

Секция «Психология»

Адаптационный комплекс поведения студентов с разной самооценкой личности

Парфёнова Татьяна Вячеславовна

Студент

*Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, Факультет психологии, Гродно, Беларусь
E-mail: pa.tanya@mail.ru*

Современное окружение каждого человек изобилует стрессогенными факторами, имеющими прямую связь с внутренним дискомфортом личности и присутствием тревоги. Особенность психики человека, которая состоит в том, что он способен защищаться от неприятных травмирующих переживаний, сопряженных с внешними и внутренними конфликтами, и сохранять полностью или частично свое душевное равновесие и удовлетворяющую картину мира и образ Я, нельзя назвать глубоко и всесторонне исследованной проблемой психологической науки. Наличие внутреннего ощущения беспокойства и боязливости оказывает деструктивное влияние на психику, что приводит к появлению жизненных трудностей. Решение этих проблем непосредственно связано с феноменами психологической защиты и совладания, как адаптационных систем личности, механизмы которых направлены на снижение эмоциональной напряженности, предотвращение дезорганизации поведения.

Существуют сложности в разграничении механизмов психологической защиты и совладания. Одним из основных критериев разграничения этих понятий является то, что психологическая защита, в отличие от копинга, протекает на бессознательном уровне и направлена на снижение тревоги, вытеснение информации, которая противоречит Я – концепции. Копинг-поведение используется индивидом сознательно, избирается им и изменяется в зависимости от ситуации и направлено на активное преобразование ситуации или собственного состояния. Таким образом, защитное поведение является по определению жёстким, вынужденным, искажающим действительность и неизменяющимся, в то время как копинг-поведение это гибкое, намеренное, ориентированное на реальность и развивающееся поведение.

Самооценка интерпретируется нами с позиции отечественного подхода. Мы придерживаемся мнения таких авторов как И.И. Чеснокова, В.В. Столин, С.Р. Пантिलеева, определяющие самооценку как связь когнитивных и эмоциональных компонентов: «обобщенный результат познания себя и эмоционально ценностного отношения к себе закрепляется в самооценку, которая включается в регуляцию поведения личности как один из определяющих мотивов» [1]. Развитие этой функции исследователи обоснованно связывают со становлением ее устойчивости, так как именно устойчивая самооценка выражает уже сформировавшееся отношение человека к себе и может оказывать существенное влияние на его поведение.

Нами была предпринята попытка определения адаптационного комплекса поведения студентов с разной самооценкой личности. В исследовании приняло участие 180 студентов ГрГУ им. Янки Купалы, среди которых 90 юношей и 90 девушек в возрасте от 17 до 22 лет.

Обобщая полученный результат, следует заключить:

· В адаптационный комплекс студентов с завышенной самооценкой личности вошли защитные механизмы по типу компенсации, регрессии и совладающее поведение, представленное широким репертуаром стратегий поведения, что позволяет сделать вывод об эффективности разрешения ими сложных жизненных ситуаций.

· В адаптационный комплекс студентов с заниженной самооценкой личности вошли защитные механизмы по типу компенсации и замещения и копинг-стратегии ориентированные на уход от проблемы. (отвлечение, дистанцирование, избегание).

· Адаптационный комплекс студентов с адекватной самооценкой личности представлен механизмами психологической защиты по типу компенсации, регрессии и эмоционально-ориентированным копинг-стилем, а также копинг-стратегиями ориентированными на уход (дистанцирование, отвлечение).

Таким образом, исходя из сложившегося представления о том, что разнообразие репертуара копингов может способствовать эффективному решению проблем, считаем адаптационный комплекс студентов малоэффективным, нуждающемся в коррекции.

Литература

1. Гайфулин А.В. Различные теоретические подходы в определении понятия самооценки // Вестник ТГПУ. 2009. № 1 (79). С. 73 – 76.