

УДК 159.9

И. Ю. Милоненко,

Центр магистерской подготовки,

Омский государственный педагогический университет

Научный руководитель: д-р психол. наук, проф. А. С. Шаров

Характеристика взаимосвязи Я-концепции и копинг-стратегий поведения в юношеском возрасте

Аннотация. В статье описана взаимосвязь феномена Я-концепции, копинг-стратегий и профессиональной самоактуализации в юношеском возрасте. Выявлены предпочитаемые структурные характеристики Я-концепции и копинг-стратегий, а также уровень профессиональной самоактуализации как составляющей Я-концепции в раннем и позднем юношеском возрастах.

Ключевые слова: ранний юношеский возраст, поздний юношеский возраст, копинг-стратегии, Я-концепция, профессиональная самоактуализация.

В современном мире лица юношеского возраста нередко сталкиваются с трудностями в разных сферах своей жизни, что может привести к стрессовому состоянию и возникновению отрицательных установок по отношению к окружающему миру и к самому себе. В этом возрасте перед юношами и девушками стоит ряд важных задач, среди которых обретение целостной Я-концепции, освоение личностной и учебно-профессиональной роли, профессиональное самоопределение, профессиональная самоактуализация, выбор жизненного пути [1]. Выход на новые роли вызывает риск возникновения кризисной ситуации, что может привести к тревожности, именно поэтому в данном возрастном периоде возрастает значимость выбора адаптивных копинг-стратегий и формирования устойчивой Я-концепции. В связи с этим возникает необходимость в изучении взаимосвязи Я-концепции, копинг-стратегий и профессиональной самоактуализации в юношеском возрасте.

Эмпирическое исследование проводилось на базе Омского государственного педагогического университета и Омского государственного университета им. Ф. М. Достоевского. Выборка исследования — ранний юношеский возраст (66 человек) и поздний юношеский возраст (30 человек), так как, опираясь на возрастную периодизацию В. С. Мухиной и И. С. Кона, юношеский возраст условно можно разделить на ранний (14–18 лет) и поздний (18–23 года).

Из результатов исследования было выявлено, что в раннем юношеском возрасте преобладают высокие показатели в структурной характе-

ристике «Я-регулятивное» (50 %). Это означает, что представителей данной группы можно охарактеризовать как тех, кто стремится к самосовершенствованию на примере известных людей, однако присутствует риск проблемы самоорганизации, есть только «мечты» и «желание быть похожим» [4]. Что касается копинг-стратегий в раннем юношеском возрасте, то для данной группы характерен выбор относительно-адаптивных вариантов поведения с использованием эмоциональных копинг-стратегий (53 %): «эмоциональная разрядка» и «пассивная кооперация», которые свидетельствуют о передаче ответственности другим людям и эмоциональном уходе от проблемы [2]. Таким образом, можно сделать вывод, что в раннем юношеском возрасте субъекты только находятся на пути к профессиональной самоактуализации.

Для представителей позднего юношеского возраста характерны высокие показатели «Я-позиции» (37 %), т. е. респонденты занимают устойчивую позицию по отношению к окружающему миру и к самому себе, у них проявляется стремление делать что-то значимое для мира, также таким людям легче пробовать себя в новой профессиональной деятельности, которая соответствует их смыслам и ценностям. Лица позднего юношеского возраста руководствуются адаптивными вариантами копинг-поведения, а именно эмоциональными копинг-стратегиями (50 %): «оптимизм» и «протест», респонденты «активно возмущаются», «протестуют» в позитивном ключе и бросают вызов трудной ситуации, также они уверены, что выход есть всегда [3]. Таким образом, можно сделать вывод, что

в данном возрастном периоде присутствует успешная профессиональная самоактуализация.

Для изучения взаимосвязи Я-концепции, копинг-стратегий и профессиональной самоактуализации был проведен корреляционный анализ г-Пирсона, который помог выявить существенные взаимосвязи. На основании проведенного исследования были получены корреляционные связи в раннем юношеском возрасте и в позднем юношеском возрасте, которые описаны далее.

В раннем юношеском возрасте прямая взаимосвязь была выявлена между компонентами «Я-регулятивное» и «Я-сопрягающее» (0,5); «Я-регулятивное» и «Эмоциональные копинг-стратегии» (0,5); «Я-сопрягающее» и «Когнитивные копинг-стратегии» (0,5); «Когнитивные копинг-стратегии» и «Эмоциональные копинг-стратегии» (0,5). Это означает, что у таких людей устойчивая «Я-позиция» только по отношению к самому себе, т. е. для них характерно поведение, которое направлено на передачу ответственности другим людям, и возрастает риск того, что при решении проблемы субъекты не будут ориентироваться на свой опыт. Также лиц раннего юношеского возраста может характеризовать уход в свой внутренний мир, а иногда и виртуальный, из-за субъекты в стрессовой ситуации «теряются», так как они не умеют правильно справляться с стрессом в реальной жизни. Отметим, что в данном случае есть риск возникновения трудностей на пути к профессиональной самоактуализации.

По результатам исследования наблюдается следующая тенденция юношеского возраста: пря-

мая взаимосвязь была выявлена между компонентами «Я-регулятивное» и «Я-сопрягающее» (0,1); «Я-позиция» и «Эмоциональные копинг-стратегии» (0,5); «Когнитивные копинг-стратегии» и «Феноменологический компонент» (0,5); обратная взаимосвязь была выявлена между компонентами «Я-сопрягающее» и «Я-позиция». Данные результаты могут говорить о том, что у лиц позднего юношеского возраста ярко выражена «Я-позиция» по отношению к себе и к окружающему миру, и потому выполнение поставленных задач носит особенный характер, а в стрессовых ситуациях субъекты используют различные адаптивные варианты копинг-стратегий. Предположим, что человек занимает устойчивую позицию, как во внутреннем, так и во внешнем мире, тогда в каких-либо кризисных ситуациях он руководствуется оптимизмом и понимает, что выход есть из любой ситуации, даже самой сложной. Отметим, что выбор адаптивных копинг-стратегий неразрывно связан с достижением профессиональной самоактуализации.

Таким образом, целостная Я-концепция, включающая в себя профессиональную самоактуализацию, наиболее сформирована в позднем юношеском возрасте. При интерпретации полученных результатов было выявлено, что лица раннего юношеского возраста находятся только на пути к обретению целостной Я-концепции и профессиональной самоактуализации. Полученные эмпирические данные можно учесть при разработке программы по развитию адаптивных копинг-стратегий в раннем юношеском возрасте.

1. Коростылева Л. А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере. — СПб. : Речь, 2005. — 222 с.

2. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни. — Кострома : Костром. гос. ун-т им. Н. А. Некрасова, 2010. — 380 с.

3. Човдырова Г. С., Пяткина О. А. Копинг-стратегии личности при адаптации к стрессу // Психопедагогика в правоохранительных органах. — 2021. — Т. 26, № 1. — С. 41–47.

4. Шаров А. С. Психология культуры, образования и развития человека : учеб. пособие. — Омск : Изд-во Ом. гос. пед. ун-та, 2013. — 299 с.