

УДК 159.9

**О. А. Тайлакова,**

Центр магистерской подготовки,

Омский государственный педагогический университет

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

## Персональный миф и способы совладающего поведения в юношеском возрасте

*Аннотация.* В статье анализируются предпочитаемые способы совладания и направленность регулятивных тенденций самопротравивания, самоопределения и самореализации как элементов персонального мифа. Исследуется взаимосвязь способов совладания и персонального мифа в юношеском возрасте.

*Ключевые слова:* совладающее поведение, персональный миф, самоопределение, самореализация, самопротравивание.

**В** юношеском возрасте личность открывает свое «Я» как особенное, не похожее на других субъектов. В этом возрасте человек строит проект жизни, иными словами, формирует свой персональный миф. Персональный миф — это ограниченная и оформленная ценностно-смысловая целостность, пространство нашей жизни, которое обживается человеком в процессе превращений, т. е. переживается, осмысливается и деятельно осваивается [2, с. 112]. Персональный миф как феномен был предметом исследований и философов, и психологов (А. Ф. Лосев, А. М. Лобок, Э. И. Мещерякова, А. С. Шаров, К. Юнг). Стремление к значимости обживается и реализуется человеком в процессе регуляции взаимодействия с миром, где оформляются регулятивные тенденции, составляющих смысловое поле персонального мифа. В структуре смыслового поля персонального мифа диалектически связанные полюса стремления к значимости, отражающие регулятивные тенденции, одобряемые и не одобряемые социумом.

Для того чтобы построить персональный миф, молодым людям также необходимо прилагать усилия для его реализации, следует развивать волевые качества, а это связано с предпочитаемыми стилями преодоления сложных ситуаций и решения проблем. Важным фактором в реализации персонального мифа является выбор способа совладания как целенаправленного поведения личности по преодолению стрессовых ситуаций адекватными способами с учетом личностных особенностей. Проблематикой совладания как преодоления сложных ситуаций занимались как зарубежные, так и отечественные психологи (Р. С. Лазарус, Л. И. Анцыферова, В.А. Бодрова, Т. Л. Крюкова и т. д.).

Проблемой нашего исследования является изучение особенности взаимосвязи персонального мифа и совладающего поведения личности для рассмотрения факторов формирования направленности смыслового поля.

Эмпирическое исследование проводилось на базе Омского педагогического колледжа № 1, участие приняли 65 студентов юношеского возраста. Для исследования предпочитаемых способов совладающего поведения персонального мифа личности в юношеском возрасте использовались следующие методики: опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса [1], «Смысловое поле персонального мифа» А. С. Шарова [2]. Для выявления взаимосвязи способов совладающего поведения и персонального мифа личности в юношеском возрасте был использован параметрический коэффициент линейной корреляции r-Пирсона.

Проанализировав полученные эмпирические данные по исследованию персонального мифа, мы пришли к следующим результатам. В основном люди юношеского возраста склонны к социально одобряемым регулятивным тенденциям. Так, в тенденции самопротравивания они активно направлены на саморазвитие (78 баллов) Это говорит о том, что молодые люди протравивают себя через образование, заботу о своем здоровье и организованность. Тенденция самоопределения также направлена на самоутверждение (72 балла), особенно в культурном аспекте (28 баллов). Они направлены на сверхценности, на славу и известность. Только тенденция к самореализации имеет направленность социально не одобряемую — к фикс достижениям (76 баллов), показывая, что

у молодых людей есть склонность погружаться в иллюзорный мир, склонность к демонстративности и нарциссизму.

Согласно полученным эмпирическим данным по методике «способы совладающего поведения», нами было отмечено, что преобладающей стратегией совладания является «бегство — избегание», которое предпочитают 32 % юношей. Эта стратегия направлена на уклонение от проблем, что делает её неадаптивной. Затем по предпочтению идут «дистанцирование», «конфронтация» и «положительная переоценка» (26–29 %). Предпочитающие стратегию «дистанцирование» склонны преуменьшать значимость проблемы, рассматривать ее с юмором, что может привести к обесцениванию своих переживаний. «Конфронтация», в свою очередь, связана с активной, но не всегда целенаправленной деятельностью в преодолении, иными словами, усилия могут быть направлены не на саму проблему и не на ее решение. Адаптивным выступает «положительная переоценка», такое поведение поможет вынести положительный опыт из ситуации и сформировать отношение к проблеме, как к вызову. Наименее предпочитаемая стратегия — «поиск социальной поддержки», активно ее используют всего 5 % молодых людей, что говорит о том, что они не склонны делиться переживаниями друг с другом и не ищут совета авторитета. Таким образом, опрашиваемые люди юношеского возраста, преодолевая стрессовые и сложные ситуации, в большей мере используют неадаптивное или относительное адаптивное поведение и реже адаптивное. Это может быть связано с тем, что люди юношеского возраста еще не имеют большого опыта в решении стоящих перед ними проблем, поэтому прибегают к регрессивному поведению, уклоняясь от них и «пуская на самотек» их разрешение.

Проведя корреляционный анализ г-Пирсона, мы получили значимые взаимосвязи на уровне 0,01 ( $p < 0.01$ ).

Данные показатели имеют особое значение, так как корреляционный анализ показал тесную взаимосвязь между совладанием «бегство — избегание» и регулятивными тенденциями персонального мифа «понижение» (потеря себя) ( $r = 0,388$ ). Это говорит о том, что те, кто предпочитает уклоняться от решения проблем, склонны «потерять себя» в своем самоопределении. Это проявляется в стремлении самоутвердиться через острые переживания и чувства, а также создать внутренний

неповторимый мир, в котором может человек замкнуться.

Еще одна тесная корреляционная взаимосвязь обнаружена между способом совладания «положительная переоценка» и тенденцией саморазвития ( $r = 0,381$ ). Молодые люди, которые стремятся положительно оценивать свой опыт, а сложившуюся сложную ситуацию — как стимул личностного роста, вероятнее, в своем самопротравивании будут стремиться к организованности, образованности и целеустремленности. Положительная переоценка трудных ситуаций помогает студентам сформировать волевые качества, которые в свою очередь помогут более эффективно и успешно реализовать себя.

Если тенденция к «понижению», потере себя связана с «бегством — избеганием», то важно заметить, что тенденция к «возвышению» тесно связана со способами совладания «поиск решения проблем» ( $r = 0,375$ ), «принятие ответственности» ( $r = 0,329$ ) и «поиск социальной поддержки» ( $r = 0,318$ ). Исходя из этого, можно сказать, что у студентов, которые предпочитают конструктивно выходить из сложных ситуаций, будет положительно направленная тенденция к самоутверждению. Например, люди через осознание своей роли в сложившейся ситуации, обращение за помощью к социуму, авторитету или анализ этой ситуации и поиск конструктивного выхода из нее эффективно реализуют свои возможности, обретут славу, силу, власть.

Стоит учесть, что хоть способ совладания «поиск социальной поддержки» связан с регулятивной тенденцией самоутверждения, также он связан с самореализацией через фикс достижения ( $r = 0,362$ ). Это показывает, что люди, стремящиеся в решении проблем искать помощи у других, более склонны реализовываться через внимание многих людей, демонстративность, нарциссизм и создание иллюзорных миров.

Таким образом, молодые люди юношеского возраста, использующие целенаправленную конструктивную активность в преодолении проблем и стрессовых ситуаций, будут реализовывать положительно направленные регулятивные тенденции, такие как саморазвитие, возвышение (самоутверждение) и реальные достижения. Влияя и формируя адаптивное совладание через психолого-педагогические программы, можно повлиять и на становление персонального мифа жизни, как на экзистенциальную наполняющую человека.

1. *Троицкая Е. А.* Стили совладающего поведения в юношеском возрасте // *Вестн. Моск. гос. лингвист. ун-та. Образование и педагогические науки.* — 2017. — № 6 (785). — С. 170–185.

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