

Научная статья

УДК 159.9.07

DOI: 10.18384/2949-5105-2025-1-92-108

СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ ВЫПУСКНИКОВ ШКОЛ В СИТУАЦИИ САМООПРЕДЕЛЕНИЯ

Бершедова Л. И., Морозова Т. Ю.*

Московский городской педагогический университет,
119261, Москва, ул. Панферова, д. 8, к. 2, Российская Федерация

*Корреспондирующий автор, e-mail: morozovatu@mgpu.ru

Поступила в редакцию 16.12.2024

После доработки 20.01.2025

Принята к публикации 23.01.2025

Аннотация

Цель данной работы заключается в изучении совладающего поведения выпускников школ в ситуации самоопределения.

Процедура и методы. Исследование проводилось на базе московских школ с участием 192 обучающихся выпускных классов в возрасте 16–17 лет. Использовались методики «Способы преодоления критических ситуаций» (Э. Хейм), «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (Н. Эндлер, Дж. Паркер и др.), методика Дембо-Рубинштейн (А. М. Прихожан), «Размышление о смысле жизни» (Х. Ниёми), тест «СЖО» Д. А. Леонтьева. Применялся программный пакет статистического анализа (SPSS 21.0) и разнообразные методы статистической обработки.

Результаты. Установлено, что совладающее поведение выпускников школ выступает способом разрешения определённых проблем самоопределения. Позитивный ракурс совладания определяется его разнообразием и широтой репертуара, активностью, направленностью на проблемно чувствительные зоны отношений выпускников к себе и миру.

Теоретическая и/или практическая значимость. Расширяются научные представления об особенностях совладающего поведения выпускников школ в ситуации самоопределения. Результаты исследования могут быть использованы в программах психолого-педагогического сопровождения в данный период.

Ключевые слова: событие, ситуация самоопределения, стили совладания, внутренняя картина ситуации, переживания, доминантные отношения

Для цитирования: Бершедова Л. И., Морозова Т. Ю. Совладающее поведение выпускников школ в ситуации самоопределения // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2025. №1. С. 92-108. DOI: 10.18384/2949-5105-2025-1-92-108

Original research article

COPING BEHAVIOR OF SCHOOL GRADUATES AS A CONDITION FOR OVERCOMING THE DIFFICULTIES OF THE SITUATION OF SELF-DETERMINATION

L. Bershedova, T. Morozova

Moscow City Pedagogical University, ul. Panferova, 8, bld. 2, 119261, Moscow Russian Federation

**Corresponding author, e-mail: morozovatu@mgpu.ru*

Received by the editorial office 16.12.2024

Revised by the author 20.01.2025

Accepted for publication 23.01.2025

Abstract

Aim. The purpose of this work is to study the coping behavior of school graduates in a situation of self-determination.

Methodology. The study was conducted on the basis of Moscow schools with the participation of 192 graduating students aged 16–17 years. The methods used were «Ways to overcome critical situations» (E. Heim), «Coping behavior in stressful situations» (N. Endler, J. Parker, etc.), the Dembo-Rubinstein method (A. M. Parishioners), «Thinking about the meaning of life» (H. Niemi), the test «SOHO» by D. A. Leontiev. The statistical analysis software package (SPSS 21.0) and various statistical processing methods were used.

Results. It is established that the coping behavior of school graduates acts as a way to resolve certain problems of self-determination. The positive perspective of coping is determined by its diversity and breadth of repertoire, activity, and focus on problem-sensitive areas of graduates' relationships to themselves and the world.

Research implications. Scientific ideas about the peculiarities of coping behavior of school graduates in a situation of self-determination are expanding. The results of the study can be used in programs of psychological and pedagogical support in this period.

Keywords: an event, a situation of self-determination, coping styles, an internal picture of the situation, experiences, dominant relationships.

For citation: Berdeshova L. I., Morozova T. Yu. Coping behavior of school graduates as a condition for overcoming the difficulties of the situation of self-determination // Bulletin of State University of Education. Series: Psychological Sciences, 2025, no. 1, pp. 92-108. DOI: 10.18384/2949-5105-2025-1-92-108

Введение

В последние десятилетия в психологической науке в значительной степени возрос интерес к разнообразным проблемам самоопределения. С одной стороны, это можно объяснить содержательным своеобразием самоопределения как масштабного социально-психологического феномена, теоретические

представления о котором постоянно расширяются и обогащаются новыми знаниями, характеристиками, подходами. С другой стороны, радикальные общественные и политические, социальные и психологические изменения в обществе и жизнедеятельности человека соотносятся с динамическими преобразованиями самоопределения и его субъ-

екта, что актуализирует новые научные и практические исследования этого феномена в условиях постоянно меняющейся среды.

Известно, что впервые как событие самоопределение возникает на границе перехода от детства к взрослости, в период завершения обучения в школе. В это время выпускники погружаются в проблему многопланового, многовариантного выбора, в формирование жизненно важных целей в долгосрочной жизненной перспективе. Высокая ответственность этого периода в контексте будущего, сложность стоящих перед выпускниками задач, создают целый ряд остро переживаемых трудностей, связанных с ситуацией самоопределения. В связи с этим обращение молодых людей к практике совладающего поведения является вполне закономерным. Вместе с тем вопрос о характере влияния копинг-поведения на преодоление проблем самоопределения в этот период остаётся в науке открытым, что актуализирует обращение психологов к данной проблеме. Цель нашего исследования – изучение совладающего поведения выпускников школ в ситуации самоопределения. Реализация этой цели в методологическом плане осуществлялась в русле интегративного подхода, где поведение выступает функцией взаимодействия целостного единства личности и ситуации. Методики, использованные в исследовании, были направлены на изучение совладающего поведения («Способы преодоления критических ситуаций» Э. Хейм, «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» Н. Эндлер, Дж. Паркер и др.) и личностных особенностей выпускников (Дембо-Рубинштейн

(А. М. Прихожан), «Размышление о смысле жизни» Х. Ниёми, тест «СЖО» Д. А. Леонтьева).

Совладающее поведение выпускников как условие преодоления трудностей ситуации самоопределения

В традициях современной науки совладающее (копинг) поведение личности рассматривается как способ разрешения жизненных проблем, как фактор, стабилизирующий психосоциальную адаптацию человека в стрессовых условиях. Природа копинга раскрывается в русле различных зарубежных подходов, где поведение человека в сложной ситуации определяется либо набором личностных качеств и специфичностью ситуации (Хулахан, Моос, 1987 г.; Амирхан, 1999 г.), либо функцией взаимодействия личности и ситуации (Н. Эндлер, 1999; Д. Магнуссон, 2000 г.). Результативность копинга при этом выражается в активном преобразовании ситуации, удержании эмоционального баланса и позитивного «образа Я» [29; 30]. В российских психологических исследованиях совладающее поведение отражает представления о человеке как субъекте разнообразных форм внешней и внутренней активности (Л. И. Анцыферова, Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский, Т. Н. Крюкова, А. Л. Журавлёв, Е. А. Сергиенко и др.) [4; 23; 24; 28]. В соответствии с субъектно-деятельностным подходом совладание – это целенаправленное социальное поведение, обусловленное субъектными качествами личности, адекватными характеристикам ситуации. По определению Т. Л. Крюковой, совладание можно считать дескрипто-

ром субъекта, медиатором между ним и ситуацией, модератором внешних и внутренних ресурсов преодоления сложной ситуации [17, с. 193].

Важнейшей сущностной характеристикой совладания является его обусловленность реальными жизненно осложнёнными обстоятельствами, конкретной нестандартной ситуацией с повышенными требованиями к человеку, вне соотношения с которыми феномен совладания теряет свою функциональность. В определении ситуации как предмета психологического познания общепринятым является положение о том, что её сложную природу следует рассматривать как результат активного взаимодействия личности и среды, т. е. описание ситуации должно быть скорее «субъективным, нежели «объективным» [26, с. 310], с «позиций индивида, поведение которого исследуется, нежели с позиций наблюдателя» (Курт Левин) [25, с. 412]. Развёрнуто эти идеи были представлены в работах отечественных психологов (К. С. Абульханова-Славская, Л. С. Выготский Л. С. Рубинштейн и др.) [1; 10; 22]. Так, по определению С. Л. Рубинштейна, бытие как объект, это бытие, включающее и субъекта, в силу этого «человек должен быть взят внутри бытия, в своём специфическом отношении к нему, как субъект познания и действия, как субъект жизни» [22, с. 117]. В таком способе понимания ситуации субъект выступает внутренним условием раскрытия объекта» [22, с. 118]. В методологическом плане это положение означает, что характер поведения личности определяет ситуация, субъективно внутренне переживаемая человеком такой, какой он её представляет. Это особенно подчёркивала в своих работах Л. И. Анцыферова, гово-

ря о том, что личность со своим своеобразным жизненным миром психологически перерабатывает и анализирует ситуацию, прежде чем выбрать адекватный тип копинга [4, с. 6].

Принципиально важно понимание, что копинг актуализируется в ситуациях, определяемых как сложные. Общая картина таких ситуаций раскрывается в нарушениях процессов адаптации и привычного образа жизни, характеризуется неопределённостью и наличием противоречий, создающих напряжённость, беспокойство, неуправляемость, трудность в выборе и принятии решений и т. п. [2, с. 61]. В качестве критериев их сложности выделяют такие характеристики, как важность для личности, неопределённость, неподконтрольность, неуправляемость и т. п. [7]. Особую судьбоносную значимость и насыщенную сложность в контексте этих параметров заключают в себе ситуации, задающие богатое содержание индивидуальной истории личности, выступающие её поворотным этапом, имеющие особый смысл и перспективы. В работах С. Л. Рубинштейна такую событийную масштабность в рамках жизненного пути человека приобретают ситуации самоопределения, проблемная сущность которых раскрывается в характере свободного взаимодействия личности и общества, где центром является собственная творческая деятельность субъекта в системе общественных и межличностных отношений. По С. Л. Рубинштейну, это означает, с одной стороны, что «я самоопределяюсь во всех своих отношениях к людям, в отношении своём ко всем людям – к человечеству как совокупности и единству всех людей» [22, с. 118]. С другой стороны, это опреде-

ляет направление исследования личности в ситуации самоопределения, а именно – изучение её ведущих отношений, в каждом из которых она выступает в новом качестве [22, с. 133].

С позиций психологической науки интегральное понятие «отношений» выступает особой формой индивидуальной взаимосвязи субъекта с реальностью, в которой находит своё отражение единство субъективного и объективного, индивидуального и общественного (Б. Ф. Ломов, В. Н. Мясищев, С. Л. Рубинштейн) [19; 21; 22]. Содержание ведущих отношений – к себе, другим людям, миру, – определяется в роли своеобразного ядра субъективного мира личности, в котором раскрывается жизненная ситуация самоопределения, в связи с чем только через отношения и может быть понята. В свете этих положений изучение совладающего поведения с необходимостью предполагает анализ внутренней картины ситуации самоопределения, параметры которой определяются субъектом и опосредуют его реакции на ситуацию. Разрешение противоречий, достижение равновесия во взаимодействии с этой предельно сложной ситуацией и определяют совладающее поведение, как адаптационную и саморегулирующую активность личности [12; 13; 16].

В психологическом плане следует учитывать, что ситуация самоопределения в момент завершения школьного образования разворачивается в период возрастного нормативного кризиса 17 лет, характеристики которого аккумулируют исходные противоречия этого процесса [3, с. 101]. В результате понимание сущности самоопределения становится более детальным и глубоким, т. к. в кризисе актуализиру-

ются рефлексивные механизмы переживаний, в которых находит своё выражение первичная оценка, выявление и определение личностной значимости смысла актуальной ситуации [5; 8; 10].

Целостной характеристикой самоопределения в этот период является его двуплановость, которую впервые зафиксировала в своих исследованиях Л. И. Божович [8, с. 227]. Суть её в одновременном проявлении идеального и конкретного самоопределения, каждое из которых выполняет свои функции и тем самым «создаёт исходное противоречие, приводящее в движение сам процесс самоопределения» [11, с. 23]. В рамках этого процесса возникают характерные для этого периода сложности, связанные с качественным преобразованием у выпускников «мира в себе» и «себя в мире», что порождает осознание и переосмысление ценностного сознания, поиск смыслового соответствия бытия личности, перестройку образа «Я», оценку ресурсов и потенциальных возможностей с ориентацией на будущее. Особенности этих сложностей могут быть связаны с общим нарушением душевного равновесия выпускников, их тревожностью, беспокойством, напряжением, страхом, неуверенностью и неудовлетворённостью собой, совладание с которыми может выступать не только условием адаптации выпускников к актуальной ситуации, но и фактором её преодоления и дальнейшего личностного развития.

В нашем исследовании совладающее поведение выпускников школ мы рассматривали как один из способов разрешения ведущих проблем самоопределения, связанных с многоплановым выбором. При этом мы предполагали, что особенности копинг-поведения

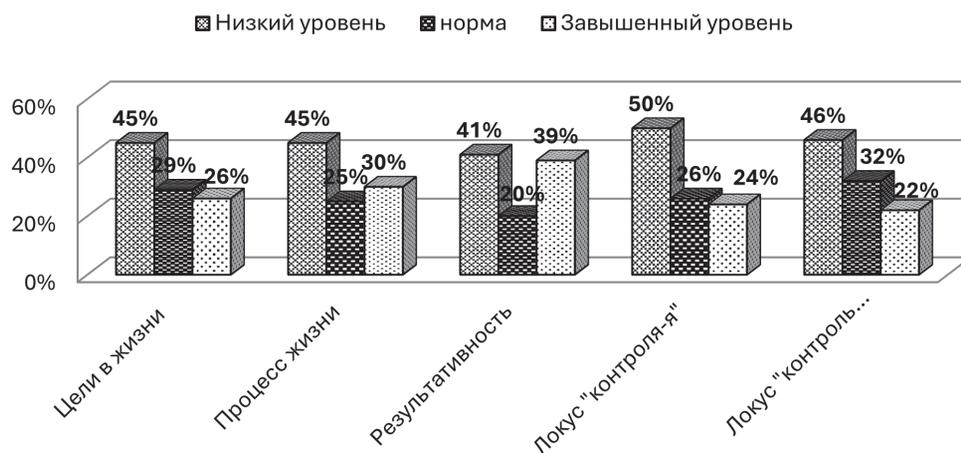


Рис. 1 / Fig. 1. Особенности смысловых ориентаций выпускников школ в ситуации самоопределения (в %) / The peculiarities of the semantic orientations of school graduates in a situation of self-determination (in %).

Источник: данные автора.

опосредованы характером внутренней картины выпускников (личностно-ситуативного взаимодействия), которая находит своё отражение в содержании отношений к миру, себе, людям. Личностные переменные этих отношений могут выполнять функции предикторов совладания и его копинг-ресурсов. С этих позиций анализ совладающего поведения выпускников предполагал выявление внутренней картины ситуации (личностно-ситуационный контекст) и особенностей взаимодействия её параметров (личностных переменных отношений к себе, людям, миру) с копинг-поведением обучающихся.

Психологические характеристики совладающего поведения выпускников школ и его предикторы

Результаты изучения внутренней картины мира выпускников в ситуации самоопределения показывают, что их отношения к себе, людям, миру яв-

ляются внутренне противоречивыми и имеют свои содержательно своеобразные характеристики. Так, наши данные фиксируют наличие внутренней конфликтности и фрустрированности в представлениях о себе у многих обучающихся, что в значительной степени может осложнять процессы объективно необходимого выбора и порождать аффективно окрашенные состояния. Можно говорить о несогласованности у юношей ценностных ориентиров и проявлении неопределённости по отношению к жизненным целям, создающим временную перспективу, присутствию эскапизма и неуверенности в своих способностях осуществлять выбор, принимать решения и управлять жизнью (рис. 1).

В практике живой реальности общения обнаруживаются высокая избирательность и разграничение взаимоотношений с окружающими, не редко встречается низкий уровень развития доверительных отношений с родителями. При этом не исключена высокая

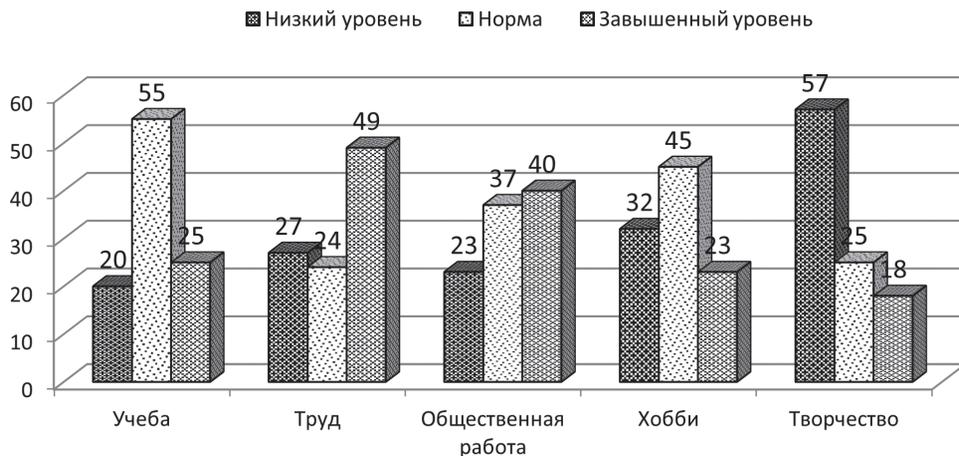


Рис. 2 / Fig. 2. Значимые сферы деятельности в поисках смысла жизни у выпускников школ в ситуации самоопределения (в %) / Significant fields of activity in the search for the meaning of life among school graduates in a situation of self-determination (in %)

Источник: данные автора.

степень влияния на решающий выбор (особенно профессиональный) либо взрослых, либо друзей. Одновременно установлено, что большинству выпускников свойственны актуальные формы поиска смысла жизни в таких сферах деятельности как учебная, трудовая, общественная, где отражается ведущий тип отношения к миру и активная избирательная направленность (рис. 2).

Значимую роль в этом процессе играют также деятельность, связанная с творчеством, спортом, хобби, активизирующая рефлексивные механизмы и направленные на самопознание, самопонимание, самораскрытие, самооткрытие, самореализацию. Такой выбор деятельности является, на наш взгляд, узловым и очень важным моментом в процессе самоопределения, так как сам момент этого выбора есть, по сути, притягивание себя к требованиям цели, цели к себе, а также к своим возможностям [22, с. 133].

Существенными детерминантами активности выпускников выступают личностные значения ситуации выбора как основания её включения в своё жизненно-смысловое пространство. Значения как субъективная характеристика объекта отражают содержание переживаний, в которых осуществляется объективация отношений. Известно, что наибольшее влияние на социальное поведение оказывают доминантные отношения субъекта, связанные с наиболее значимыми для него целями, мотивами, способами достижения, сферами жизнедеятельности [19, с. 8]. Наши данные, полученные с помощью факторного анализа личностных переменных отношений юношей к себе, миру, людям, позволили определить 3 основных фактора, имеющих наибольшие показатели дисперсии (общий показатель дисперсии – 43%). Исходя из содержания тех параметров, которые в них вошли, условно мы обозначили их как факторы

Таблица 1 / Table 1

Факторный анализ личностных переменных отношений выпускников школ к себе, миру, людям / Factor analysis of personal variables of school leavers' attitudes towards themselves, the world, and people

| Фактор 1 «Целеобразование» | Фактор 2 «Самооценивание» | Фактор 3 «Смысложизненные ориентации» |
|----------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|
| «результативность жизни» (0,911) | «стремление к доминированию» (0,812) | «учителя» (0,779) |
| «процесс жизни» (0,899) | «адаптация» (0,786) | «учёба» (0,728) |
| «локус контроля – жизнь» (0,889) | «эмоциональная комфортность» (0,721) | «родители» (0,597) |
| «локус контроля-я» (0,854) | «интернальность» (0,691) | «занятия творчеством» (0,500) |
| «цели в жизни» (0,778) | «самопринятие» (0,529) | «эскапизм» (- 0,424) |

Источник: данные автора.

«целеобразования» (22% дисперсии), «самооценивания» (11% дисперсии), «смысложизненных ориентаций» (10% дисперсии) (табл. 1).

Содержание доминантных отношений позволило выявить сферы значимых переживаний школьников, которые свидетельствуют как о личностной вовлечённости юношей в ситуацию выбора, так и выраженности субъективно переживаемой потребности в её преодолении. Это значит, что ситуация становится для молодых людей не только объектом размышлений, но и психологически значимым событием. Тем самым осуществляется субъективизация проблемы, т. е. принятие её в рамки собственной рефлексивной деятельности, направленной на развитие и «преобразование поражённого жизненного отношения человека к проблемным полям» [9, с. 67].

Ещё одним доказательством значимости ситуации самоопределения в жизни выпускников является активизация широкого спектра стратегий и стилей копинг-поведения, что подчёркивает высокую проблемность

ситуации, на разрешение которой и направлена активность совладания обучающихся. Наличие в структуре стратегий и стилей совладания внутренних взаимосвязей говорит об активном процессе работы с ситуацией, в рамках которой открывается её содержание и происходит переинтерпретация и преобразование возникающих эмоций, чувств и переживаний (рис. 3, 4).

Особый интерес в исследовании представляют для нас данные о характере взаимодействия параметров внутренней картины мира выпускников с показателями копинг-поведения. С помощью корреляционного анализа было установлено достаточно большое количество достоверно значимых связей, свидетельствующих о том, что содержательные характеристики отношений определённым образом влияют на выбор способов совладания с трудностями ситуации самоопределения (табл. 2).

С целью выявления закономерных тенденций этого выбора мы использовали процедуру обработки результатов корреляционного анализа, разра-

Копинг-стратегии

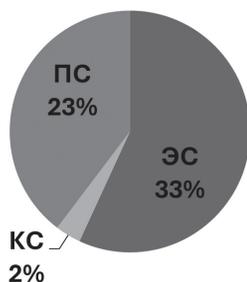


Рис. 3 / Fig. 3. Стратегии совладания у выпускников школ в ситуации самоопределения (КС-когнитивные стратегии, ЭС-эмоциональные стратегии, ПС-поведенческие стратегии) / Coping strategies for school graduates in a situation of self-determination (CS-cognitive strategies, ES-emotional strategies, PS-behavioral strategies).

Копинг-стили

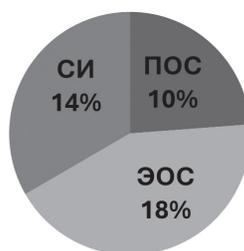


Рис. 4 / Fig. 4. Стили совладания у выпускников школ в ситуации самоопределения (ПОС-проблемно-ориентированный стиль, ЭОС-эмоционально-ориентированный стиль, СИ-стиль избегания) / Coping styles among school graduates in a situation of self-determination (POS-problem-oriented style, EOS-emotionally oriented style, SI-avoidance style).

Источник: данные автора.

ботанную и адаптированную в работах разных авторов [23, с. 386]. Исходная идея данной процедуры заключается в выявлении наиболее частотных баллов взаимодействия переменных, что позволяло определить, с одной стороны, меру значимости отдельных личностных качеств в выборе копингов, с другой стороны – раскрыть особенности стратегий и стилей совладания с позиций их активности, модальности и направленности.

Оценивая полученную картину взаимодействия в целом, можно констатировать, что:

- с позиции интенсивности (меры активности/пассивности) высокая степень активности характерна для стратегий как первичных реакций субъекта на актуальную ситуацию. Более сложные, обобщённые способы совладания – стили, определяющие приспособительную и преобразующую актив-

ность представлены ограниченно, но их проявление свидетельствует о процессе становления и формирования у молодых людей системы совладания;

- с позиций модальности ведущей сферой реализации совладания выступает эмоциональная, что является следствием эмоционального реагирования выпускников на сложности ситуации самоопределения, специфический характер её переживаний и недостаточную контролируемость, в силу чего полноценное обращение к когнитивным и проблемно-ориентированным копингам является затруднительным. Вместе с тем высокой значимости взаимосвязь с проблемно-ориентированным копингом обнаруживаются в сфере труда (профессиональной деятельности);

- с позиций направленности доминирующими областями взаимодействия выступают отношения к «миру»

Таблица 2 / Table 2.

Ядро взаимодействия копинг-стратегий и стилей с личностными параметрами отношений выпускников школ к себе, миру, другим / The core of the interaction of coping strategies and styles with the personal parameters of school leavers' attitudes towards themselves, the world, and others

| | | Копинг-стратегии | | | Копинг-стиль | | |
|----|-------------------------------------|--------------------|---------------|---------------|---------------------------|------------------------------|-----------|
| | | Когнитивные | Эмоциональные | Поведенческие | Проблемно-ориентированный | Эмоционально-ориентированный | Избегание |
| | | Отношения к себе | | | | | |
| 1 | Общая самооценка | | ,311** | | | | |
| 2 | Локус «контроля-я» | | ,339** | ,435** | | | ,396** |
| 3 | Самопринятие | | ,417** | ,458** | | -,416** | ,268* |
| 4 | Эмоц. комфортность | | ,535** | ,331** | | -,503** | ,273* |
| | | Отношение к миру | | | | | |
| 5 | Цели в жизни | | ,320** | ,411** | | | ,326** |
| 6 | Процесс жизни | ,229* | ,428** | ,367** | | | ,316** |
| 7 | Результативность жизни | | ,319** | ,434** | | | ,301** |
| 8 | Адаптация | | ,489** | | | -,522** | |
| 9 | Интернальность | | ,254* | ,367** | | -,216* | ,335** |
| | | Отношение к другим | | | | | |
| 10 | Смысл жизни (обсуждаю с родителями) | | ,367** | | | | |
| 11 | Принятие других | | ,319** | ,374** | ,264* | | ,306** |
| 12 | Стремление к доминированию | | ,281* | | ,255* | -,256* | ,261* |

Источник: данные автора.

и «себе» как наиболее проблемно чувствительные зоны переживаний, связанные с качественными преобразованиями «себя в мире» и «мира в себе». Именно эти отношения выступают основой самоэффективности личности и определяют уровень её ценностного сознания, обеспеченность жизненного выбора экзистенциальными предпосылками, постановку и достижение целей, отвечая, таким образом, задачам ближайшего будущего.

Особое внимание обращает на себя тот факт, что параметры внутренней картины выпускников по степени значимости имеют весьма разнообразные корреляции со стратегиями и стилями совладания. Взаимосвязь с копингом проявляют личностные свойства разного уровня функциональности, обобщённости, значимости. С целью определения степени их влияния на выбор стилей совладания мы применили регрессионный анализ. В итоге уста-

новлено, что в регрессионную модель, определяющую высокую меру влияния личностных параметров на выбор эмоционально-ориентированного копинг-стиля, вошли следующие предикторы: «эмоциональная комфортность» ($\beta = - ,440$), «самопринятие» ($\beta = - ,454$), «цели в жизни» ($\beta = - ,408$), и «локус контроля – я» ($\beta = - ,407$). Отрицательное взаимодействие этих переменных с копингом указывает на наличие у выпускников определённых переживаний, т. е. ситуация не столько преодолевается, сколько переживается. В результате этого наиболее проблемные зоны ситуации становятся центральным объектом размышлений молодых людей.

В науке широко известно, что переживание как особая активность субъекта, его внутренняя деятельность раскрывается в мощных «актах открывания», благодаря которым и происходит понимание себя в мире и мира в себе. С позиций экзистенциального подхода именно переживания помогают человеку проживать и преодолевать сложные жизненные и событийные ситуации, поскольку идеал переживаний заключён в способности порождать новое путём изменений смыслового соответствия сознания человека и его бытия. Преобразование психической реальности и перестройка психологического мира личности в этом случае направлены на порождение и формирование смысла на основе глубинного и целостного отражения человеком именно самого себя. Это означает, что переживания не только сигнализируют о личностном смысле события, но как один из внутренних механизмов совладания они приводят к самооткрытию, самореализации и саморазви-

тию субъекта и в этом смысле можно говорить об их положительной роли. Реально переживания на данном этапе ситуации самоопределения выполняют порождающие, развивающие, преобразующие и адаптивные функции, которые в целом способствуют процессу решения задач самоопределения благодаря необходимым открытиям и изменениям в представлениях о себе и экзистенции.

Наши данные свидетельствуют, что личностный выбор обучающимися проблемно-ориентированного копинга с высокой степенью влияния обеспечивают следующие предикторы: «стремление к доминированию» ($\beta = ,334$), «эмоциональная комфортность» ($\beta = -,440$), «интернальность» ($\beta = ,331$). Важное значение этого выбора связано с началом процесса интеллектуализации переживаний, т.е. рефлексивного осознания и овладения ими, в результате чего становится возможной их содержательная определённость и сознательная саморегуляция в процессах преодоления ситуации. Возникновение интеллектуализированных переживаний в значительной степени влияет на характер личностного развития выпускников и активизацию процессов их профессионального самоопределения, в котором переживание неопределённости постепенно преобразуется в проблему выбора профессии.

В качестве ведущих предикторов регрессионной модели стиля «избегание» у выпускников (29% от выборки) выступают такие личностные переменные как эмоциональная комфортность ($\beta = ,273$) и «процесс жизни» ($\beta = ,214$), что ещё раз подтверждает вывод о том, что явления смыслообразования выступают центром внутренней

жизни молодых людей, в котором сосредоточены содержательно актуальные и в эмоциональном плане наиболее острые переживания.

Установлено, что высоко значимый характер взаимодействия с копингами имеют наиболее чувствительные и противоречивые личностно-субъектные характеристики, которые в психологическом контексте выражают содержание доминантных отношений и отражают явления значимых переживаний выпускников, а именно «целеобразования», «самооценивания», «смыслостроительства». Целостная совокупность этих свойств образует «ядро взаимодействия», которое становится мотивационным центром, определяющим активность, содержание и направленность совладания. Мы обнаружили также, что некоторые субъектные свойства - предикторы одновременно выступают в качестве важных ресурсов копингов. К ним относятся такие характеристики как «адаптация» ($\beta = - ,355$; 42% от выборки), «самовосприятие» ($\beta = - ,454$; 37% от выборки), «цель в жизни» ($\beta = - ,408$; 28% от выборки), «локус контроля Я» ($\beta = - ,407$; 24% от выборки). Системная организация личностных переменных и копинг-стилей предполагает для каждого из них своё место и вес функционального значения.

Позитивный ракурс совладания в этой системе определяется его разнообразием и шириной репертуара, высокой активностью, наличием внутренних взаимосвязей, направленностью на проблемно чувствительные зоны отношений выпускников к себе и миру, что в целом предполагает гибкость копинга, его большую эффективность в преодолении трудностей само-

определения [20, с. 209]. Успешность копинга как результат взаимодействия с личностными переменными отношений связана на данном этапе с расширением спектра его функций, которые через внутреннюю деятельность переживаний оптимизируют преобразования в представлениях выпускников о себе, экзистенции и ситуации [15, с. 491]. В исследовании установлено, что конструктивность совладания в полной мере не охватывает всех проблем ситуации самоопределения. Выявленные неоднозначные эффекты копинга связаны с жизненно важным для будущего выбором профессии, не обеспеченным должным образом ответственными за этот процесс экзистенциальными предпосылками и личностными свойствами.

В целом результаты исследования свидетельствуют, что ситуация самоопределения становится для выпускников психологически значимым событием, определяющим направленность и содержание их личностного развития в настоящем и будущем. Высокая проблемность ситуации, её эмоциональная насыщенность и аффектация, ограниченная продуктивность копингов определяют необходимость организации психолого-педагогического сопровождения выпускников в этот судьбоносный, предельно сложный для них период.

Заключение

В настоящей статье представлены материалы исследования проблемы совладающего поведения выпускников школ в ситуации самоопределения. Можно констатировать, что копинг-поведение обучающихся в этот период характеризуется разнообразием и

широтой репертуара, высокой активностью и гибкостью, наличием внутренних взаимосвязей, что говорит об активном процессе работы с ситуацией самоопределения, в рамках которой открывается её содержание.

Особенности копинг-поведения молодых людей опосредованы характером внутренней картины ситуации и содержанием её отношений к себе, миру, людям. Высоко значимые взаимодействия с копингами имеют наиболее противоречивые личностно-субъектные характеристики доминантных отношений «целеобразования», «самооценивания», «смыслостроительства», целостная совокупность которых образует «ядро взаимодействия» и становится мотивационным центром, определяющим активность, содержание и направленность совладания выпускников. Успешность совладания с позиций личностно-ситуативного контекста связа-

на с расширением его развивающих и адаптивных функций, способствующих преобразованию через переживание представлений выпускников о себе, экзистенции и ситуации.

В целом эти данные свидетельствуют о действенной форме ситуации самоопределения, достаточно активном процессе индивидуализации смысловых и экзистенциальных ориентаций, переосмыслении личностных свойств и качеств, вступающих в противоречие с требованиями ситуации жизненно важного выбора. Неоднозначность влияния копингов на процесс решения основных проблем самоопределения выпускников определяет необходимые перспективы данного исследования, целенаправленные на создание психолого-педагогических развивающих программ в системе психологической службы образовательных учреждений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 299 с.
2. Андреева А. Д., Бегунова Л. А., Лисичкина А. Г. Особенности внутренней позиции взрослого у современных учащихся раннего юношеского возраста // Психологическая наука и образование. 2023. Т. 28. № 2. С. 58–69.
3. Андреева А. Д., Лисичкина А. Г. Психологическая готовность учащихся раннего юношеского возраста к активной самореализации: методический инструментарий // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2023. № 1. С. 96–109.
4. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. № 1. С. 3–18.
5. Бершедова Л. И. Личностные новообразования критических периодов детства // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. 2010. № 12 (83). С. 148–154.
6. Бершедова Л. И., Морозова Т. Ю. Динамические преобразования совладающего поведения в ситуации самоопределения в юношеском возрасте // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2024. № 4. С. 97–109.
7. Битюцкая Е. В. Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации с позиций деятельностного подхода А. Н. Леонтьева // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2013. № 2. С. 40–57.

8. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. 398 с.
9. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Издательство Московского университета, 1984. 200 с.
10. Выготский Л. С. Психология развития. Избранные работы. М.: Юрайт, 2024. 281 с.
11. Гинзбург М. Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема // Вопросы психологии. 1988. № 2. С. 19–27.
12. Грановская Р. М., Никольская И. М. Психологическая защита у детей. Психологическая защита у детей. СПб: Речь, 2006. 340 с.
13. Дикая Л. Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). М.: Институт психологии РАН, 2003. 318 с.
14. Журавлев А. Л., Купрейченко А. Б. Социально-психологическое пространство личности. М.: Институт психологии РАН, 2012. 496 с.
15. Зайцева О. М. Совладающее поведение: аналитический обзор зарубежных и отечественных исследований // Молодой учёный. 2023. № 47 (494). С. 491–493.
16. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса: психологическая антропология стресса. М.: Академический проект, 2009. 943 с.
17. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения. Кострома: Авантитул, 2004. 343 с.
18. Леонтьев Д. А., Пилипко Н. В. Выбор как деятельность: личностные детерминанты и возможности формирования // Вопросы психологии. 1995. № 1. С. 97–110.
19. Ломов Б. Ф. Личность в системе общественных отношений // Психологический журнал. 1981. № 1. Т. 2. С. 3–17.
20. Морозова Т. Ю. Динамика копинг-стратегий в период кризиса 17 лет // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2014. № 5 (133). С. 207–214.
21. Мясищев В. Н. Психология отношений: избранные психологические труды. М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2011. 398 с.
22. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2022. 720 с.
23. Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М.: Институт психологии РАН, 2008. 474 с.
24. Сирота Н. А., Ялтонский В. М. Копинг-поведение и психопрофилактика психосоциальных расстройств у подростков // Обзорение психиатрии и медицинской психологии. 1994. № 1. С. 63–74.
25. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. М.: Смысл, 2003. 860 с.
26. Шихирев П. Н. Современная социальная психология. М.: Институт психологии РАН, 2000. 447 с.
27. Endler N., Parker J. D. A. Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation // Journal of Personality and Social Psychology. 1990. № 58. P. 844–854.
28. Heim E., Valach L. Berner Bewältigungsformen BEFO-ein Instrument zur Selbst- und Fremdbewertung der Krankheitsverarbeitung [The Bern Coping Forms BEFO-an instrument for self- and observer rating of coping with illness] // Rehabilitation. 1996. № 35 (4). P. XXXI–XLI.
29. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal and Coping. N.Y: Springer Publishing House, 1984. 456 p.
30. Magnusson D. Individual development: Toward a developmental science. London: Proceedings of the American Philosophical Society, 2000. P. 86–96.

REFERENCES

1. Abulhanova-Slavskaya K. A. *Strategiya zhizni* [Strategy of life]. Moscow, Mysl Publ., 1991. 299 p.
2. Andreeva A. D., Begunova L. A., Lisichkina A. G. [Features of the internal position of development in modern students of early adolescence]. In: *Psichologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 2023, vol. 28, no. 2, pp. 58–69.
3. Andreeva A. D., Lisichkina A. G. [Psychological readiness of students of early adolescence for active self-realization: methodological tools]. In: *Vestnik Gosudarstvennogo universiteta prosveshcheniya. Seriya: Psichologicheskie nauki* [Bulletin of the State University of Education. Series: Psychological Sciences], 2023, no. 1, pp. 96–109.
4. Ancyferova L. I. [Personality in difficult life conditions: rethinking, transformation of situations and psychological defense]. In: *Psichologicheskij zhurnal* [Psychological Journal], 1994, no. 1, pp. 3–18.
5. Bershedova L. I. [Personality neoplasms in certain periods of childhood]. In: *Nauchnye vedomosti Belgorodskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki* [Scientific bulletin of the Belgorod employee university. Series: Humanitarian sciences], 2010, no. 12 (83), pp. 148–154.
6. Bershedova L. I., Morozova T. Yu. [Dynamic transformations of coping behavior in a situation of self-determination in adolescence]. In: *Vestnik Gosudarstvennogo universiteta prosveshcheniya. Seriya: Psichologicheskie nauki* [Bulletin of the State University of Education. Series: Psychological sciences], 2024, no. 4, pp. 97–109.
7. Bityuckaya E. V. [Cognitive assessment of the work life situation from the standpoint of A. N. Leontiev's activity attitude]. In: *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psichologiya* [Bulletin of Moscow University. Series 14. Psychology], 2013, no. 2, pp. 40–57.
8. Bozhovich L. I. *Lichnost' i eyo formirovanie v detskom vozraste* [Personality and its guilt in childhood]. St. Petersburg, Piter Publ., 2008. 398 p.
9. Vasilyuk F. E. *Psichologiya perezhivaniya (analiz preodoleniya kriticheskikh situacij)* [Psychology of providing assistance (analysis of overcoming external circumstances)]. Moscow, Moscow University Publishing House, 1984. 200 p.
10. Vygotskij L. S. *Psichologiya razvitiya. Izbrannye raboty* [Developmental Psychology. Selected Works]. Moscow, Yurajt Publ., 2024. 281 p.
11. Ginzburg M. R. [Personal self-determination as a psychological problem]. In: *Voprosy psichologii* [Questions of Psychology], 1988, no. 2, pp. 19–27.
12. Granovskaya R. M., Nikol'skaya I. M. *Psichologicheskaya zashchita u detej. Psichologicheskaya zashchita u detej* [Psychological defense in children. Psychological defense in children]. St. Petersburg, Rech Publ., 2006. 340 p.
13. Dikaya L. G. *Psichicheskaya samoregulyaciya funkcional'nogo sostoyaniya cheloveka (sistemno-deyatel'nostnyj podhod)* [Mental self-regulation of the functional state of a person (system-activity approach)]. Moscow, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, 2003. 318 p.
14. Zhuravlev A. L., Kuprejchenko A. B. *Social'no-psichologicheskoe prostranstvo lichnosti* [Social and psychological space of the personality]. Moscow, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences Publ., 2012. 496 p.
15. Zajceva O. M. [Coping behavior: an analytical review of international and domestic studies]. In: *Molodoj uchyonyj* [Young scientist], 2023, no. 47 (494), pp. 491–493.
16. Kitaev-Smyk L. A. *Psichologiya stressa: psichologicheskaya antropologiya stressa* [Psychology of stress: psychological anthropology of stress]. Moscow, Akademicheskij proekt Publ., 2009. 943 p.

17. Kryukova T. L. *Psihologiya sovladayushchego povedeniya* [Psychology of coping behavior]. Kostroma: Avantitul Publ., 2004. 343 p.
18. Leont'ev D. A., Pilipko N. V. [Choice as an activity: personal determinants and formation of opportunities]. In: *Voprosy psihologii* [Questions of Psychology], 1995, no. 1, pp. 97–110.
19. Lomov B. F. [Personality in the system of social relations]. In: *Psihologicheskij zhurnal* [Psychological journal], 1981, no. 1, vol. 2, pp. 3–17.
20. Morozova T. Yu. [Dynamics of coping strategies during the crisis of 17 years]. In: *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki* [Bulletin of Tambov University. Series: Humanities], 2014, no. 5 (133), pp. 207–214.
21. Myasishchev V. N. *Psihologiya otnoshenij: izbrannye psihologicheskie trudy* [Psychology of Relationships: Selected Psychological Works]. Moscow, Publishing House of the Moscow Psychological and Social Institute, 2011. 398 p.
22. Rubinshtejn S. L. *Osnovy obshchej psihologii* [Fundamentals of General Psychology]. St. Petersburg, Piter Publ., 2022. 720 p.
23. In: Zhuravlev A. L., Krukova T. L., Sergienko E. A., ed. *Sovladayushchee povedenie: Sovremennoe sostoyanie i perspektivy* [Coping Behavior: Current State and Prospects]. Moscow, Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences Publ., 2008. 474 p.
24. Sirota N. A., Yaltonskij V. M. [Coping Behavior and Psychoprophylaxis of Psychosocial Disorders in Adolescents]. In: *Obozrenie psihiatrii i medicinskoj psihologii* [Review of Psychiatry and Medical Psychology], 1994, no. 1, pp. 63–74.
25. Hekkhauzen X. *Motivaciya i deyatel'nost'* [Motivation and Activity]. Moscow, Smysl Publ., 2003. 860 p.
26. Shihirev P. N. *Sovremennaya social'naya psihologiya* [Modern Social Psychology]. Moscow, Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences Publ., 2000. 447 p.
27. Endler N., Parker J. D. A. Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, no. 58, pp. 844–854.
28. Heim E., Valach L. Berner Bewältigungsformen BEFO-ein Instrument zur Selbst- und Fremdbewertung der Krankheitsverarbeitung [The Bern Coping Forms BEFO-an instrument for self- and observer rating of coping with illness]. In: *Rehabilitation*, 1996, no. 35 (4), pp. XXXI–XLI.
29. Lazarus R. S., Folkman S. *Stress, Appraisal and Coping*. N. Y., Springer Publishing House, 1984. 456 p.
30. Magnusson D. *Individual development: Toward a developmental science*. London, Proceedings of the American Philosophical Society Publ., 2000. P. 86–96.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Бершедова Людмила Ивановна – доктор психологических наук, профессор, профессор департамента клинических, психологических и педагогических основ развития личности Института психологии и комплексной реабилитации Московского городского педагогического университета;

e-mail: bershedovali@mgpu.ru; <https://orcid.org/0009-0003-7371-1532>

Морозова Татьяна Юрьевна – старший преподаватель департамента клинических, психологических и педагогических основ развития личности Института психологии и комплексной реабилитации Московского городского педагогического университета;

e-mail: morozovatu@mgpu.ru; <https://orcid.org/0000-0002-9044-4988>

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Lyudmila I. Bershedova – Dr. Sci. (Psychological Sciences), Prof., Prof., Department of Clinical, Psychological and Pedagogical Foundations of Personality Development of Institute of Psychology and Integrated Rehabilitation of Moscow City Pedagogical University.
e-mail: bershedovali@mgpu.ru; <https://orcid.org/0009-0003-7371-1532>

Tatyana Yu. Morozova – Senior Lecturer of Department of Clinical, Psychological and Pedagogical Foundations of Personality Development, Institute of Psychology and Integrated Rehabilitation of Moscow City Pedagogical University;
e-mail: morozovatu@mgpu.ru; <https://orcid.org/0000-0002-9044-4988>