

К вопросу о ценностях в процессе преодоления трудных жизненных ситуаций

Научный руководитель – Битюцкая Екатерина Владиславовна

Херувимова Анна Алексеевна

Аспирант

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

E-mail: kh_anyuta@mail.ru

Вопрос динамики копинга поднимается в психологических исследованиях в связи с задачами описать сложный нелинейный процесс совладания с трудными жизненными ситуациями (далее – ТЖС) [3], выявить эффективный путь достижения цели в них [2, 6]. Наше исследование продолжает изучение данного феномена и предлагает рассмотреть динамику совладания через анализ изменений не только объективных показателей опросников, но и смыслов ТЖС для респондентов.

Наиболее общей целью в любой ТЖС, по точному выражению Л.И. Анцыферовой [1], является «изменить себя, не изменяя себе» (Анцыферова, 1994, с. 9). Но как удержать такой баланс? Что позволяет личности совместить изменчивость и постоянство? Одним из ответов является конструкт психологической устойчивости личности [5], включающий в себя ее ценностные ориентации. В нашей работе мы опираемся на представления Г. Мэйно [7], который показал, что ценности через рефлекссию могут из теоретических конструктов переходить в конкретные действия человека.

Данное исследование является первым этапом изучения ценностно-смысловой сферы личности в процессе совладания с трудными ситуациями. В рамках него мы поставили перед собой **цель** выявить и описать основные ценностные ориентации, которые включены в описание респондентами целей, а также возможностей и ограничений в актуальных ТЖС.

Мы предположили, что найденные в описаниях цели категории будут связаны или со сферой жизни, в рамках которой разворачивается ТЖС (например, семейные отношения, завершение обучения в университете, поиск работы), или с ресурсами человека (например, здоровье, эмоциональная стабильность). Ценности, найденные в ответах участников исследования на вопрос про возможности и ограничения, будут отражать их ресурсы (например, время, здоровье, силы) или отсутствие свободы действия в связи с внешними обстоятельствами (например, невозможность встретиться с близким в связи с его отъездом в другую страну).

В исследовании приняли участие 83 человека в возрасте от 18 до 29 лет ($M = 21,7$; $SD = 2,01$), из них 11 мужчин и 72 женщины, давших информированное согласие.

Респонденты описывали ТЖС, актуальную для них в период проведения исследования, и дважды (с разницей в один месяц) отвечали в онлайн форме на пункты опросников, направленных на изучение оценок, ориентаций в трудной ситуации и копинг-стратегий.

Затем на основе кодировочной таблицы оценки ответов «Методики структурированного описания ТЖС» [4], специально модифицированной под задачи данного исследования, был проведен контент-анализ высказываний участников, описывающих цель в трудной ситуации, а также возможностей и ограничений.

Результаты

1) Основными категориями ценностей, раскрываемых в описаниях целей стали «Ценность Я / стремление к себе лучшему», «Личностное развитие / взросление», «Возможность быть активным в своей жизни», «Профессиональная реализация», «Финансовое

благополучие», «Семья», «Дружба», «Свобода», «Здоровье», «Гармоничные отношения», «Продуктивная жизнь», «Общественное признание».

2) Возможности и ограничения раскрывали такие категории ценностей как «Время», «Сила Я», «Свобода», «Семья», «Дружба», «Знания / Компетентность», «Ценность личности Другого», «Эмоциональная стабильность», «Общественное признание», «Здоровье».

Выводы

1) Результаты выделенных категорий ценностных образований схожи с моделью ценностных ориентаций М. Рокича: категории, найденные в описаниях целей похожи по формулировкам на терминальные ценности, связанные с конечной целью жизни человека, а категории, найденные в описаниях возможностей и ограничений – на инструментальные ценности, основные на представлении о том, что определенный образ действий или свойство личности являются предпочтительными в большинстве ситуаций.

2) Можно выделить ряд ценностей, характерных для описания как целей, так и возможностей, и ограничений. С одной стороны, они связаны с ресурсами человека, черпаемыми в межличностных отношениях, а с другой, – они позволяют находиться ему в субъектной позиции, несмотря на субъективную трудность преодоления сложившейся ситуации.

Источники и литература

- 1) Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–19.
- 2) Битюцкая Е.В. Успешность копинга // Психология. Журнал Высшей Школы экономики. 2022. Т. 19. № 2. С. 382–404.
- 3) Битюцкая Е.В. Проблема циклической динамики копинга: характеристики процесса и методические решения // Вопросы психологии. 2022. Т. 68. № 1. С. 57–72.
- 4) Битюцкая Е.В. Сценарий безвыходности при переживании трудной жизненной ситуации // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Междунар. науч. конф. Кострома, 22–24 сент. 2016 г.: в 2 т. / отв. ред.: Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2016. Т. 2. С. 220–222.
- 5) Гусельцева М.С. Психологическая устойчивость личности в свете психологии ценностей: диалектика постоянства и изменчивости // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2023. Т. 13. Вып. 3. С. 290–309.
- 6) Kato T. Development of the Coping Flexibility Scale: Evidence for the coping flexibility hypothesis // Journal of Counseling Psychology. 2012. Vol. 59(2). P. 262–273.
- 7) Maio G. R., Pakizeh A., Cheung W.-Y., Rees K. J. Changing, priming, and acting on values: Effects via motivational relations in a circular model. // Journal of Personality and Social Psychology. 2009. Vol. 97(4). P. 699–715.