

защиты), предпочитают малый, или, наоборот, чрезмерно большой риск, где неудача не угрожает престижу. Немецкий ученый Ф. Буркард утверждает, что установка на защитное поведение в работе зависит от 3-х факторов: степени предполагаемого риска; преобладающей мотивации; опыта неудач на работе.

УДК 621.762.4

Козырнцева Л.С.

## **СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ В СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЯХ В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

*УО «БГПУ им. М. Танка», г. Минск  
Научный руководитель: Гончарова С.С.*

Современные условия жизни предъявляют повышенные требования к адаптивным возможностям человека. Одним из психологических механизмов адаптации человека к изменившимся социальным условиям является его совладание с возникающими трудностями. Поэтому становится понятен интерес к этому феномену поведения, поскольку психологическое совладание и юношей, и девушек в трудных (стрессовых) ситуациях во многом определяет эффективность их социально-психологической адаптации.

В последнее десятилетие увеличился интерес к изучению совладающего поведения в позднем юношеском возрасте (от 18 до 23 лет) [1, 3]. Процесс же совладания в раннем юношеском возрасте (от 15 до 18 лет) практически не исследован.

Изучить совладающее поведение в раннем юношеском возрасте позволило нам проведение исследования, в котором приняли участие 42 учащихся гимназии № 3 г. Минска в возрасте 15-17 лет. В качестве методики исследования нами был выбран опросник «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (авторы – Н.С. Эндлер, Д.А. Паркер; адап-

тация Т.Л. Крюковой) [2, С. 65–69]. Методика дифференцирует людей с различными стилями поведения в стрессовой ситуации и может применяться для диагностики совладающего поведения у юношей и девушек.

Согласно полученным результатам, для большинства опрошенных (64%) характерен проблемно ориентированный копинг, нацеленный на решительное противостояние стрессорам и их последствиям. Данный тип реакции на стрессовую ситуацию начинается с получения как можно более надежной информации относительно той обстановки, в которой оказался человек. Сюда же относятся навыки индивида в поиске поддержки и успокоения у близких или полезных ему людей. Центральным моментом этой стратегии преодоления стрессовых ситуаций является принятие решений и совершение конкретных действий, стремление непосредственно иметь дело с преодолением проблем и трудностей.

Было выявлено, что для некоторых учащихся раннего юношеского возраста (31%) свойственен копинг, ориентированный на избегание (избегание стрессовых мыслей или событий на поведенческом и когнитивном уровне). Избегающий копинг может быть полезен в ситуациях непродолжительного стресса, но в случаях длительных стрессовых ситуаций избегание расценивается как неадаптивная реакция.

Полученные по методике результаты также свидетельствуют о том, что меньшинство юношей и девушек (5%) обладают эмоционально ориентированным стилем совладания с жизненными трудностями. Данный стиль нацелен на управление чувствами, вызванными стрессовыми событиями, и на поддержание эмоционального равновесия. Адаптивные навыки, помогающие сохранить эмоциональный баланс, прежде всего вселяют надежду на изменение ситуации, которая поддерживает волю к жизни, являясь источником стремлений.

Таким образом, методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» надежно измеряет три основных стиля совладания: стиль, ориентированный на решение задачи, проблемы, эмоционально ориентированный стиль и стиль, ориентированный на избегание. В раннем юношеском возрасте проблемно ориентированный копинг занимает лидирующее положение (систематическое обдумывание проблемы, упорная работа, достижения, фокусирование на позитиве, активный отдых).

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Водопьянова, И.Я. Психодиагностика стресса / И.Я. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
2. Гончарова, С.С. Совладающее поведение: теория, диагностика и результаты исследований: учеб.-метод. пособие / С.С. Гончарова, В.И. Слепкова. – Минск: БГПУ, 2010. – 200 с.
3. Гончарова, С.С. Стратегии психологического преодоления кризисных событий жизненного пути: учеб.-метод. пособие / С.С. Гончарова, Л.А. Пергаменщик. – Минск: БГПУ, 2007. – 90 с.

УДК 37-053.6

Короткая А.О., Каминская О.Л.

### **ПРОБЛЕМЫ ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ**

*УО БГСХА, г. Горки*

*Научный руководитель: Захаренко Т.А.*

Подростковый возраст является значительным испытанием для самих подростков, и для их семьи в целом. Для многих родителей становится большой проблемой позволить подросткам стать независимыми, выйти из родительского контроля, быть ответственными за свои поступки. Родителям приходится пересматривать свои методы воспитания, когда их дети достигают подросткового возраста, искать новые пути общения и взаимодействия со своими