Содержание

Введение

Глава l. Проблематика совладающего поведения в современной психологии

.1 Феномен совладающего поведения в психологии

.2 Взаимосвязь психотипа и совладающего поведения личности

.3 Конструктивные и неконструктивные копинг стратегии

Глава ll Роль и значение совладающего поведения в формировании этнокультурной доминанты

.1 Влияние национальных традиций на формирование особенностей социокультурного поведения человека

.2 Национальные традиции как копинг стратегия в стремлении сохранения чистоты нации

Заключение

Список литературы и других используемых источников

Введение

Данная работа посвящена исследованию различий совладающего поведения людей разных национальностей.

Актуальность выбранной нами темы продиктована тем, что на протяжении жизни человек сталкивается с трудностями, которые предопределяются обыденными жизненными ситуациями .Тема о различии совладающего поведения людей разных национальностей на сегодняшний день очень актуальна, так как в последнее время как никогда раньше, происходит огромное количество различных социально-значимых кризисов ,перемен в общественной жизни, которые влияют на поведение людей. И от того, как себя поведет человек в данных ситуациях, может зависеть его психическое и физическое здоровье, а так же состояние окружающих его людей. На современном этапе развития психологии проблема преодоления человеком трудностей рассматривается учеными посредством раскрытия таких феноменов как копинг и совладающее поведение.

Различия совладающего поведения людей разных национальностей как психологический феномен является недостаточно изученным. В большинстве исследований преобладает психоаналитический подход, в рамках которого совладающее поведение определяется используемыми защитными механизмами и формулируется как «защитно-совладающее». В изученной научной литературе отсутствовало определение понятия «различия совладающего поведения людей разных национальностей». В деятельностном аспекте рассматривается взаимосвязь психологических особенностей и стратегий совладающего поведения, в большинстве случаев выделяются различные виды трудных жизненных ситуаций вне учета национального фактора.

Объект исследования - совладающее поведение личности.

Предмет исследования - психологические особенности совладающего поведения людей разных национальностей.

Цель исследования - изучение различий совладающего поведения людей разных национальностей.

Задачи исследования:

. Проанализировать подходы современной психологической науки к феномену психологических защит, особенностям совладающего поведения.

. Исследовать стили совладающего поведения личности представителей разных национальностей, особенности их социальной адаптации к стрессовым ситуациям.

. Провести контент- анализ литературы о совладающем поведении людей разных национальностей.

Методы и методики исследования. Для решения задач, поставленных в курсовой работе, были использованы следующие методы исследования: теоретический анализ трудов отечественных и зарубежных авторов по проблеме исследования.

Глава l Проблематика совладающего поведения в современной психологии

.1 Феномен совладающего поведения в психологии

В современной психологии активно разрабатывается проблема «совладающего поведения», многие исследователи ищут ответы на вопрос, каким образом, какими способами человек справляется с ситуациями, событиями в своей жизни, как он их разрешает. Ответы на этот вопрос представляют большой теоретический и практический интерес.

Теория совладания личности с трудными жизненными ситуациями (копинга) возникла в психологии во второй половине XX в. Термин введен американским психологом Абрахамом Маслоу (Maslow, 1987). [12]

В отечественной психологии изучение проблематики совладающего поведения (coping behavior), началось сравнительно недавно, тем не менее, существует ряд исследований на эту тему. Исследователями описываются различные стратегии совладающего поведения, реализуемые людьми в трудных жизненных ситуациях.

«Копинг», или «совладающее поведение», понимают как индивидуальный способ взаимодействия личности с трудной, кризисной, стрессовой ситуацией[1, 18]. Это разновидность социального поведения человека, смысл которого - овладеть, разрешить или смягчить, привыкнуть или уклониться от требований, предъявляемых трудной ситуацией, а также, возможно, предотвратить, своевременно разгадав ее неразрешимость или опасность.

И.Г. Малкина-Пых определяет совладающее поведение как целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией (или стрессом) способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, - через осознанные стратегии действий. Это сознательное поведение направлено на активное изменение, преобразование ситуации, поддающейся контролю, или на приспособление к ней, если ситуация не поддается контролю[8, с.27] .

Копинг-поведение возникает, когда человек попадает в кризисную ситуацию. Любая кризисная ситуация предполагает наличие некоего объективного обстоятельства и определенного отношения к нему человека в зависимости от степени его значимости, которое сопровождается эмоционально-поведенческими реакциями различного характера и степени интенсивности .

Ведущими характеристиками кризисной ситуации являются психическая напряженность, значимые переживания как особая внутренняя работа по преодолению жизненных событий или травм, изменение самооценки и мотивации, а также выраженная потребность в их коррекции и в психологической поддержке извне.

Психологическое преодоление (совладание) является переменной, зависящей, по крайней мере, от двух факторов - личности субъекта и реальной ситуации. На одного и того же человека в разные периоды времени событие может оказывать различное по степени травматичности воздействие.

.2 Взаимосвязь психотипа и совладающего поведения личности

Люди отличаются друг от друга. Отличаются своими желаниями и мотивами, реакциями на происходящее и стилем поведения. Каждый день мы замечаем эти отличия или сходства, даем им названия и пытаемся на их основе понять и предсказать как собственное поведение, так и поступки окружающих.

Проблема влияния типов характеров на совладающее поведение состоит в том, что люди с противоположными предпочтениями своих типов характеров могут оказаться в ситуации совместного решения одной задачи, и их совместное взаимодействие может оказаться под угрозой. Чем лучше люди будут знать черты в первую очередь своего характер, тем плодотворнее будет их взаимодействие с другими людьми .История знает множество попыток объяснить и типологизировать индивидуальные особенности людей. Каждая типология отталкивалась от своей "ключевой посылки", лежащей в основе объяснения человеческих сходств и различий.

Идея выделения основных типов людей всегда волновала ученых. Наиболее известная из дошедших до нас античных типологий связана с именем греческого врача и философа Гиппократа (460-377 гг. до н. э.), который разделил людей на четыре группы по типу темперамента: холерики, сангвиники, флегматики и меланхолики.

Считается, что темперамент дается человеку с его рождением и определяет скорость, темп, интенсивность и ритм психических процессов и состояний человека. Классификация типов темпераментов, осуществленная Гиппократом еще в V в. до н. э., не претерпела существенных изменений до наших дней. Она лишь обогатилась благодаря учению И. П. Павлова о свойствах нервной системы и типах высшей нервной деятельности.

Среди индивидуальных особенностей личности, которые ярко характеризуют поведение человека, его деятельность и общение с другими людьми, особое место принадлежит темпераменту. Установлено, что наиболее роль темперамента выступает в тех ситуациях, где наблюдается высокий уровень нейропсихологического напряжение (или стресс). Показано, что большое влияние на деятельность человека оказывает профиль темпераментальных свойств, который во многом определяет стрессоустойчивость личности. Способность овладеть ситуацией в значительной мере зависит от психологической устойчивости индивида. Она вырабатывается и формируется одновременно с развитием личности и зависит от типа нервной системы человека, от опыта личности приобретенного в той сфере, где она развивалась. В исследованиях зарубежных авторов неоднократно подчеркивалась важная роль свойств темперамента в разграничении реакций индивида на социальное и физическое окружение, а также в различных ситуациях выбора, в развитии стратегий предпочтения (Lerner, 1984; Thomas, 1977; Buss, Plomin, 1984). В отечественной практике влияние типа темперамента на совладающее поведение не изучалось.

Во многих определениях темперамента, выдвинутых без проработки вопроса о механизмах его детерминации со стороны задатков, смешиваются и психологические черты, и свойства нервной системы. Кроме того, в состав темпераментальных свойств часто вклютаются не только формально динамические, но и содержательные характеристики поведения человека.

Л.С. Выготский (1931)[ 2,1982] к темпераменту относил особенности склада всех природных и наследственных реакций. Согласно его представлениям, темперамент - это та сфера личности, которая обнаруживается в инстинктивных эмоциональных и рефлекторных реакциях человека и проявляется прежде всего через телесную выразительность и характер и темп движений .

И.П. Павлов (1926) отождествлял темперамент с типом нервной системы: «темперамент - есть наиболее общая характеристика нервной системы, и эта последняя кладет ту или иную печать на всю деятельность индивидуума».

Отечественные психологи А.Г. Ананьев (1977), Н.Д. Левитов (1982), В.С Мерлин (1973), В.Д. Небылицин (1976), С.Л. Рубинштейн (1946), В.М. Русалов (1986), Б.М. Теплов (1952), занимавшиеся изучением темперамента, считают, что темперамент представляет собой индивидуальные особенности человека, выражающиеся в эмоциональной возбудимости, в большей или меньшей тенденции к сильному выражению чувства во вне, в импульсивности , темпе, силе, устойчивости, скорости, амплитуде психических процессов. К другим важнейшим показателям темперамента относят чувствительность и впечатлительность человека, особенности переживания собственных поступков и действий, яркость эмоций. В наиболее общем виде темперамент - характеристика энергетическая и биологически и генетически обусловленная.

Среди зарубежных концепций следует отметить Я- концепцию. Стреляу и Г. Айзенка (Eysenck H.J). К основным психологическим составляющим темперамента Я . Стреляу (1983)[22,23] относил два ряда характеристик поведения: энергетический уровень (реактивность и активность) и временные параметры (скорость и устойчивость реакций во времени, подвижность, темп, ритмичность реакций) .

Теория Eysenck H.J. (1967), который опирается на такие характеристики личности, как экстраверсия-интроверсия и нейротизм, является одной из самых популярных в практической психологии.

Понятие экстраверсии-интроверсии было сформулировано для описания наиболее фундаментальных различий в человеческом поведении К. Юнгом, в основании деления положена установка индивида вовне или внутрь, обнаруживающаяся в его мировоззрении или в реакциях на различные стимулы..J. Eysenck, заимствуя концепцию экстраверсии-интроверсии у К. Юнга, дает ее физиологическую интерпретацию. Он считает, что между типом нервной системы и экстраверсией-интроверсией, которые он относит к наследственно обусловленным свойствам, имеется большое сходство. В его схеме экстраверсия, интроверсия и нейротизм выступают как суперчерты, или типы, оказывающие мощное влияние на поведение. В свою очередь, каждую из этих суперчерт он видит построенной из нескольких составных черт. Эти составные черты представляют собой либо более поверхностное отражение основополагающего типа, либо специфические качества, присущие этому типу. Так, например, экстраверсия включает общительность, живость, активность, настойчивость, стремление к успеху .

Нейротизм и экстраверсия - интроверсия не зависят друг от друга. Соответственно, людей можно разделить на четыре группы, каждая из которых представляет собой некую комбинацию высокой или низкой оценки в диапазоне одного типа вместе с высокой или низкой оценкой в диапазоне другого типа. Eysenck соотносит предложенные типы с гиппократовскими: сочетание экстраверсии и эмоциональной лабильности - с типом холерика; экстраверсии и эмоциональной устойчивости - с сангвиником; интроверсии и эмоциональной устойчивости - с флегматиком, а интроверсии и эмоциональной лабильности с типом меланхолика . Следует иметь в виду, что «чистые» темпераменты встречаются довольно редко. Чаще всего у человека сочетаются черты разных типов, хотя преобладают свойства какого-то одного. Большинство людей склонны быть ближе к средней точке в обоих диапазонах типов. Eysenck особое значение придавал индивидуальным различиям, подчеркивая, что никакая из комбинаций этих типов личности не может быть более предпочтительной, чем другая.

Таким образом, темперамент представляет собой совокупность таких психических черт, признаков и свойств, которые возникли в результате обобщения динамических, формальных, стилевых характеристик психики под влиянием устойчивых индивидуальных биологических детерминант и которые предполагают обычный стиль эмоциональных и поведенческих ответов индивида, являющихся предсказуемыми.

Опираясь на такое понимание темперамента, логично было бы предположить, что темперамент наряду с такими базовыми характеристиками как уровень тревожности, тип мышления, особенность локуса контроля, направленность характера является предиктором совладания, т.е. оказывает весьма существенное влияние на предпочтение способа совладания с трудными жизненными ситуациями (Либина А., Либин А., 1998) [7, 193].

Это предположение подтверждается рядом отечественных и зарубежных исследований. Анализ темпераментальных и характерологических черт личности в связи со стратегиями поведения в конфликте (Thomas, 1977; Гришина, 1981) показал, что стратегия избегания оказалась связанной с такими признаками темперамента как низкая предметная (т.е. направленная на дело) активность и высокая эмоциональность, понимаемая как чувствительность к несовпадению ожидаемого и полученного результата ,а также с негативным отношением к себе и низким уровнем самоуправления (Пактилеев, 1994). Стратегию сотрудничества предпочитают люди, характеризующиеся высокой предметной энергичностью (т.е. потребностью в напряженной работе), более низкими показателями эмоциональности, интернальности локуса контроля (Rotter, 1996) и позитивным отношением со стороны окружающих. Предпочитающие стратегию приспособления отличаются низкими показателями предметной и коммуникативной активности .и Plomin (1984), считают что три основные характеристики личности - эмоциональность, энергичность и общительность, присутствующие еще в раннем возрасте и остающиеся практически неизменными в течении жизни, могут играть важную роль в смягчении влияния стресса на человека в детстве и юности. Hauser и Bowlds (1990), доказывают, что темперамент влияет на выбор стратегий, которые вызываются человеком для того, чтобы справиться со стрессовыми ситуациями, и в то же время на то, какие ситуации человек воспринимает как стрессовые .

Было также обнаружено, что экстравертированные личности справлялись со стрессом достаточно успешно. Они усердно работают, остаются более спокойными, фокусируются на позитиве, общаются с друзьями, обращаются за социальной поддержкой, используют различные формы отвлечения, включая активный отдых. Неврастеники демонстрируют склонность к волнениям, беспокойству, мечтам, игнорированию проблемы, самообвинению, а также желание получать поддержку от других людей. Страдающие психозом более склонны к использованию стратегий, снимающих напряжение, к игнорированию проблем и к обвинению себя во всех неприятностях. Кроме того, невротики и психотики чаще не справляются с трудностями.

Таким образом, базовые психологические свойства личности детерминируют в значительной степени выбор стилей реагирования и оценки ситуаций, т.е. стилей и стратегий совладания, под которым понимается осознанное поведение, направленное на устранение травмирующих факторов или адаптацию к ним (Крюкова Т.Л., 2000)[7,110].

Выделяют 18 стратегий совладающего поведения, объединенных в три стиля.

Первый стиль - совладание , направленное на решение проблемы, - включает в себя:

. Фокусирование на решение проблемы - систематическое обдумывание проблемы с учетом других точек зрений; 2. Упорная работа, достижения - добросовестное отношение к учебе (работе) и высокие достижения; 3.Фокусирование на позитиве - оптимистический взгляд на вещи, напоминание себе о том, что есть люди в худшем положении, поддержание бодрости духа; 4.Активный отдых - занятие физкультурой и спортом.

Ко второму стилю, ориентированному на получение социальной поддержки относятся: 1.Поиск социальной поддержки - стремится поделиться своей проблемой с другими, заручаясь поддержкой, одобрением; 2.Друзья - общение с близкими друзьями и приобретение новых; 3.Стремление принадлежать - интерес к тому, что думают об этом другие и действия, направленные на получение их одобрения; 4. Общественные действия - поиски поддержки путем организации групповых действий для решения проблем, посещение собраний; 5. Обращение за профессиональной помощью - обсуждение своей проблемы с профессионалом; 6. Поиски духовной опоры - молитвы о помощи и постановления, чтение духовной литературы.

К третьему стилю «неконструктивное совладание» принадлежат: 1. Беспокойство - беспокойство о будущем вообще и о своем будущем в особенности; 2. Надежда на чудо - надежда на лучшее, на то, что все само по себе уладиться, что случиться чудо; 3. Несовладание - отказ от каких-либо действий по решению проблемы, болезненные состояния; 4. Разрядка - улучшение самочувствия за счет «выпускания пара», вымещение своих неудач на других, слезы, крик, алкоголь, сигареты и наркотики; 5.Игнорирование проблемы - сознательное блокирование проблемы. Как будто ее не существует; 6. Самообвинение - строгое отношение к себе, ощущение ответственности за проблему; 7. Уход в себя - замкнутость, непосвещение других людей в свои заботы; 8. Стремление отвлечься и отдохнуть - отвлечение от проблемы, использование таких способов релаксации как чтение книг, телевизор, развлечение в обществе .

.3 Конструктивные и некоструктивные копинг стратегии

Несправедливые подозрения или обвинения в неблаговидных поступках, особенно публично; критика или насмешки над ним или его поведением; открытое соперничество; постоянные проверки его деятельности или поведения; недоброжелательное внимание к нему; вынужденное одиночество; угроза репутации; невозможность поделиться своими переживаниями с другом. Возникает вопрос: чем объясняется предпочтение конкретным человеком определенного способа совладания с трудностями, то, какую стратегию преодолевающего поведения он выбирает и реализует. Понятие "совладающее поведение" (преодоление жизненных трудностей) связывают с личностными характеристиками, влияющими на выбор и применение стратегии преодоления неблагоприятной ситуации, а также на результат этого преодоления. На наш взгляд, для поиска ответа на вопрос о причинах выбора той или иной стратегии совладающего поведения необходимо привлечение понятия Я -концепции.

Я-концепция способствует достижению внутренней согласованности личности, является активным началом, важным фактором в интерпретации опыта, и источником ожиданий - представлений о том, что должно произойти. Я -концепция - совокупность представлений человека о самом себе - является регулятором поведения.

В повседневной жизни поведение человека определяется влиянием Я -концепции, как социальное Я по Джемсу, Реальное Я, выделяемое, в том числе Бернсом, или рабочими Я -концепциями, согласно Маркус. Так как ситуации, требующие совладания , традиционно определяются как более сложные и представляющие большую угрозу адаптации человека, по сравнению с обыденными, то для их преодоления человеку необходимо прикладывать усилия и реализовывать свои возможности на более высоком уровне. Иными словами, для совладания с трудной жизненной ситуацией человеку нужно задействовать весь свой потенциал, актуализировать те способности и умения, применение которых не требуется в рядовых условиях. В связи с этим возникает интерес к особенностям и аспектам Я -концепции, связанным с выбором и успешностью стратегии совладающего поведения.

Среди личностных детерминант называются Я- концепция, самооценка, самопринятие , локус контроля и уровень тревожности, эмпатия, нейротизм (S. Brehnm, S. Kassin, 1990; D. Jerry, R. Lazarus, 1993; M. Zeidner, N. Endler,1996); возраст (W. Ashton, 1993; M. Petrovsky, T.J. Birkimer, H. Sek, 1995); принадлежность человека к большому и малому социуму и социальный опыт (M. Jerusalem, R. Schwarzer, 1994); социальная роль (E. Wells- Parker, J. Krocknik, 1993) .

Существуют различные классификации копинг-стратегий. В некоторых теориях копинг-поведения выделяют следующие базисные стратегии:

1. разрешение проблем;

2. поиск социальной поддержки;

. избегание .

Конфликтологи выделяют три плоскости, в которых происходит реализация копинг-стратегий поведения: поведенческая сфера; когнитивная сфера; эмоциональная сфера. Виды копинг-стратегий поведения разделяются и с учетом степени их адаптивных возможностей: адаптивные, относительно адаптивные, неадаптивные.

Называют и такие способы совладающего поведения: разрешение проблем; поиск социальной поддержки; избегание.

Можно выделить три основных критерия, по которым строятся эти классификации:

. Эмоциональный / проблемный:

· Эмоционально-фокусированный копинг - направлен на урегулирование эмоциональной реакции.

· Проблемно-фокусированный - направлен на то, чтобы справиться с проблемой или изменить ситуацию, которая вызвала стресс.

. Когнитивный / поведенческий:

· «Скрытый» внутренний копинг - когнитивное решение проблемы, целью которой является изменение неприятной ситуации, вызывающей стресс.

· «Открытый» поведенческий копинг - ориентирован на поведенческие действия, используются копинг- стратегии, наблюдаемые в поведении.

. Успешный / неуспешный:

· Успешный копинг - используются конструктивные стратегии, приводящие в конечном итоге к преодолению трудной ситуации, вызвавшей стресс.

· Неуспешный копинг - используются неконструктивные стратегии, препятствующие преодолению трудной ситуации [17, 34].

Представляется, что каждая используемая человеком стратегия копинга может быть оценена по всем вышеперечисленным критериям хотя бы потому, что человек, оказавшийся в трудной ситуации, может использовать как одну, так и несколько стратегий совладания.

Таким образом, можно предположить, что существует взаимосвязь между теми личностными конструктами, с помощью которых человек формирует свое отношение к жизненным трудностям, и тем, какую стратегию поведения при стрессе (совладания с ситуацией) он выбирает.

На выбор продуктивных стратегий совладающего поведения положительно влияют позитивная Я-концепция, развитый интеллект и творческие способности, развитость восприятия социальной поддержки, интернальный локус контроля над средой, эмпатия и аффилиация. А также важное значение оказывает семья .

Классификация копинг-стратегий и копинг-поведения.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| автор(ы) | Классификация копинг-поведения | Классификация копинг-стратегий | Примечание |
| R.S. Lazarus, S. Folkman | · Проблемно-ориентированный · Эмоционально-ориентированный | Планирование решения проблемы Поиск социальной поддержки Шесть эмоционально-фокусированных стратегий: конфронтация, самоконтроль, дистанцирование, позитивная переоценка, принятие ответственности, бегство-избегание. | Проблемно-ориентированный копинг связан с рациональным анализом проблемы, а эмоционально-ориентированный касается эмоционального реагирования на ситуацию |
| E. Heim | Выделяет три сферы психики, где происходит реализация копинг-стратегий: эмоциональная, когнитивная, поведенческая | · Адаптивные · Частично адаптивные · Неадаптивные | Все виды стратегий разделяются с учетом степени адаптивных возможностей. |
| E. Koplik | Когнитивная сфера психики | Стратегия поиска информации Стратегия закрытости от информации | Рассматривал только когнитивные копинг-стратегии. |
| E. Frydenberg | · Обращение к другим · Непродуктивный копинг · Продуктивный копинг | Выделено восемнадцать стратегий | Основа классификации определяется через эффективность, однако «обращение к другим» стоит отдельно, поскольку не может быть оценена однозначно эффективно/ неэффективно. |
| P. Vitaliano | · Проблемно-ориентированный · Эмоционально-ориентированный | Эмоционально-ориентированные стратегии: - самообвинение - избегание - предпочитаемое истолкование | Наряду с проблемно-ориентированным копингом, выделено три эмоционально-ориентированные стратегии. |
| H. Weber |  | · реальное (поведенческое или когнитивное) решение проблемы; · поиск социальной поддержки; · перетолкование ситуации в свою пользу; · защиту и отвержение проблем; · уклонение и избегание; · сострадание к самому себе; · понижение самооценки; · эмоциональную экспрессию | Сделал акцент на психологическом преодолении, отразившемся в восьми стратегиях. |

Совладающее поведение направлено на повышение адаптации личности к среде и может складываться и определяться через совокупность копинг-стратегий - конкретных действий по совладанию. Наряду с копинг-стратегиями выделяют копинг-ресурсы личности, которые в свою очередь можно подразделить на[13, 114]:

· Физические (выносливость);

· Социальные (индивидуальная социальная сеть, социально-поддерживающие системы);

· Психологические (убеждение, устойчивая самооценка, общительность, интеллект, мораль, юмор);

· Материальные (деньги, оборудование).

В преодолении трудностей важная роль отводиться внутренним ресурсам личности: локус контроля определяет степень принятия ответственности в борьбе с жизненными трудностями ; высокий уровень рефлексивных способностей помогает человеку сфокусироваться на проблеме для лучшего выбора решения; социальная смелость, настойчивость, высокая нормативность поведения, высокая мотивация достижения помогают преодолевать ненужные страхи и сомнения .Важным внутренним фактором, побуждающим индивида активно противостоять трудным жизненным ситуациям, является феномен долженствования (« я должен быть в форме, чтобы продолжать свою работу», «я должна держаться, чтобы растить детей» ит.д.).

Согласно данным анализа литературы С.К. Нартовой-Бочавер [10,21,22] наименее эффективными, являются избегание и самообвинение во всех вариантах, занижение своих возможностей. Относительно действенным является реальное преобразование ситуации или ее переоценка (перетолкование). Неоднозначно оцениваются эмоционально-экспрессивные формы преодоления: выражение чувств, принято считать достаточно эффективным способом преодоления стресса, однако исключение составляет открытое проявление агрессивности в силу своей асоциальной направленности. Но и сдерживание гнева с учетом психосоматических исследований, представляет серьезный фактор риска нарушения психологического благополучия человека .Если преодоление «запускается» ситуацией и разрешение ситуации происходит, когда для человека она утрачивает свою значимость, то здесь могут использоваться как активные, так и пассивные копинг- стратегии. Хотя для того, чтобы ситуация разрешилась без потерь для индивида стратегии рациональнее совмещать.

Выбор стратегий совладающего поведения обусловлен личностными особенностями и ситуационными факторами. Личностные особенности индивида могут выступать как в качестве ресурсов, так и факторов, препятствующих успешному совладанию. Конструктивность / не конструктивность копинг- стратегий может определяться тем, насколько избранный копинг отвечает возможности адаптации и удержании продуктивности деятельности на необходимом уровне .[12, 129].

Как отмечает Нартова- Бочавер при оценке копинг- стратегий с точки зрения их эффективности/неэффективности, критерием эффективности может явиться снижение чувства уязвимости к стрессам. Также важным критерием эффективности можно считать частоту применения и разнообразие копинг- стратегий, что отражено в исследовании Р. Мак-Края:«…чем чаще люди используют свои индивидуальные копинг- стратегии в стрессовой ситуации, тем более эффективно и скорее решается проблема, следовательно в большей степени снижается субъективный стресс»[10,28].

Таким образом , теоретический анализ научных исследований проблемы совладающего поведения позволяет сделать вывод, что при выборе копинг-стратегий человеку необходимо учитывать свои субъективные ощущения, осознавать цели своего поведения, принимать во внимание все особенности ситуации.

нация традиция психологический защита

Глава II Роль и значение совладающего поведения в формировании этнокультурной доминанты

.1 Влияние национальных традиций на формирование особенностей социокультурного поведения личности

В отличие от большинства млекопитающих, Homo sapiens нельзя назвать ни стадным, ни индивидуальным животным. Человек существует в коллективе, который, в зависимости от угла зрения, рассматривается то как социум, то как этнос. Вернее сказать, каждый человек является одновременно и членом общества, и представителем народности, но оба эти понятия несоизмеримы и лежат в разных плоскостях, как, например, длинна и вес, или степень нагрева и электрический заряд.

Социальное развитие человечества хорошо изучено, и его закономерности сформулированы историческим материализмом. Спонтанное развитие социальных форм через общественно-экономические формации присущие только человеку, находящемуся в коллективе, и никак не связанно с его биологической структурой. Этот вопрос настолько ясен, что нет смысла на нем останавливаться. Зато вопрос о народностях, которые мы будем именовать во избежание терминологической путаницы этносами, полон нелепостей и крайне запутан. Несомненно одно - вне этноса нет ни одного человека на земле. Каждый человек на вопрос: «Кто ты?» - ответит «русский», «француз», «перс», «масаи» и т. д. , не задумываясь ни на минуту. Следовательно, этническая принадлежность в сознании - явление всеобщее.[3, 35-36]

В развитии и формировании национального самосознания большую роль играют этнические факторы. Этнические проблемы и культура межнационального общения являются важными. В последние годы исследователи межнациональных отношений, этнической специфики общения стали исходить из принципов внимательного отношения к этническим аспектам в рассмотрении решении процесса формирования национального самосознания, и влияния их на социокультурное поведение личности. Они уделяют достаточное внимание формам проявления духовного в конкретной национально-этнической ситуации, потому что духовное в национальной жизни выражается через определенную систему культурологических понятий и категорий. Ученые стали говорить и писать о роли этнокультурных факторов в формировании сознания, о значении этнографической науки, которая должна теоретически и практически влиять на особенности социокультурного поведения человека. По-иному стали подходить к определению нации, выделяя главное. Нация как система этнической организации людей является не только объективной формой человеческой экзистенции, ее характеризуют и субъективные, идеальные компоненты. Определяющим принципом нации, ее доминантным свойством выступает духовность. Духовность нации - сложное понятие.[3,3]

Национальное сознание и самосознание является изменчивой, подвижной реальностью, оно наличествует в социально-психологическом облике каждого народа, в его культуре поведения и этических нормах. Национальное мышление в области духовной культуры - это не просто способность человека рассуждать, отражая объективную действительность в своих понятиях, представлениях, рассуждениях. Оно зарождается в недрах данного народа, аккумулируя в себе все, вплоть до природных условий, материальной культуры, традиций, обычаев и черт семейно-бытового уклада. И только тогда оно может отражать действительность в национально-специфическом, национально-своеобразном. Духовную жизнь общества определяют национальные идеи этносоциальной жизни, идеалы общества.

Культурный и моральный нигилизм способствует возникновению и развитию многих социальных болезней в общественной жизни. Вероятно, в сфере воспитания, в этнонациональной среде кроются причины, когда в молодежи не воспитываются национальные черты, поэтому нарушается приверженность к своей этнокультуре, национальным обычаям и традициям, что негативно влияет на социальнокультурное поведение личности. Все своеобразие культуры и ее явлений проявляется как раз в ее способности стать особой формой человеческого бытия, а не служить только предметом созерцания и познания.

Национальное самосознание формируется длительным ходом развития общественных отношений. На этот процесс оказывают большое влияние социально-экономические и культурные своеобразия, этнодемографические и этнопсихологические факторы, а так же на социокультурное поведение личности.

.2 Национальные традиции как копинг стратегия в стремлении сохранения чистоты нации

Этнокультурная среда в значительной степени инерционна, поскольку в основе ее лежат традиции, стереотипы и различные "языки" общения. Слабая изменчивость среды позволяет индивидам эффективно приспосабливаться к ней. Этнокультурная среда - это не просто багаж приспособительного опыта предков. Благодаря своей неопределенности и даже дезорганизованности позволяет каждому новому поколению сохранять свободу действий и вместе с тем не терять постоянной связи с традициями. Так, ведя светский образ жизни, представители определенной нации, основные вехи жизненного цикла освещают религиозно, согласно традиционным нормам. Однако, было бы не верным оставить в стороне проблему маргиналов, которая вплотную примыкает к проблеме этнической переориентации. Маргинальные группы существуют сегодня в каждой этническом коллективе. В первую очередь это связано с высоким процентом межэтнических браков.

По данным переписей населения в 1959 г. в нашей стране было 5,2 млн национально - смешанных семей (или приблизительно каждая 10-ая);

в 1970 г. - 7,9 млн. (около 13,5 %); в 1979 г. - 9,9 млн. (почти 15 %);

в 1989 - 12,8 млн. (что составляет 17,5 %). Их численность и доля росли как в городе, так и на селе. Так, в среде городского населения с 1959 по 1989г численность межнациональных семей увеличилась с 3,7 до 10 млн. (с 15 до 20 %); На селе с 1,5 до 2,8 млн., что составляло соответственно 5,8 и 11,9% общего числа сельских семей. В этой связи интересна ориентация и отношение к межнациональным бракам. Ответы респондентов распределились следующим образом (табл. 1).

Таблица 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| возраст | До 25 лет | От 25 до 45 лет | От 45 лет |
| Одобряю(%) | 7/4 | 6/2 | 5/2 |
| Не возражаю | 87/61 | 59/45 | 48/12 |
| против | 6/25 | 35/53 | 47/86 |

(в числителе - женщины , в знаменателе- мужчины)

Данные, приведенные в таблице, демонстрируют большую ориентацию на межэтнические браки молодых людей. С возрастом отношение приобретает более категоричную отрицательную направленность. Различие наблюдаются и по половому признаку, так отношение женщин к межнациональным бракам более лояльно на всех возрастных ступенях. Достаточно широкий разброс в ответах вызвал вопрос о причинах отрицательного отношения к национально - смешанным бракам.

Доминирующими причинами отрицательного отношения к межэтническим бракам являются: желание сохранить этнос в "чистоте", языковой барьер (а точнее незнание родного языка супруга), и сложность для женщин адаптироваться в иной национальной среде. Первая и третья причины демонстрируют высокую степень этнической идентичности, указывая на признаваемую членами этнической группы своеобразную индивидуальность и уникальность собственного народа. Выдвижение в первый ряд языковой идентичности свидетельствует о том, что для многих народов язык выступает одним из главных этнодифференцируемых маркеров. При этом не следует понимать ситуацию упрощенно, поскольку язык - это не просто средство общения, это представление мира, его осмысление и интерпретация. Языковой строй отнесен к "функционально существенной" части культуры, к основе с пмощью которой составляют формы хозяйствования, принципы планировки жилища, правовые нормы и прочие материальные, морально-этические и политико-правовые атрибуты этноса. Детерминанты языкового мышления во многом являются одновременно детерминантами мышления вообще и этнического мышления в частности. Владение языком предполагает наличие языковой ментальности, свойственной только одному народу. "Под миром в определении языковой ментальности мы понимаем не только окружающий человека мир, но и мир, создаваемый человеком и нередко в большей части своего объема прекращающий свое существование, когда исчезает его создатель и носитель человек, т.е. мир речевых действий человека и его состояний".

Незнание родного языка, что является наиболее характерной чертой для выходцев из межнациональных семей, где языком общения избирается, как правило, русский язык, меняет рисунок этнической идентичности человека. Осознавая и ощущая себя частью своего народа, он тем не менее, несет в себе черты маргинальности и представляет собой переходный вариант этнической принадлежности как обладатель "размытого" этнического сознания.

Для носителей языка, в свою очередь, важна глубина знания и сферы его применения.

Исходя из изученных нами фактов, национальные традиции часто и успешно используют как копинг стратегию в стремлении сохранить «чистоту» нации.

Такое поведение можно наблюдать у представителей различных национальностей исповедующих разные религии.

Не зависимо от нации в большинстве своём противниками межнациональных браков являются люди старшего поколения , молодёжь в основной своей массе противиться насаждаемой ей воле , но в итоге в большинстве случаев межнациональные браки распадаются , им, как правило, не дают существовать долго; дети от подобных браков страдают неопределённостью своего положения и страдают от этого всю жизнь.

Заключение

Феномен совладающего поведения изучается современной психологией. К сожалению, полностью показать все аспекты национальных традиций как копинг сратегии в формировании совладающего поведения не позволяет объём курсовой работы. Однако, опираясь на поставленные задачи, удалось раскрыть сущность влияния национальных традиций как копинг сратегии в формировании совладающего поведения.

Изначально были раскрыты базовые вещи, включающие описание общих понятий об совладающем поведении в психологии. На базе полученных знаний былиа выявлена связь между психотипом личности и его совладающем поведении. Для завершения полной картины автором данной курсовой работы были раскрыт вопрос о влиянии национальных традиций на формирование особенностей социокультурного поведения человека. Также был описан вопрос о национальных традициях как копнг стратегии в стремлении сохранения «чистоты» нации.

Использованная литература

1. Авксентьев А.В., Авксентьев В.А. Этнические проблемы современности и культура межнационального общения. Ставрополь: СГПИ, 1993. С. 3.

2. Ананьев Б.Г. Строение характера // Психология индивидуальных различий. Тексты. М., 1982.

. Болотоков В.Х., Кумыков А.М. Национально-психологические проблемы в социологии русского зарубежья. Нальчик: Логос, 1996. С. 3.

. Выготский Л.С. Собр. соч. в 6 т. М., 1982-1984.

5. Гумилев Л.Н. Этногенез и биосфера Земли/ Свод №3. Международный альманах/ Сост. Н.В.Гумилева;Пред. коммент., общ.ред., карты А. И. Куркчи.-М.: Танаис ДИ-ДИК, 1994. - 544с.

. Калинина Н.В. Проблема кризисной ситуации и антикризисного поведения в психологии // Антикризисное поведение: сущность, проблемы, тенденции. Сборник научно-методических трудов. / Под ред. Н.В. Калининой, М.И. Лукьяновой. - Ульяновск: НПКПРО, 2000.

7. Ковалев А.Г., Мясищев В.Н. Темперамент и характер // Психология индивидуальных различий / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. - М.: «ЧеРо», 2000. - С. 367-371.

8. Крюкова, Т.Л., Куфтяк, Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ)// Журнал практического психолога. М.: 2007. №3 С. 93- 112.

. Либина А.В., Либин А.В. Стили реагирования на стресс: психологическая защита или совладание со сложными обстоятельствами? // Стиль человека: психологический анализ. - М.: Смысл, 1998. - С. 190 - 204.

10. Малкина-Пых, И. Г. Стратегии поведения при стрессе / И. Г. Малкина-Пых // Московский психологический журнал. - 2005. - № 12. - С.26-32.

. Мерлин В.С. Отличительные признаки темперамента // Психология индивидуальных различий / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. - М.: «ЧеРо», 2000. - С. 352-359.

. Мотивация и личность. 3-е изд./Абрахам Маслоу.- СПб: Питер, 2003.

13. Муздыбаев, К. Стратегии совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ // Жур-л социологии и социальной антропологии. - 1998.Т.1. - №2.

14. Нартова-Бочавер, С.К. “Copingbehavior” в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. - 1997. - №5. - С. 20-30.

15. Небылицин В.Д. Темперамент // Психология индивидуальных различий / Под ред. Ю.Б. Гиппентрейтер, В.Я. Романова. - М.: «ЧеРо», 2000. - С. 350

. Останина, Н.В. Подходы к классификации копинг-поведения в научной литературе // Известия Российского гос. Пед. Ун-та им. А.И. Герцена № 70-2 2008, с. 127-131.

17. Павлов И.П. Общие типы высшей нервной деятельности животных и человека // Психология индивидуальных различий / Под ред. Ю.Б. Гиппентрейтер, В.Я. Романова. - М.: «ЧеРо», 2000. - С. 160-162.

18. Рассказова, Е.И., Гордеева, Т.О. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы исследований// МГУ им. Ломоносова [Электронный ресурс]. - 2011. - №3(17). - Режим доступа: -http://www.psystudy.ru/index.php/num/2011n3-17/493-rasskazova-gordeeva17.html. Дата доступа:20 <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2011n3-17/493-rasskazova-gordeeva17.html.%20%20Дата%20доступа:20> .03.2013.

19. Рубинштейн С.Л. Общие основы психологии. В 2 т. т. 1. - М.: Педагогика, 1989.

20. Русалов В.М. Биологические основы индивидуально-психологических различий. М.: Издательство «Наука», 1979.

. Русалов В.М. Психология и психофизиология индивидуальных различий: некоторые итоги и ближайшие задачи системных исследований Психологический журнал. - 1991. - Т. 12. - № 5. - С. 3-17.

. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. - М.: «Прогресс», 1982.

. Хабибулин К.Н. Национальное самосознание и интернационалистское поведение. Л.: Общ-во Знание, 1989. С. 10.