

**СЕКЦИЯ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И ЯЗЫКОВЫЕ
ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА
БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА**

УДК 159.923 - 057.87

**ИЗУЧЕНИЕ СТРАТЕГИЙ И СРЕДОВЫХ РЕСУРСОВ
СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ (КОПИНГА)
УЧАЩИХСЯ 15-18 ЛЕТ**

*Учащиеся группа 29М2к Сак М.С., Садовская Н.И.,
преподаватель Лагун Л.В.*

Филиал БНТУ «Минский государственный политехнический колледж»

Ведение. Современная жизнь полна социально-стрессовых ситуаций, особенно это ощутимо в раннем юношеском возрасте. Такая ситуация требует активации всех ресурсов личности для успешной социальной адаптации.

Актуальность темы заключается в том, что активное развитие стиля совладения происходит в период ранней юности. Именно в это время происходит активное освоение новых социальных ролей, меняется привычное социальное окружение. Среди учащихся нашего колледжа значительное число тех, кто поступил учиться после девяти классов или приехал из другого населенного пункта. Помимо проблем адаптации в новом коллективе, возникают общие для всех проблемы, такие как значительные нагрузки, трудность планирования времени, трудности взаимоотношений с преподавателями, принятие новой роли, правил и обязанностей. Все это актуализирует ресурсы совладающего поведения, такие как выбор стратегии и использование ресурсов социальной среды. Ресурсы социальной среды являются наиболее важными в раннем юношеском возрасте. Новые информационные технологии создают новые возможности поиска социальной поддержки. Социальные ресурсы копинга расширяются за счет увеличения партнеров по сетевой коммуникации, растет возможность социальной поддержки.

Цель работы - выявить особенности стратегий и ресурсов социальной среды учащихся данной возрастной группы для успешной социальной адаптации, как в учебной, так и в будущей профессиональной деятельности.

Задачи:

1. Выявить особенности копинг-стратегий учащихся.
2. Выявить особенности средовых ресурсов копинга, на которые опираются копинг-стратегии.
3. Выявить значимость социальной поддержки как копинг-ресурса.

4. Выявить агентов и социально-поддерживающие сети.

5. Выявить возможности Интернета и его ресурсов для поиска социальной поддержки.

Практическая значимость работы заключается в том, что выявление значимых средовых факторов, помогает решать проблему социально-психологической адаптации и выработку эффективных способов преодоления жизненных трудностей. А также полученные результаты могут быть использованы для расширения возможностей учащихся в получении поддержки.

Для достижения целей и реализации задач исследования использованы следующие методы:

- теоретический анализ литературы по проблеме копинга;
- экспериментальные (тестирование);

Методы тестирования:

«Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (в адаптации Н.А.Сирота, В.М.Ялтонский). Позволяет выявить стратегии совладающего поведения;

«Шкала восприятия социальной поддержки» Г. Зимета (в адаптации Н.А.Сирота, В.М.Ялтонский). Позволяет изучить средовые ресурсы совладающего поведения; Анкета

«Ресурсы социальной поддержки» (самостоятельно разработанная);

Интервью по проблемам социальных сетей и друзей в интернете (вопросы для интервью разработаны нами самостоятельно);

Обработка результатов и интерпретация (использован пакет MicrosoftOfficeExcel).

Объект - учащиеся периода ранней юности (15-18лет).

Предмет - копинг стратегии учащихся данной возрастной группы и ресурсы копинг-поведения.

Основная часть. В обычной жизни человек часто сталкивается с жизненными трудностями, что побуждает такую реакцию организма и психики, как стресс. В нашей работе мы ссылаемся на теорию психологического стресса и процессов совладания с ним Ричарда Лазаруса.

Лазарус определил копинг как «...когнитивные, эмоциональные и поведенческие попытки справиться со специфическими внешними или внутренними требованиями, которые оцениваются как чрезмерные или превышающие ресурсы человека». Цель копинга – психологическое и физическое благополучие субъекта, решение проблемы и (или) изменение отношения к ней. Копинг-поведение определяется комплексом поведенческих копинг-стратегий, личностных и средовых копинг-ресурсов.

Копинг-стратегии - это все то, что помогает человеку преодолеть стрессовое напряжение. Мы основывались на одной из наиболее простых и удачных методик по выявлению базовых копинг-стратегий, разработанной Дж. Амирханом «Индикатор копинг-стратегий» (адаптация Н.А.Сирота , В.М. Ялтонский) и включающей три основные группы копинг-стратегий: разрешение проблемы, поиск социальной поддержки, избегание проблемы.

К копинг-ресурсам, помогающим справиться со стрессогенными ситуациями, относятся: ресурсы личности и ресурсы социальной среды (окружение, в котором живет человек, а также его умение находить, принимать и оказывать социальную поддержку). Одним из самых важных ресурсов среды является социальная поддержка. Социальная поддержка смягчает воздействие стресса высокой интенсивности, выступает как буфер между стрессором и человеком

В нашей работе применяется «многомерная шкала восприятия социальной поддержки» Г.Зимета, разработанная в 1988 году (в адаптации Н.А.Сирота, В.М.Ялтонский) Она оценивает эффективность и адекватность социальной поддержки по трем аспектам: семья, друзья, значимые другие.

Для реализации заявленной цели нами была выделена выборка опрашиваемых, которая составила 159 человек в возрасте 15-18 лет.

1 курс составил 85 учащихся: девушек - 25 (29%) , парней - 60 (71%).

2 курс составил 74 учащихся: девушек - 22 (30%), парней - 52 (70%).

По результатам теста Д.Амирхана преобладающей стратегией на первом и втором курсе является «Разрешение проблемы», на втором месте – стратегия «Поиск социальной поддержки», на третьем – «Избегание». Преобладание стратегии «Разрешение проблемы» указывает на готовность личности самостоятельно справляться с проблемами, хотя выбор способов решения проблем не всегда может соответствовать ситуации.

По результатам теста Г.Зимета на первом курсе в выборке юношей важнейшим ресурсом является семья, у девушек поддержка распределена между семьей, друзьями и другими значимыми, ко второму курсу значения всех ресурсов возрастают: у юношей снижается значение семьи, как ресурса поддержки, а роль других значимых возрастает.

Для уточнения агентов и механизмов социальной поддержки нами была разработана анкета. Список вопросов был составлен специально для выявления наиболее значимых агентов социальной поддержки учащихся 15-18 лет, а также для выявления значимости Интернет-ресурсов поиска доверительного общения. По результатам анкеты мы выявили активное участие различных Интернет-ресурсов в качестве платформ для поиска доверительного общения. Преобладает выбор социальных сетей и мессенджеров, тем не менее, на втором месте обычные телефонные звонки,

а на третьем - классические СМС и приложения для видеозвонков. Интересной тенденцией является отсутствие таких агентов социальной поддержки как преподаватель и психолог в данной возрастной группе.

Данная анкета отражает тенденцию внедрения Интернет-платформ в ресурсы поиска социальной поддержки в борьбе со стрессом. При составлении анкеты мы указали такую позицию, как друзья в интернете, обработка анкета подтвердила наличие такого явления. Чтобы уточнить мнение опрашиваемых по данной позиции, нами проведено интервью, вопросы для которого разработаны самостоятельно. Выявилась полярность мнений по данному вопросу: от категорического отрицания наличия друзей в Интернете до признания возможности получения поддержки от друзей в Интернете. Роль и

значение Интернета в поиске социальной поддержки и ее получения требует дальнейшего изучения.

Заключение: по результатам изучения преобладающими стратегиями совладающего поведения в возрастной группе 15-18 лет являются «Разрешение проблем» и «Поиск социальной поддержки». Это говорит о готовности учащихся самостоятельно решать проблемы. Социальная поддержка особенно важна на первом курсе в группе юношей. Преобладающими агентами социальной поддержки являются семья и друзья. Возможно, учащиеся не умеют искать и получать поддержку от других значимых, таких как преподаватель, психолог, социальный педагог. Важной платформой для поиска социальной поддержки явился Интернет, что подтвердили проведенные нами анкета и интервью. Нами приобретён опыт использования тестов, разработки и проведения анкет и интервью для выявления личностных особенностей и особенностей поведения, что будет несомненно полезно в будущей профессиональной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Белинская, Е.П. Совладание с трудностями в эпоху новых информационных технологий: возможности и ограничения. /Е.П.Белинская,- Психологические исследования, 2014, т.№7.

2. Крюкова, Т.А. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни. /Т.А.Крюкова,- Кострома: Костромской государственной университет им. Н.И. Некрасова, 2010.-296с.

3. Лазарус, Р. Психологический стресс и копинг-процессы. / Р. Лазарус,- Москва: Медицина, 1996.- 281с.

4. Сирота, Н.А, Ялтонский, В.М. «Применение и внедрение программ реабилитации и профилактики зависимого поведения как актуальная задача российской клинической психологии [Электронный ресурс]//Медицинская психология в России: Электронный научный журнал 2012 №2 URL: Режим доступа <http://medpsy.ru> Дата обращения 20.02.2019.

5. Церковский, Н.А. Копинг-поведение студентов медицинского ВУЗа/Н.А.Церковский,- Витебск: Вестник ВГМУ, 2007, Том 6.

УДК 811.161.3 - 659.1

РЭКЛАМА ПА-БЕЛАРУСКУ (БЕЛАРУСКАЯ МОВА ЯК СРОДАК УЗДЗЕЯННЯ НА СПАЖЫЎЦА)

*Навучэнка групы 30МЗк Асечкіна В.А.,
выкладчык Леванкова Т.А.*

Філіял БНТУ “Мінскі дзяржаўны політэхнічны каледж”

Уводзіны. Што такое рэклама? Інфармацыя спажыўцоў пра тавары і паслугі? У нейкай ступені – так, але не толькі гэта. Паняцце рэкламы значна шырэйшае, больш глыбокае па змесце. Рэклама – яскравая з’ява сучаснасці.