

Секция «Группа и личность: пространство общения и взаимодействия»

Взаимосвязь копинг-стратегий и представлений о трудной жизненной ситуации у молодёжи

Научный руководитель – Белинская Елена Павловна

Перегудова Мария Алексеевна

Студент (специалист)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия

E-mail: maryperegudova2002@gmail.com

Современный мир отличается высокой динамичностью и неопределённостью, что приводит к различным трудным жизненным ситуациям, затрагивающим все возрастные категории, включая молодёжь. Юность — критический этап формирования личности и планирования будущего. Столкновение с трудностями в этот период может существенно повлиять на дальнейшее развитие человека и его психологическое благополучие. Основной проблемой для молодёжи является полноценное включение в социальную жизнь [2], что требует принятия на себя ответственности за планирование и управление собственной жизнью. Вследствие этого, изучение связей в системе, объединяющей совладающее поведение, возрастные особенности и индивидуальные представления, становится перспективным направлением для научной разработки. Молодёжь как большая социальная группа обладает совокупностью специфических социально-психологических характеристик, которые оказывают влияние на переживание различных событий, в том числе трудных жизненных ситуаций. В качестве ключевых характеристик в данной связи можно выделить переживание одиночества [4] и осмысленность жизни [1].

Таким образом, целью данного исследования стало выявление связи между репертуаром копинг-поведения молодёжи и содержанием социальных представлений о трудной жизненной ситуации. Основной гипотезой данного исследования являлось предположение о том, что существует взаимосвязь между актуальными копинг-стратегиями молодёжи и содержанием социальных представлений о трудной жизненной ситуации. Также нами было выдвинуто предположение, что субъективное переживание одиночества и осмысленность жизни связаны как с предпочтением того или иного типа совладающего поведения, так и с содержанием социальных представлений о трудной жизненной ситуации.

В исследовании приняли участие молодые люди в возрасте от 17 до 23 лет. Всего 63 человека (14 мужчин, 49 женщин). В качестве методик нами были выбраны опросник «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса и С. Фолкман в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык и М.С. Замышляевой, дифференциальный опросник переживания одиночества Д.А. Леонтьева и Е.Н. Осина, тест осмысленности жизни (краткая версия) Д.А. Леонтьева, а также метод выявления структуры социальных представлений Вержесса и метод семантического дифференциала Ч. Осгуда. В качестве методов обработки были выбраны факторный анализ, корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции Спирмена) и дисперсионный анализ с использованием коэффициента Краскела-Уоллеса.

Исходя из анализа ядерной и периферийных систем социального представления, можно проследить тенденцию в характеристике трудной жизненной ситуации с точки зрения эмоций. Также, структура представления о трудной жизненной ситуации, выявленная с помощью методики семантического дифференциала, имеет амбивалентный характер, сохраняя в себе как неподконтрольность и чрезмерную затрату ресурсов в связи с нарушением адаптации, так и возможность к личностному росту в связи с преодолением негативных последствий. Однако аналогичная неоднородность обнаруживается и в представлениях о

ситуациях, не воспринимаемых как трудные, и в самоописании молодых людей. Вероятно, данная тенденция отражает процесс становления системы ценностей и идеалов, характерный для данного возрастного периода [3].

Также при анализе взаимосвязей между содержанием социальных представлений о трудной жизненной ситуации и копинг-стратегиями было выявлено, что респонденты, которые выделяют болезнь как трудную жизненную ситуацию, чаще используют стратегию совладания «Избегание» ($\chi^2=17746,00, p=0,0371$), что может быть объяснено тем, что ситуация болезни требует значительных усилий для совладания со стороны человека, поэтому данная копинг-стратегия является неэффективной. В то же время, с увеличением значимости ассоциации "болезнь" как трудной жизненной ситуации наблюдается увеличение выраженности копинг-стратегии "Планирование" ($\chi^2=14916,00, p=0,0097$), что вероятно, связано со сложностью предвидения данного события.

При включении в анализ таких факторов, как осмысленность жизни и ощущение одиночества, было показано, что люди, которые имеют более высокий показатель осмысленности жизни, придают большую значимость ситуации болезни, как трудной жизненной ситуации ($\chi^2=26146,00, p=0,0335$). Эта тенденция может быть вызвана тем, что молодые люди, которые осознают смысл своей жизни, более остро переживают любую угрозу, связанную с ней. Также, молодые люди, воспринимающие свою жизнь как осмысленную, больше ценят спокойствие в повседневных ситуациях, не представляющих для них затруднений ($\chi^2=4,102, p=0,0428$). Однако респонденты, которые выделяют проблемы с деньгами как наиболее значимые трудные жизненные ситуации, более остро ощущают собственное одиночество, чем те, кто отмечает данную проблему в числе многих других ($\chi^2=16407,00, p=0,0060$). В то же время, было установлено, что поиск социальной поддержки в трудных ситуациях ассоциирован с более высоким общим уровнем осмысленности жизни ($r=0,434, p=0,0004$). «Планирование» ($r=0,424, p=0,0005$) и «Положительная переоценка» ($r=0,434, p=0,0004$), как копинг-стратегии, также продемонстрировали положительную связь с осмысленностью жизни. «Принятие ответственности» за сложившуюся ситуацию связано с меньшей выраженностью таких аспектов осмысленности жизни, как наличие цели в будущем ($r=-0,329, p=0,0085$) и свобода собственного выбора ($r=-0,299, p=0,0173$). Также, молодые люди, испытывающие одиночество, чаще используют «Принятие ответственности» ($r=0,254, p=0,0446$) и «Бегство-избегание» ($r=0,384, p=0,0019$) в качестве копинг-стратегий в трудных ситуациях. В то же время, положительная переоценка ассоциирована с позитивным одиночеством ($r=0,347, p=0,0057$), что указывает на способность таких людей находить ресурс в уединении, используя его для самопознания.

Таким образом, репертуар стратегий совладания, осмысленность жизни и переживание одиночества образуют единую взаимосвязанную систему, помогающую молодому человеку в преодолении трудных жизненных ситуаций.

Источники и литература

- 1) Айзенштадт А. Л. Ценностные ориентации молодежи: проблема смысла жизни. – 2017.
- 2) Аутлова А. С. Молодёжь как социальная группа //Тенденции развития науки и образования. – 2021. – №. 70-6. – С. 126-129.
- 3) Орлова И. Н. Социально-психологические особенности современной студенческой молодежи //Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Педагогика и психология. – 2008. – №. 4. – С. 26-33.
- 4) Victor C. R., Yang K. The prevalence of loneliness among adults: a case study of the United Kingdom //Loneliness Updated. – Routledge, 2013. – С. 88-107.