, 1993. - 486с.