

ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ И МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ ПОДРОСТКОВ

*Работа представлена кафедрой специальной психологии ИСПиП.
Научный руководитель – кандидат психологических наук, доцент Н. Л. Коновалова*

Рассмотрены представления об адаптационных возможностях умственно отсталых подростков и представлены результаты исследования особенностей копинг-поведения и механизмов психологической защиты у подростков с легкой степенью умственной отсталости. Выявлены особенности совладающего поведения умственно отсталых подростков, структуры психологической защиты и их взаимосвязь с уровнем адаптации. Показано, что преимущественное использование агрессивных копинг-стратегий поведения и механизмов защиты по типу отрицания и регрессии снижает адаптационный потенциал умственно отсталых подростков.

Concepts of adaptive abilities of mentally retarded teenagers are examined and results of studying peculiarities of coping behavior and psychological defense mechanisms of teenagers with a slight degree of mental retardation are presented. Peculiarities of coping behavior of mentally retarded teenagers, psychological defense structures and their correlation strategies and defense mechanisms are revealed. It reflects on negation and regression reducing adapting potential of mentally retarded teenagers.

Проблема умственной отсталости является одной из ведущих в специальной психологии. Это связано, во-первых, с увеличением количества детей с подобным диагнозом, во-вторых, с более тонкой дифференциацией различных форм умственной отсталости и, в-третьих, с необходимостью нахождения эффективных путей оказания помощи этим детям на пути их социально-психологической адаптации.

Как отмечает ряд авторов, устойчивая психическая адаптация – это уровень психической деятельности, определяющий адекватное заданным условиям среды по-

ведение человека, его эффективное взаимодействие со средой и успешную деятельность без значительного нервно-психического напряжения¹.

Адаптацию человека можно определить как совокупность реакций, лежащих в основе его приспособления к непривычным условиям жизни и деятельности. Адаптация включает в себя не только процессуальные ее характеристики, но и психические состояния, отражающие эффективность этих процессов, – адаптированность. Она часто и во многом определена рядом особенностей человека, составляющих его адаптивность.

Адаптационный потенциал умственно отсталых детей по отношению к детям с нормальным интеллектом снижен. В силу недостаточного осмысления складывающихся вокруг них социальных ситуаций у них часто возникают психологические проблемы там, где у нормальных детей эти задачи решаются без особого напряжения. Дети с отставанием умственного развития отличаются не только особенностями познавательной деятельности, но и характером и содержанием психологических проблем, а также особенностями процессов психической адаптации².

Одним из механизмов адаптации подростка к меняющимся социальным условиям является совладающее поведение, которое требует от человека особых усилий и проявления незаметных в обычных условиях личностных качеств. Совладающее поведение подростков с умственной отсталостью с проблемными ситуациями в значительной мере определяет эффективность их социально-психологической адаптации к изменившимся условиям жизни.

При возникновении негативных, психотравмирующих переживаний, когда возникает необходимость справиться с эмоциональным напряжением, человек прибегает не только к осознанной, но и бессознательной деятельности своей психики. В устранении эмоционального дискомфорта принимают участие бессознательные механизмы психологической защиты, позволяющие сбалансировать внутреннее состояние человека и стабилизировать его поведение.

Изучение специфики совладающего поведения и механизмов психологической защиты у подростков с умственной отсталостью связано с особенностями их психической сферы. Несформированность навыков общения, отсутствие умения адекватно распознавать намерения партнера по общению и его эмоциональное состояние, неумение правильно выстраивать линию поведения часто приводит к возникновению в среде умственно отсталых межличностных конфликтов. Особенности мотивационной и

эмоционально-волевой сферы вызывают неадекватные поступки и действия в различных ситуациях. В силу интеллектуальной неполноценности они некритично оценивают свои действия и их последствия.

Цель исследования состояла в изучении особенностей копинг-стратегий поведения и механизмов психологической защиты умственно отсталых подростков и их взаимосвязи с уровнем социально-психологической адаптации.

В исследовании приняли участие подростки в возрасте 13–15 лет, учащиеся 6–8-х классов специальной коррекционной школы VIII вида.

При проведении экспериментально-психологического исследования были использованы следующие методики: «Карта наблюдений» Стотта, опросник копинг-стратегий детей школьного возраста, адаптированного Н. А. Сиротой и В. М. Ялтоновским, в варианте И. М. Никольской и Р. М. Грановской, методика исследования самооценки методом ранжирования С. А. Будасси, опросник Плутчика – Келлермана – Конте для определения механизмов психологической защиты.

Исследование включало несколько этапов.

- На первом этапе проведено изучение стратегий совладающего поведения, механизмов психологической защиты и социально-психологической адаптации у подростков с умственной отсталостью.

- На втором этапе проводился сравнительный анализ результатов исследования копинг-поведения и механизмов психологической защиты в группе умственно отсталых подростков с разным уровнем социально-психологической адаптации.

Оценка степени адаптации умственно отсталых подростков проводилась при помощи «Карты наблюдений» Стотта. По результатам экспертных оценок обследованная группа подростков с умственной отсталостью была разделена на две подгруппы: в первую подгруппу вошли подростки (36%) со средним уровнем адаптации,

во вторую – 64% подростков, оценка адаптации которых находилась в диапазоне от 40 до 60%, что, по данным В. А. Мурзенко, соответствует низкому уровню. Социально-психологическая дезадаптация школьников определялась одновременным присутствием нескольких ведущих синдромов. Так, в структуре дезадаптации подростков с низким уровнем адаптации одновременно обнаружено от 5 до 9 синдромов дезадаптации. Выявлены следующие частоты распределения доминирующих синдромов: «депрессия» – 88%; «тревожность по отношению к детям» – 88%; «недостаток социальной нормативности» – 72%; «конфликтность с детьми» – 72%; «неугомонность» – 72%. У подростков со средним уровнем адаптации выявлена тенденция к проявлению совокупности отдельных показателей, характерных для одного или двух синдромов. Например, синдром «невротические проявления» не выражен, но у подростка встречаются отдельные проявления невротического поведения.

В результате проведенного анализа было установлено, что между умственно отсталыми подростками со средним и низким уровнями адаптации существуют достоверные различия в доминировании синдромов дезадаптации: «депрессия», «тревожность по отношению к взрослым», «тревожность по отношению к детям», «неприятие взрослых», «эмоциональное напряжение». В группе подростков с низким уровнем адаптации данные синдромы являются не только доминирующими, но и выражены в значительно большей степени по сравнению с адаптированными подростками. Можно предположить, что такое положение объясняется бедным репертуаром копинг-стратегий низкоадаптированных умственно отсталых подростков. Совладающее поведение – один из защитных механизмов личности, но в отличие от механизмов психологической защиты, копинг-поведение является сознательным. Анализируя корреляционные взаимосвязи синдромов дезадаптации в обеих группах, удалось

установить достоверно значимую взаимосвязь между уровнем дезадаптации по тому или иному синдрому и вариантами применяемых копинг-стратегий. Положительная корреляция синдромов дезадаптации с копинг-стратегиями в группе подростков с низким уровнем адаптации была обнаружена только в двух случаях: со стратегией аффективного отреагирования посредством агрессии и эмоционального отреагирования через горе и страдание. Здесь можно наблюдать, с одной стороны, достаточно бедный арсенал совладающего поведения, а с другой – использование данными подростками с умственной отсталостью стратегий эмоционального реагирования на ситуацию без попытки найти какое-либо решение проблемы.

Умственно отсталые подростки со средним уровнем адаптации в качестве совладающего поведения применяют стратегии эмоционального отреагирования, в том числе через агрессивные действия, фантазирование, расслабление, стратегии избегания, а также стратегии разрешения ситуации (использование внутренней речи с целью лучшего осмысления ситуации).

В группе умственно отсталых подростков были выявлены наиболее эффективные стратегии поведения в зависимости от уровня адаптации. Самыми частыми по использованию (частота встречаемости – свыше 65%) в группе подростков со средним и низким уровнем адаптации оказались следующие стратегии (рис. 1).

Обращает на себя внимание использование некоторых стратегий поведения в равной степени подростками обеих групп. Так, стратегии смены деятельности, уход «в себя» характерны для подростков с умственной отсталостью независимо от уровня адаптированности. При этом подростки с низкой адаптацией гораздо чаще прибегают к стратегиям агрессивного реагирования. Ранжирование используемых стратегий поведения по частоте встречаемости показало, что в группе подростков с низким уровнем адаптации деструктивные

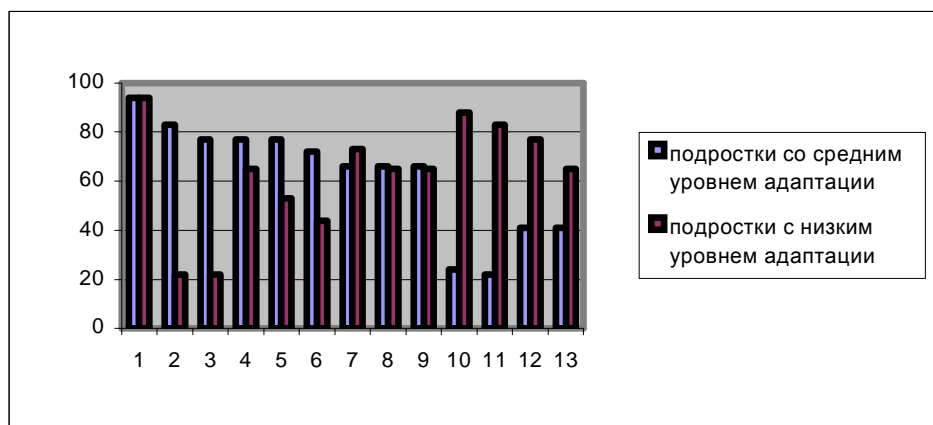


Рис. 1. Частота встречаемости копинг-стратегий у подростков с умственной отсталостью с разным уровнем адаптации

Примечание.

- | | |
|----------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 1 – «Смотрю телевизор, слушаю музыку». | 7 – «Остаюсь сам по себе один». |
| 2 – «Стараюсь расслабиться, оставаться спокойным». | 8 – «Гуляю, бегаю, катаюсь на велосипеде». |
| 3 – «Стараюсь забыть». | 9 – «Рисую, читаю или пишу». |
| 4 – «Говорю с кем-нибудь». | 10 – «Дразню кого-нибудь». |
| 5 – «Мечтаю, представляю что-нибудь». | 11 – «Бью, ломаю, швыряю вещи». |
| 6 – «Прошу прощения или говорю правду». | 12 – «Борюсь или дерусь с кем-нибудь». |
| | 13 – «Ем и пью». |

стратегии поведения занимают 2, 3 и 4-е ранговые места. Преобладание данных стратегий поведения у значительной части обследованных умственно отсталых подростков снижает их адаптивные возможности. Агрессивное поведение проявляется в виде вербальной и физической агрессии по отношению к людям и вещам. В группе подростков со средним уровнем адаптации стратегии агрессивного поведения не являются доминирующими.

При анализе результатов корреляционного анализа использования копинг-стратегий подростками с умственной отсталостью с разным уровнем адаптации были сделаны следующие выводы:

- стратегии поведения умственно отсталых подростков взаимосвязаны с ведущим синдромом дезадаптации и определяются его выраженностью;

- в обеих группах умственно отсталых подростков доминирующей стратегией совладания является стратегия «смотрю телевизор, слушаю музыку», а также имеют место стратегии смены деятельности и общения;

- использование стратегий расслабления и фантазирования в большей степени присуще подросткам со средним уровнем адаптации. Испытывая напряжение в реальной жизни, умственно отсталый подросток переживает неприятные моменты в воображаемом мире, это помогает осмыслить и справиться с проблемной ситуацией;

- для подростков со средним уровнем адаптации в большей степени характерным является преобладание конструктивных стратегий поведения, в то время как для подростков с низким уровнем адаптации свойственны деструктивные копинг-стратегии;

- использование преимущественно деструктивных стратегий поведения неадаптированными подростками с умственной отсталостью усугубляет их социально-психологическую дезадаптацию. Высокий уровень враждебности затрудняет процесс социально-психологической адаптации и, в свою очередь, провоцирует частое применение агрессивных стратегий поведения.

Наряду с осознанными стратегиями совладания в качестве защиты личности мо-

гут выступать и механизмы психологической защиты, проявляющиеся бессознательно. В изученных группах умственно отсталые подростки используют восемь защитных механизмов, однако выявлена разная частота их встречаемости. Статистически достоверно установлено преимущественное преобладание регрессии и отрицания в качестве механизмов психологической защиты в группе подростков с умственной отсталостью и преобладание компенсации и рационализации в группе нормально развивающихся подростков.

При проведении корреляционного анализа установлены различия в структуре пси-

хологической защиты у подростков с умственной отсталостью и нормальным интеллектом. У подростков с умственной отсталостью структура психологической защиты представлена в виде двух не связанных между собой блоков (рис. 2). Триада первого блока (регрессия – отрицание – проекция) в большей степени характерна для умственно отсталых подростков с низким уровнем социально-психологической адаптации. У подростков с умственной отсталостью со средним уровнем адаптации в большей степени проявляются механизмы психологической защиты второго блока (рационализация – вытеснение – компенсация).

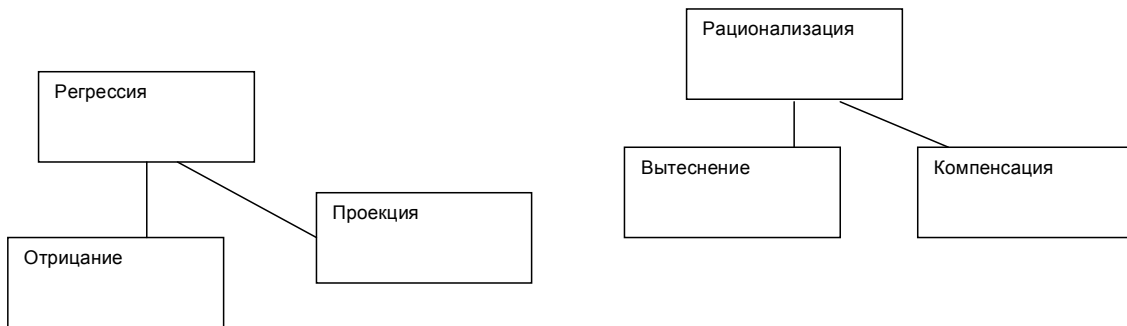


Рис. 2. Структура психологической защиты подростков с умственной отсталостью

У подростков с нормальным интеллектом структура механизмов психологической защиты представлена более развернуто (рис. 3). Выявлены корреляционные связи практически между всеми видами механизмов психологических защит.

Таким образом, проведенное исследование позволило сделать следующие выводы:

- используемые копинг-стратегии поведения и механизмы психологической защиты оказывают существенное влияние на эффективность адаптационного по-

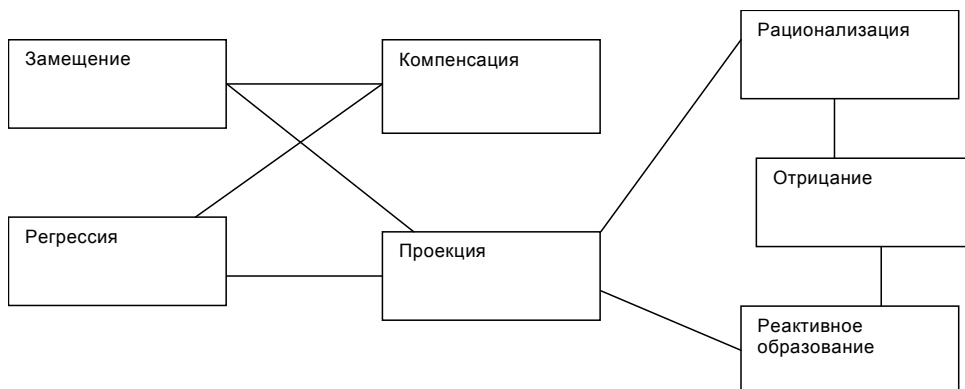


Рис. 3. Структура психологической защиты подростков с нормальным интеллектом

тенциала подростков с умственной отсталостью;

- факторами, повышающими адаптационные возможности умственно отсталых подростков, являются такие копинг-стратегии, как стратегии разрешения ситуации, смены деятельности, использования внутренней речи, общения; и такие механизмы психологической защиты, как компенсация и рационализация;

- факторами, снижающими адаптационный потенциал у подростков с умственной отсталостью, являются агрессивные стратегии поведения и механизмы психологической защиты по типу регрессии и отрицания;

- для умственно отсталых подростков является характерным ограниченное количество и стереотипность в использовании

копинг-стратегий. Это может быть объяснено недостаточной пластичностью структуры личности умственно отсталых подростков;

- структура механизмов психологической защиты подростков с умственной отсталостью отличается слабой структурированностью по сравнению со структурой психологической защиты нормально развивающихся подростков;

- в процессе психолого-педагогического сопровождения умственно отсталых школьников необходимо создавать условия для формирования адекватных и эффективных копинг-стратегий и проводить целенаправленную коррекционно-развивающую работу, направленную на преобразование деструктивных стратегий поведения в конструктивные.

ПРИМЕЧАНИЯ

¹ *Вассерман Л. И., Березин М. А., Косенков Н. И.* О системном подходе в оценке психической адаптации // *Обзорные психиатрии и медицинской психологии им. В. М. Бехтерева.* СПб., 1994. С. 16–25.

² *Коновалова Н. Л.* Предупреждение нарушений в развитии личности при психологическом сопровождении школьников. СПб., 2000.