



УДК 159.9: 37.015.3
<https://doi.org/10.26516/2304-1226.2024.48.3>

Связь базисных убеждений и совладающего поведения старшекласников

С. А. Белоусова, Д. В. Меркурьев*

Челябинский государственный университет, г. Челябинск, Россия

Аннотация. Представлены результаты эмпирического исследования совладающего поведения и базисных убеждений старшекласников, в котором приняли участие 77 старшекласников, обучающихся в школах Челябинска. Установлено, что в системе базисных убеждений большинства респондентов преобладают позитивные представления о себе и окружающем мире, их совладающий репертуар отличается значительным разнообразием, но также имеются способы совладания, не использующиеся вовсе. Корреляционный анализ показал, что позитивная система базисных убеждений связана с проблемно-ориентированными и социальными способами совладания, в то время как негативная – с эмоционально-ориентированными способами.

Ключевые слова: базисные убеждения, копинг-ресурсы, копинг-стратегии, совладающее поведение, корреляционный анализ.

Для цитирования: Белоусова С. А., Меркурьев Д. В. Связь базисных убеждений и совладающего поведения старшекласников // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2024. Т. 48. С. 3–15. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2024.48.3>

Original article

Correlation of World Assumptions and Coping Behavior of High School Students

S. A. Belousova, D. V. Merkur'ev*

Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russian Federation

Abstract. The article presents the results of the empirical study of the relation between coping behavior and world assumptions of high school students. The survey included 77 high school students of Chelyabinsk. The questionnaires “Youth Coping Scale”, “Coping Behavior in Stress Situations”, and “World Assumptions Scale” have been used. It has been found that world assumptions of most respondents include largely positive views of themselves and their environment, and their coping behavior is characterized by a great diversity. At the same time, there are some coping behaviors not used at all. The correlational analysis has revealed that a positive system of world assumptions relates to problem-oriented and social coping strategies, while a negative one relates to emotion-oriented strategies.

Keywords: world assumptions, coping resources, coping strategies, coping behavior, correlational analysis.

For citation: Belousova S.A., Merkur'ev D.V. Correlation of World Assumptions and Coping Behavior of High School Students. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series Psychology*, 2024, vol. 48, pp. 3-15. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2024.48.3> (in Russian)

Введение

На сегодняшний день проблема стресса и его преодоления является важной междисциплинарной проблемой и изучается в рамках психологии, медицины, социологии, философии, педагогики. Исследования указывают на взаимосвязь стресса с онкологическими заболеваниями [Адгезионная концепция в биологии ... , 2021], состоянием иммунной системы [Комарова, Хавкин, 2020], отклоняющимся поведением [Левада, 2022; Стресс и суицидальные ... , 2016], личностными чертами [Урываев, Тарасова, 2011]. Современный человек ежедневно сталкивается со стрессовыми ситуациями. Попав в такую ситуацию, он прилагает различные усилия, направленные на ее преодоление или уход от нее, демонстрируя те или иные способы совладающего поведения.

Как пишут А. Л. Журавлев, Т. Л. Крюкова, Е. А. Сергиенко, совладающее поведение, или копинг-поведение, – это «особый вид социального поведения человека, обеспечивающего или разрушающего его здоровье и благополучие. Оно позволяет субъекту справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией с помощью осознанных действий и направлено на активное взаимодействие с ситуацией – ее изменение (когда она поддается контролю) или приспособление к ней (в случае, когда ситуация не поддается контролю)» [Совладающее поведение ... , 2008, с. 8].

В современной психологии нет единого мнения относительно структуры совладающего поведения. Не существует и общепринятой классификации копинг-стратегий. Разные авторы предлагают свои модели, описывающие процесс совладания со стрессом [Lazarus, 1993; Lazarus, Folkman, 1984; Skinner, Edge, 2002; Strobe, Schut, 1999 и др.], которые тем не менее не могут в полной мере раскрыть все его аспекты. В связи с этим изучение совладающего поведения является актуальной проблемой.

Феномен совладания известен со второй половины XX в. Интерес к нему обусловлен поиском причин различий в реакциях разных людей на одни и те же стрессовые события. Термин *coping* для описания процесса преодоления трудных ситуаций впервые использовала Л. Мерфи в работе 1962 г., посвященной способам преодоления детьми требований, выдвигаемых кризисами развития. К этим способам автор относила активные, преимущественно сознательные усилия личности, направленные на овладение трудной ситуацией или проблемой [Ташлыков, 1997, с. 5].

Важный вклад в изучение совладания внес Р. Лазарус. По его мнению, копинг представляет собой процесс преодоления индивидом требований, предъявляемых системой отношений «личность – окружающая среда», которые расцениваются им как стрессовые, а также управление соответствующими эмоциями, вызываемыми этими требованиями [Lazarus, Folkman, 1984, с. 19]. Лазарус полагал, что основой регулирования взаимодействия личности с внешней средой является непрерывно меняющийся процесс когнитивной оценки, преодоления и эмоциональной переработки стрессовой ситуации. На первом этапе такой переработки индивид оценивает проблемное событие как потенциально опасное. Далее он анализирует степень воздействия

стрессогенных факторов, имеющиеся личностные и средовые ресурсы и на основе проведенного анализа выбирает наиболее оптимальный стиль совладания со стрессовой ситуацией [Гарбер, 2015, с. 17].

Постепенное накопление знаний о совладающем поведении, разработка различных моделей, описывающих данный феномен, привели к тому, что на сегодняшний день известно три основных теоретических подхода к его изучению.

Первый подход – диспозиционный – определяет копинг как относительно устойчивую черту личности, которая обуславливает ее стиль реагирования на стресс. Копинг стабилен во времени, незначительно зависит от типа стрессора, тесно связан с чертами самой личности [Аптикиева, 2019, с. 6].

Второй – динамический – предполагает, что поведение человека в стрессе обусловлено самой ситуацией и ее особенностями, а не внутренними причинами. В связи с этим совладающий репертуар личности может меняться в зависимости от конкретных внешних условий.

Третий – интегративный, согласно этому подходу особенности личности и стрессовой ситуации являются условиями, оказывающими влияние на выбор копинг-стратегий [Крюкова, 2005].

Совладающее поведение осуществляется на основе копинг-ресурсов посредством использования копинг-стратегий. Копинг-ресурсы – это характеристики личности или окружающей среды, от которых зависит процесс совладания. К числу внутренних ресурсов можно отнести Я-концепцию, эмпатию, локус контроля, когнитивные ресурсы и т. п. [Левкова, 2015].

Одним из направлений изучения совладания является поиск его связи с личностными особенностями, которые могут выступать в качестве копинг-ресурсов. Исследования обнаруживают связь копинга с эмоциональным интеллектом [Леонтьева, Сараева, 2020], акцентуациями характера [Мартынова, Ошевский, 2013], саморегуляцией [Рогачев, Коноплева, 2015] и т. д. В нашем исследовании рассматривается связь совладания и базисных убеждений личности. Под базисными убеждениями принято понимать имплицитные, глобальные, устойчивые представления индивида о мире и о себе, оказывающие влияние на мышление, эмоциональное состояние и поведение человека [Падун, Котельникова, 2008, с. 98]. Убеждения позволяют человеку структурировать жизненный опыт, влияют на психологическое благополучие, отношения с окружающими, поведение и т. д. В связи с этим, по нашему мнению, базисные убеждения могут быть связаны с выбором индивидом стратегий совладания. Подобная связь отмечается в ряде эмпирических исследований.

Так, в исследовании, посвященном связи базисных убеждений и посттравматического стресса при травме позвоночника, показано, что влияние подобного стрессового события может привести к утрате позитивного образа Я, веры в справедливость и доброжелательность мира. Однако поиск новых сфер самореализации способствует восстановлению убеждения об удаче и способности контролировать происходящее, что положительно влияет на процесс посттравматического роста [Толкачева, 2016].

Связь базисных убеждений и совладания обнаруживается в контексте социально-психологической адаптации. В исследовании, проведенном В. В. Гагай и С. А. Шматовой, продемонстрированы различия копинг-стратегий и базисных убеждений подростков из семей мигрантов с разным уровнем адаптации к условиям поликультурной образовательной среды. Авторами установлено, что убеждения о себе как о человеке, достойном любви и уважения, а также вера в контролируемость жизненных событий способствуют более успешной социально-психологической адаптации [Гагай, Шматова, 2017].

Существуют данные о связи базисных убеждений и стратегий совладания при нарушениях пищевого поведения. В одном из исследований показано, что женщины с лишним весом, обусловленным нарушениями пищевого поведения, имеют негативные представления о себе, убеждены в жестокости окружающего мира, используют стратегии совладающего поведения и механизмы психологической защиты, связанные с уходом от решения проблемы, эмоциональной разрядкой и отрицанием. В то же время женщины, не имеющие нарушений пищевого поведения, демонстрируют убежденность в доброжелательности мира, проблемно-ориентированное совладание и опору на защитный механизм интеллектуализации [Зеньков, 2019].

В работе, посвященной связи базисных убеждений личности и страха перед коронавирусной инфекцией, показано, что респонденты, убежденные в доброжелательности мира и ценности собственного Я, испытывают меньший страх перед заболеванием и, как следствие, успешнее справляются со стрессом, вызванным пандемией, в отличие от респондентов, убежденных во враждебности мира и сомневающихся в собственной ценности [Страх перед коронавирусом ... , 2020].

Таким образом, существующие исследования подтверждают связь базисных убеждений и особенностей восприятия человеком стрессовой ситуации. Кроме того, в них прослеживается тенденция связывать позитивную систему убеждений с успешным преодолением трудностей. Однако остается неясным то, каким образом связаны базисные убеждения и конкретные стили и стратегии совладания.

Связь базисных убеждений и совладания рассматривается нами на примере старшекласников. Выбор подобной возрастной категории неслучаен. Обучение в старшей школе происходит в период ранней юности, когда человек находится в ситуации решения важнейших задач возраста – подготовки к изменению социальной ситуации развития, профессионального самоопределения, подготовки к экзаменам, поступления в колледж или вуз. Решение этих задач часто сопровождается сильным психологическим стрессом, а успешность его преодоления во многом зависит от имеющихся внутренних и внешних ресурсов. Согласно данным Т. Л. Крюковой, в юношеском возрасте происходит активное развитие и формирование стиля совладающего поведения, причем по мере взросления увеличивается степень его субъектности [Крюкова, 2010]. В этот период убеждения также претерпевают изменения, связанные со становлением мировоззрения, поиском места в мире, формированием устойчивой Я-концепции. В связи с этим результаты нашего иссле-

дования представляют практическую значимость для педагогов и психологов, работающих со старшеклассниками. Научная значимость исследования заключается в описании особенностей совладания и базисных убеждений старшеклассников, а также в выявлении связи между этими феноменами, что в дальнейшем может стать основой для других исследований в области изучения ресурсов совладающего поведения.

Организация и методы исследования

Эмпирическое исследование проводилось в феврале 2023 г. В исследовании приняли участие обучающиеся 9–11-х классов школ Челябинска общим числом 77 чел., из них 43 юноши (55,8 %) и 34 девушки (44,2 %). Средний возраст респондентов 15,6 лет.

В ходе исследования использовались методики «Юношеская копинг-шкала» (E. Frydenberg, R. Lewis, 1993) в адаптации Т. Л. Крюковой (2002) [Крюкова, 2010, с. 30], «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (N. S. Endler, J. D. A. Parker, 1990) в адаптации Т. Л. Крюковой [Там же, с. 26], «Шкала базисных убеждений» (R. Janoff-Bulman, 1989) в адаптации М. А. Падун, А. В. Котельниковой [2008, с. 104–105]. Обработка результатов исследования проводилась с применением корреляционного анализа Спирмена в программе IBM SPSS Statistics 23.

Результаты исследования и их обсуждение

Согласно полученным эмпирическим данным по «Юношеской копинг-шкале» (ЮКШ), большинство респондентов не отдают предпочтение определенным стратегиям совладания. Так, лишь 9 испытуемых (11,6 %) на постоянной основе выбирают стратегию «Решение проблемы», 12 чел. (15,6 %) – стратегию «Самообвинение», 10 опрошиваемых (13,0 %) – стратегию «Активный отдых», 8 респондентов (10,4 %) – стратегию «Уход в себя». Однако большинство стратегий совладания используются респондентами периодически. Так, стратегия «Работа и достижения» время от времени применяется 50 испытуемыми (64,9 %), стратегия «Отвлечение» – 46 испытуемыми (59,7 %), стратегии «Принадлежность» и «Позитивный фокус» применяют по 43 чел. (55,8%). Особого внимания заслуживают стратегии, которые никогда не используются респондентами. К их числу относится стратегия «Общественные действия» – ее не выбирают в качестве способа совладания 53 чел. (68,8 %). Также 46 респондентов (59,7 %) избегают использования стратегии «Профессиональная помощь», 41 чел. (53,2 %) не использует стратегию «Духовность». Таким образом, большинство респондентов пользуются различными видами копинга в зависимости от ситуации. В то же время есть ряд копинг-стратегий, которые большинство опрошенных никогда не используют.

Рассмотрим результаты, полученные по методике «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (КПСС). Высокую частоту использования проблемно-ориентированного копинга демонстрируют 8 чел. (10,4 %), среднюю частоту – 27 респондентов (35,1 %), низкую – 42 респондента (54,5 %). Высо-

кая частота использования эмоционально-ориентированного копинга отмечается у 19 чел. (24,7 %), средняя частота – у 30 чел. (39,0 %), низкая частота – у 28 чел. (36,3 %). Высокая частота использования копинга, ориентированного на избегание, наблюдается у 28 чел. (36,3 %), средняя частота – у 25 чел. (32,5 %), низкая частота – у 24 респондентов (31,2 %). В целом большинство опрошенных склонны избегать частого использования проблемно-ориентированного копинга, отдавая предпочтение избегающему и эмоционально-ориентированному стилям совладания.

Обратимся к результатам, полученным с использованием методики «Шкала базисных убеждений» (ШБУ). Результаты, полученные с использованием данной методики, распределились весьма неравномерно. Значительная часть респондентов (31,2 %) демонстрирует высокие показатели по субшкале «Образ Я», что свидетельствует об их высоком уровне представлений о себе, а 17 чел. из 77 (22,1 %) показали относительно высокий уровень убеждения о справедливости мира (7 стенов). В целом можно заметить, что большинство респондентов обладают позитивной системой базисных убеждений (рис.).

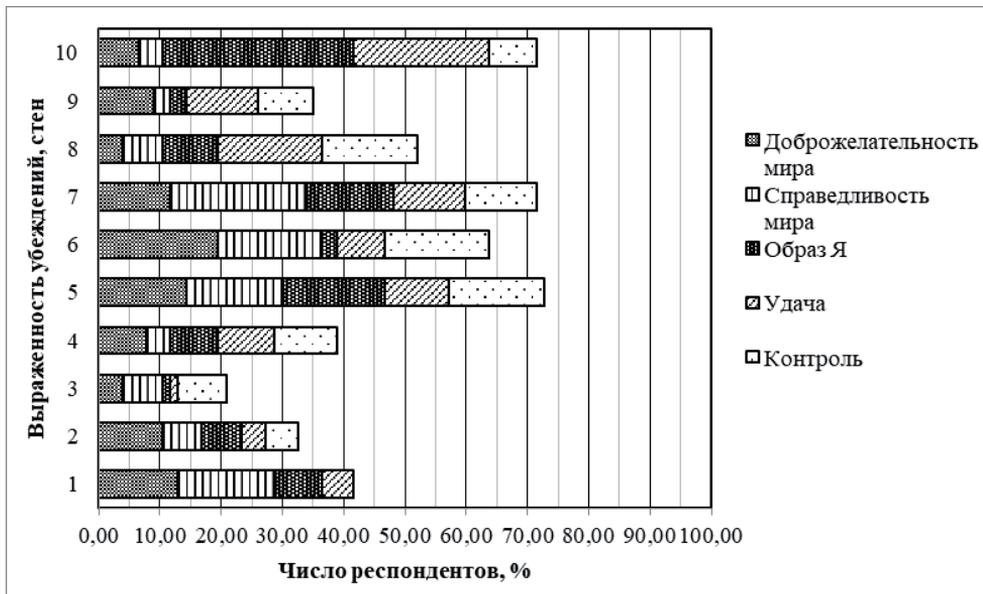


Рис. Выраженность базисных убеждений у старшекласников

Согласно результатам корреляционного анализа, проведенного для данных, полученных с использованием методик ЮКШ и ШБУ, имеются статистически значимые ($p \leq 0,01$) умеренные положительные связи между убеждением о доброжелательности мира и стратегиями «Поиск социальной поддержки» ($r = 0,311$), «Друзья» ($r = 0,434$), а также умеренная отрицательная связь со стратегией «Уход в себя» ($r = -0,478$). Подобные связи можно интерпретировать следующим образом: старшекласники, убежденные в доб-

рожелательности окружающего мира, чаще обращаются за помощью к другим людям, предпочитают социальное взаимодействие и не стремятся к ограничению контактов.

Убеждение о справедливости мира умеренно и положительно коррелирует с копингами «Поиск социальной поддержки» ($r = 0,326$), «Друзья» ($r = 0,419$), «Духовность» ($r = 0,300$), «Позитивный фокус» ($r = 0,361$), а также умеренно отрицательно коррелирует со стратегией «Уход в себя» ($r = -0,417$). Выявленные корреляции показывают, что старшеклассники, верящие в осмысленность и справедливость происходящих в мире событий, в трудной ситуации стремятся к социальному взаимодействию, стараются найти позитивные стороны в сложившейся ситуации или духовную опору в виде религии, философии, культуры, не прибегая к ограничению контактов и изоляции.

Представления о собственном Я умеренно и положительно связаны с такими копингами, как «Друзья» ($r = 0,394$) и «Активный отдых» ($r = 0,411$), а также умеренно и отрицательно связаны с копингами «Несовладание» ($r = -0,479$), «Игнорирование» ($r = -0,307$), «Самообвинение» ($r = -0,454$), «Уход в себя» ($r = -0,410$). Полученные корреляции говорят о том, что старшеклассники, обладающие высокими представлениями о собственной значимости и ценности, чаще ориентируются на поиск помощи у ближайшего окружения (в частности, друзей) и отвлечение от проблемной ситуации через спорт, физкультуру и т. д. Им не свойственно ограничивать контакты, винить себя в произошедшем, игнорировать проблему или отказываться от ее решения.

Убеждение о собственной удачливости умеренно и отрицательно коррелирует со стратегией «Уход в себя». Данная корреляция говорит о том, что старшеклассники, верящие в собственную удачу и везение, не стремятся к ограничению контактов в стрессовой ситуации.

Убеждение о контроле умеренно и положительно связано со стратегиями «Решение проблемы» ($r = 0,374$), «Работа и достижения» ($r = 0,414$), «Друзья» ($r = 0,345$), «Позитивный фокус» ($r = 0,303$), «Активный отдых» ($r = 0,385$), а также умеренно и отрицательно связано со стратегиями «Несовладание» ($r = -0,443$), «Самообвинение» ($r = -0,430$). Данные корреляции говорят о стремлении старшеклассников, убежденных в контролируемости происходящих в их жизни событий, к активным действиям по преодолению трудной ситуации, концентрации на достижении успеха в учебе, поиску позитивных сторон ситуации и опоры на ближайшее окружение, отвлечению посредством активного времяпрепровождения. Они значительно реже отказываются от совладания и не обвиняют себя в произошедшем.

Корреляционный анализ, проведенный для данных методик КПСС и ШБУ, также выявил статистически значимые связи ($p \leq 0,01$). Так, проблемно-ориентированный копинг умеренно и положительно связан с убеждением о справедливости окружающего мира ($r = 0,451$) и представлениями о собственном Я ($r = 0,380$). Также имеется заметная положительная связь между проблемно-ориентированным копингом и убеждением о контроле

($r = 0,541$). Результаты можно интерпретировать следующим образом: старшеклассники, убежденные в справедливости и осмысленности окружающего мира, имеющие позитивные представления о себе и уверенные в способности контролировать происходящее, чаще стремятся к активному преодолению стрессовой ситуации.

Эмоционально-ориентированный копинг умеренно и отрицательно связан с представлениями о собственном Я ($r = -0,375$), убеждением о степени удачливости ($r = -0,353$) и убеждением о контроле ($r = -0,333$). Другими словами, старшеклассники, не считающие себя достойными и значимыми людьми, убежденные в собственном невезении и невозможности влиять на происходящие с ними события, чаще используют способы совладания, связанные с активным выражением эмоций.

Копинг, ориентированный на избегание, умеренно и положительно связан с убеждением о доброжелательности мира ($r = 0,350$), его справедливости ($r = 0,440$), а также представлениями о собственном Я ($r = 0,369$). Данная методика также содержит две дополнительные субшкалы «Отвлечение» и «Социальное отвлечение», являющиеся вариантами избегающего типа совладания. Согласно результатам корреляционного анализа субшкала «Отвлечение» умеренно и положительно связана с убеждением о справедливости мира ($r = 0,310$). Субшкала «Социальное отвлечение» умеренно и положительно связана с убеждением о доброжелательности мира ($r = 0,446$), его справедливости ($r = 0,435$), представлениями о собственном Я ($r = 0,447$) и убеждением о контроле ($r = 0,370$). Результаты анализа говорят о том, что старшеклассники, убежденные в доброжелательности и справедливости окружающего мира, а также имеющие позитивные представления о себе и верящие в возможность влиять на происходящее, склонны использовать совладание, ориентированное на отвлечение от стрессовой ситуации. Стоит отметить, что, по мнению авторов методики, стиль совладания, ориентированный на избегание, подразумевает не полный отказ от преодоления стресса, а, скорее, временное переключение внимания на другие виды деятельности (например, отдых, общение с окружающими, хобби и пр.).

Выявленные корреляции между способами совладания и базисными убеждениями свидетельствуют о том, что старшеклассники с позитивной системой базисных убеждений чаще опираются на социальные и проблемно-ориентированные способы совладания. Это может быть связано с тем, что позитивная система убеждений предполагает уверенность в себе и своих силах, веру в доброту людей и справедливость мира, что позволяет респондентам проявлять активность в преодолении трудных ситуаций или самостоятельно обращаться за помощью к окружающим. В свою очередь, респонденты с негативной системой базисных убеждений менее уверены в себе, не доверяют окружающим и воспринимают мир как враждебный. Это может ограничивать их активность, делая возможным лишь эмоциональное реагирование, отстранение от контактов или отказ от преодоления трудной ситуации.

Корреляционный анализ, проведенный по данным, полученным с помощью методик ЮКШ и КПСС, позволил выявить значимые связи ($p \leq 0,01$)

между стилями совладания и определенными стратегиями. Так, проблемно-ориентированный стиль совладающего поведения наиболее тесно связан со стратегиями «Решение проблемы» ($r = 0,713$) и «Работа и достижения» ($r = 0,546$). Также имеются умеренные прямые связи со стратегиями «Поиск социальной поддержки» ($r = 0,308$), «Друзья» ($r = 0,338$), «Позитивный фокус» ($r = 0,335$), «Отвлечение» ($r = 0,409$) и отрицательная умеренная связь со стратегией «Несовладание» ($r = -0,360$). Полученные данные говорят о том, что старшеклассники, предпочитающие проблемно-ориентированный стиль совладания, в большей степени опираются на стратегии, связанные с непосредственным решением проблемы и достижением успехов в учебе и повседневных делах. Несколько в меньшей степени они используют стратегии, связанные с обращением за помощью к окружающим, поиском положительных сторон в стрессовой ситуации или переключением на другие виды деятельности (чтение книг, просмотр фильмов и т. п.). Полный отказ от совладания им не свойственен.

Эмоционально-ориентированный стиль совладания тесно связан со стратегиями «Несовладание» ($r = 0,755$), «Разрядка» ($r = 0,751$), «Самообвинение» ($r = 0,796$) ($p \leq 0,01$). Заметные связи были выявлены со стратегиями «Беспокойство» ($r = 0,502$), «Надежда на чудо» ($r = 0,585$), «Игнорирование» ($r = 0,563$) ($p \leq 0,01$). Умеренные связи были выявлены со стратегиями «Социальная поддержка» ($r = 0,317$), «Принадлежность» ($r = 0,374$), «Уход в себя» ($r = 0,386$) ($p \leq 0,01$). Полученные данные указывают на то, что старшеклассники, выбирающие эмоционально-ориентированный стиль, чаще надеются на то, что проблема решится сама собой, беспокоятся или вымещают эмоции при помощи крика, плача, агрессивных действий, игнорируют проблему или полностью отказываются от ее решения. Им также свойственно искать одобрения и помощи у окружающих или же ограничивать контакты. Примечательно, что большая часть этих стратегий (за исключением поиска социальной поддержки и стремления к принадлежности) считаются непродуктивными (в терминологии Т. Л. Крюковой), поэтому можно допустить, что эмоционально-ориентированный стиль совладания у старшеклассников, с учетом преобладающих стратегий, чаще является непродуктивным.

Стиль совладания, ориентированный на избегание, тесно и статистически значимо ($p \leq 0,01$) связан со стратегией «Друзья» ($r = 0,776$). Заметная и значимая связь ($p \leq 0,01$) установлена со стратегией «Поиск социальной поддержки» ($r = 0,600$). Также отмечается умеренная корреляция со стратегиями «Принадлежность» ($r = 0,372$), «Общественные действия» ($r = 0,402$), «Духовность» ($r = 0,380$), «Позитивный фокус» ($r = 0,396$), «Профессиональная помощь» ($r = 0,436$), «Отвлечение» ($r = 0,301$), «Активный отдых» ($r = 0,357$) ($p \leq 0,01$). Субшкала «Отвлечение», относящаяся к избегающему стилю совладания, заметно связана со стратегией «Друзья» ($r = 0,574$) ($p \leq 0,01$). Умеренная связь данной субшкалы отмечается со стратегиями «Социальная поддержка» ($r = 0,483$), «Разрядка» ($r = 0,327$), «Общественные действия» ($r = 0,387$), «Игнорирование» ($r = 0,304$), «Профессиональная помощь» ($r = 0,476$) ($p \leq 0,01$). Субшкала «Социальное отвлечение» статистически значима ($p \leq 0,01$) и тесно связана со стратегией «Друзья» ($r = 0,829$).

Заметная связь выявлена со стратегией «Социальная поддержка» ($r = 0,595$). Умеренная положительная корреляция установлена со стратегиями «Принадлежность» ($r = 0,364$), «Общественные действия» ($r = 0,332$), «Духовность» ($r = 0,331$), «Позитивный фокус» ($r = 0,336$), «Отвлечение» ($r = 0,340$), «Активный отдых» ($r = 0,358$), а также выявлена умеренная отрицательная корреляция со стратегией «Уход в себя» ($r = -0,362$). Исходя из результатов анализа, можно заключить, что избегающий стиль совладания предполагает использование старшеклассниками стратегий, связанных с социальным взаимодействием, переключением на другие виды деятельности или переоценкой ситуации. Так или иначе, все эти стратегии связаны с временным отстранением от актуальной проблемы, которое не предполагает изоляции от окружающих.

Выводы

Таким образом, копинг-стратегии старшеклассников имеют ряд особенностей. В частности, для респондентов данной категории характерно использование различных способов совладания в зависимости от ситуации без предпочтения конкретных стратегий. Вместе с тем некоторые респонденты склонны чаще использовать эмоционально-ориентированные и избегающие способы совладания. При этом эмоционально-ориентированный стиль предполагает использование «непродуктивных» стратегий, а избегающий стиль больше сосредоточен на «социальных». Мы считаем, что полученные результаты обусловлены психологическими особенностями старшеклассников, а именно становлением мировоззрения и устойчивой Я-концепции, выработкой собственного стиля совладания, подбором наиболее эффективных и доступных копинг-стратегий.

Также нами было установлено, что у старшеклассников имеются связи между базисными убеждениями и стратегиями совладающего поведения. Обобщая полученные результаты, можно заключить, что старшеклассники, обладающие позитивной системой базисных убеждений, в стрессовых ситуациях демонстрируют преимущественно те стратегии совладания, которые ориентированы на решение проблемы или поиск помощи у ближайшего окружения. Им также свойственно искать духовную опору, позитивные стороны ситуации или использовать стратегии, позволяющие на время отвлечься от стресса. В то же время испытуемые, обладающие негативной системой убеждений, склонны ограничивать контакты, игнорировать проблему, отказываться от ее решения, винить в происходящем самих себя.

Проведенное эмпирическое исследование позволило констатировать наличие у старшеклассников связи между базисными убеждениями и выбираемыми способами совладающего поведения. Однако стоит отметить, что в нашем исследовании между способами совладания и базисными убеждениями установлена лишь корреляционная связь, не дающая основания делать однозначных выводов о причинно-следственных отношениях убеждений и совладания. Мы также считаем, что для получения более полного представления о динамике базисных убеждений, совладающего поведения и их связи необходимо набирать фактологический материал по другим возрастным эта-

пам периода юношества. Тем не менее мы полагаем, что полученные результаты могут лечь в основу дальнейших исследований в области поиска места базисных убеждений в структуре ресурсов совладающего поведения молодых людей. Также полученные результаты могут принести практическую пользу специалистам, оказывающим психологическую помощь старшеклассникам.

Список литературы

Антикиева Л. Р. Психолого-педагогический аспект преодоления стрессовых ситуаций в подростковом возрасте // Вестник Оренбургского государственного университета. 2019. № 2 (220). С. 6–14. <https://doi.org/10.25198/1814-6457-220-6>

Адгезионная концепция в биологии рака: местные и центральные механизмы (часть 2) / О. А. Бочарова [и др.] // Российский биотерапевтический журнал. 2021. № 4. С. 42–50. <https://doi.org/10.17650/1726-9784-2021-20-4-42-50>

Гагай В. В., Шматова С. А. Роль совладающего поведения в социально-психологической адаптации подростков из семей мигрантов в условиях поликультурной образовательной среды // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. 2017. № 5 (50). С. 90–98.

Гарбер А. Н. Совладающее поведение: аналитический обзор зарубежных исследований // Актуальные вопросы современной психологии : материалы III Междунар. науч. конф. Челябинск, февраль 2015 г. Челябинск : Два комсомольца, 2015. С. 17–19.

Зеньков А. С. Особенности в психологических защитах, базисных убеждениях и копинг-стратегий у женщин с лишним весом, сформировавшимся в результате нарушений пищевого поведения // Человеческий фактор: социальный психолог. 2019. № 1 (37). С. 248–254.

Комарова О. Н., Хавкин А. И. Взаимосвязь стресса, иммунитета и кишечной микробиоты // Педиатрическая фармакология. 2020. № 1. С. 18–24. <https://doi.org/10.15690/pf.v17i1.2078>

Крюкова Т. Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова – Авантитул, 2010. 64 с.

Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни : дис. ... д-ра психол. наук. Кострома, 2005. 476 с.

Левада А. В. Стресс как главная причина формирования аддиктивного поведения // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. 2022. № 2. С. 46–50.

Левкова Т. В. Личностные ресурсы развития продуктивных копинг-стратегий у студентов вуза // Современные научные исследования и инновации. 2015. № 1, ч. 3. URL: <https://web.snauka.ru/issues/2015/01/45521> (дата обращения: 09.03.2024).

Леонтьева Е. С., Сараева Е. В. Взаимосвязь копинг-стратегий и эмоционального интеллекта у студентов технических специальностей // Форум молодежной науки. 2020. № 2. С. 94–102.

Мартынова И. Р., Ошевский Д. С. Копинг-стратегии у подростков с акцентуациями характера, склонных к проявлению агрессии // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2013. Т. 5, № 3. С. 191–201. URL: https://psyjournals.ru/journals/psyedu/archive/2013_n3/62507 (дата обращения: 03.03.2024).

Падун М. А., Котельникова А. В. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман // Психологический журнал. 2008. Т. 29, № 4. С. 98–106.

Рогачев В. А., Коноплева И. Н. Взаимосвязь копинг-стратегий сотрудников правоохранительных органов со стилевыми особенностями саморегуляции // Психология и право. 2015. Т. 5, № 1. С. 129–146.

Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М. : Ин-т психологии РАН, 2008. 474 с.

Страх перед коронавирусом заболеванием (COVID-19) и базисные убеждения личности / В. В. Грищенко [и др.] // Клиническая и специальная психология. 2020. Т. 9, № 2. С. 99–118. <https://doi.org/10.17759/cpse.2020090205>

Стресс и суицидальные мысли у подростков / В. А. Розанов [и др.] // Суицидология. 2016. Т. 7, № 3 (24). С. 20–32.

Ташильков В. А. Психологическая защита у больных с неврозами и психосоматическими расстройствами. СПб. : С.-Петербург. мед. акад. последиплом. образования, 1997. 24 с.

Толкачева О. Н. Базисные убеждения, посттравматический стресс и посттравматический рост после травмы позвоночника // Известия Саратовского университета. 2016. Т. 16, № 3. С. 326–329.

Урываев В. А., Тарасова А. А. Личностные детерминанты реакции на стресс // Ученые записки университета Лесгафта. 2011. № 6. С. 168–173.

Lazarus R. S. Coping theory and research: past, present, and future // Psychosomatic Medicine. 1993. Vol. 55, N 3. P. 234–247.

Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Publishing Company, 1984. 445 p.

Skinner E. A., Edge K. Parenting, motivation, and the development of coping // Nebr Symp Motiv. 2002. N 48. P. 77–143.

Stroebe M., Schut H. The dual process model of coping with bereavement: rationale and description // Death Studies. 1999. Vol. 23, N 3. P. 197–224.

References

Aptikieva L.R. Psihologo-pedagogicheskiy aspekt preodoleniya stressovykh situatsii v podrostkovom vozraste [Psychological and pedagogical aspect of overcoming stressful situations in adolescence]. *Vestnik Orenburgskogo gosudarstvennogo universiteta* [Bulletin of Orenburg State University], 2019, no. 2 (220), pp. 6-14. <https://doi.org/10.25198/1814-6457-220-6> (in Russian)

Bocharova O.A. et. al. Adgezionnaya koncepciya v biologii raka: mestnye i central'nye mekhanizmy (chast 2) [Adhesion concept in cancer biology: local and central mechanisms (part 2)]. *Rossiiskii bioterapevticheskii zhurnal* [Russian Biotherapeutic Journal], 2021, no. 4, pp. 42-50. <https://doi.org/10.17650/1726-9784-2021-20-4-42-50> (in Russian)

Gagai V.V., Shmatova S.A. Rol' sovladayushchego povedeniya v sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii podrostkov iz semei migrantov v usloviyakh polikul'turnoi obrazovatel'noi sredy [The role of coping behavior in socio-psychological adaptation of adolescents from migrant families in the multicultural educational environment] *Vestnik Surgutskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta* [Bulletin of Surgut State Pedagogical University], 2017, no. 5 (50), pp. 90-98. (in Russian)

Garber A.N. Sovladayushchee povedenie: analiticheskii obzor zarubezhnykh issledovaniy [Coping behavior: analytical review of foreign studies]. *Aktualnye voprosy sovremennoi psihologii: materialy III Mezhdunar. nauch. konf. (g. Chelyabinsk, fevral 2015 g.)* [Topical issues of modern psychology: materials of the 3 International. scientific conf. (Chelyabinsk, February 2015)]. Chelyabinsk, Dva komsomol'tsa Publ., 2015, pp.17-19. (in Russian)

Zen'kov A.S. Osobennosti v psikhologicheskikh zashchitakh, bazisnykh ubezhdeniyakh i koping-strategii u zhenshchin s lishnim vesom, sformirovavshimsya v rezultat naru-shenii pishchevogo povedeniya [Peculiarities in psychological defense, basic beliefs and coping strategies in overweight women resulting from eating disorders]. *Chelovecheskii faktor: sotsialnyi psikholog* [Human factor: social psychologist], 2019, no. 1 (37), pp. 248-254. (in Russian)

Komarova O.N., Havkin A.I. Vzaimosvyaz stressa, immuniteta i kishechnoi mikrobioty [The correlation between stress, immunity and intestinal microbiota]. *Pediatricheskaya farmakologiya* [Pediatric pharmacology], 2020, no. 1, pp. 18-24. <https://doi.org/10.15690/pf.v17i1.2078>

Kryukova T.L. Metody izucheniya sovladayushchego povedeniya: tri koping-shkaly [Methods for studying coping behavior: three coping scales]. Kostroma, KSU named after N.A. Nekrasov – Avantitil Publ., 2010, 64 p. (in Russian)

Kryukova T.L. *Psihologiya sovladayushchego povedeniya v raznye periody zhizni. Diss. ... dokt. psikhol. nauk* [Psychology of coping behavior in different periods of life. Doct. sci. diss.]. Kostroma, 2005, 476 p. (in Russian)

Levada A.V. Stress kak glavnaya prichina formirovaniya addiktivnogo povedeniya [Stress as the main reason for the formation of addictive behavior]. *Intellektualnye resursy – regionalnomu razvitiyu* [Intellectual resources for regional development], 2022, no. 2, pp. 46-50. (in Russian)

Levkova T.V. Lichnostnye resursy razvitiya produktivnykh koping-strategii u studentov vuza [Personal resources for the development of productive coping strategies among university students]. *Sovremennye nauchnye issledovaniya i innovatsii* [Modern scientific research and innovation.]. 2015, no 1, pt. 3. Available at: <https://web.snauka.ru/issues/2015/01/45521> (date of access: 09.03.2024) (in Russian)

Leont'eva E. S., Saraeva E.V. Vzaimosvyaz koping-strategii i emocional'nogo intellekta u studentov tekhnicheskikh specialnostei [The correlation between coping strategies and emotional intel-

ligence among technical students]. *Forum molodyozhnoi nauki* [Youth Science Forum], 2020, no. 2, pp. 94-102. (in Russian)

Martynova I.R., Oshevskii D.S. Koping-strategii u podrostkov s akcentuatsiyami kharaktera, sklonnykh k proyavleniyu agressii [Coping strategies in adolescents with character accentuations prone to aggression]. *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie psyedu.ru*. [Psychological science and education psyedu.ru.], 2013, vol. 5, no. 3, pp. 191-201. Available at: https://psyjournals.ru/journals/psyedu/archive/2013_n3/62507 (date of access: 03.03.2024). (in Russian)

Padun M.A., Kotelnikova A.V. Modifikatsiya metodiki issledovaniya bazisnykh ubezhdenii lichnosti R. Yanoff-Bulman [Modification of R. Janoff-Bulman's procedure for personality basic beliefs study]. *Psihologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 2008, vol. 29, no. 4, pp. 98-106. (in Russian)

Rogachev V.A., Konopleva I.N. Vzaimosvyaz koping-strategii sotrudnikov pravoohranitel'nykh organov so stilevymi osobennostyami samoregulyatsii [The relationship between coping strategies of law enforcement officers and stylistic features of self-regulation]. *Psihologiya i pravo* [Psychology and Law], 2015, vol. 5, no. 1. pp. 129-146. (in Russian).

Zhuravlev A.V., Kryukova T.L., Sergienko E.A. (eds.). *Sovladayushchee povedenie: Soyremennoe sostoyanie i perspektivy* [Coping behavior: Current status and prospects]. Moscow, Institute of Psychology RAS Publ., 2008, 474 p. (in Russian).

Gricenko V.V. et. al. Strah pered koronavirusnym zabolevaniem (COVID-19) i bazisnye ubezhdeniya lichnosti [Fear of coronavirus disease (COVID-19) and basic personal beliefs]. *Klinicheskaya i specialnaya psihologiya* [Clinical and special psychology], 2020, vol.9, no. 2, pp. 99-118. <https://doi.org/10.17759/cpse.2020090205> (in Russian)

Tashlykov V.A. *Psihologicheskaya zashchita u bolnykh s nevrozami i psihosomaticeskimi rasstroistvami* [Psychological defence in patients with neuroses and psychosomatic disorders]. St. Petersburg, St. Petersburg Medical Academy of Postgraduate Education Publ., 1997, 24 p. (in Russian)

Tolkachyova O.N. Bazisnye ubezhdeniya, posttravmaticheskii stress i posttravmaticheskii rost posle travmy pozvonochnika [Basic beliefs, post-traumatic stress and post-traumatic growth after spinal injury]. *Izvestiya saratovskogo universiteta* [News of Saratov University], 2016, vol. 16, no. 3, pp. 326-329. (in Russian)

Uryvaev V.A., Tarasova A.A. Lichnostnye determinanty reakcii na stress [Personal determinants of stress response]. *Uchenye zapiski universiteta Lesgafa* [Scientific notes from Lesgaf University], 2011, no. 6, pp. 16-173 (in Russian).

Lazarus R.S. Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 1993, no. 55. (3), pp. 234-247.

Lazarus R.S., Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York, Springer Publishing Company, 1984, 445 p.

Skinner E.A., Edge K. Parenting, motivation, and the development of coping. *Nebr Symp Motiv.*, 2002, 48, pp. 119-144.

Stroebe M., Schut H. The dual process model of coping with bereavement: rationale and description. *Death Studies*, 1999, 23(3), pp. 197-224.

Сведения об авторах

Белоусова Светлана Анатольевна
доктор психологических наук, доцент
Челябинский государственный университет
Россия, 454001, г. Челябинск, ул. Братьев
Кашириных, 129
e-mail: bsa-csu@yandex.ru

Меркурьев Дмитрий Вениаминович
аспирант, кафедра психологии
Челябинский государственный университет
Россия, 454001, г. Челябинск, ул. Братьев
Кашириных, 129
e-mail: md070397@gmail.com

Information about authors

Belousova Svetlana Anatol'evna
Doctor of Sciences (Psychology),
Associate Professor
Chelyabinsk State University
129, Bratev Kashirinyh st., Cheliabinsk,
454001, Russian Federation
e-mail: bsa-csu@yandex.ru

Merkur'ev Dmitrii Veniaminovich
Postgraduate, Department of Psychology
129, Bratev Kashirinyh st., Cheliabinsk,
454001, Russian Federation
e-mail: md070397@gmail.com