

8. Kostina L. M. Strategicheskie napravleniya formirovaniya psihologicheskoy bezopasnosti lichnosti doshkolnika // Izvestiya Rossiyskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gertsena. 2013. N 155. S. 66–71.

9. Leutin V. P., Nikolaeva E. I. Risk arterialnoy gipertenzii i osobennosti funktsionalnoy asimmetrii mozga u rabochih vahtyi dalnego plecha // Fiziologiya cheloveka. 1985. T. 11. N 6. S. 923–926.

10. Leutin V. P., Nikolaeva E. I., Fomina E. V. Funktsionalnaya asimmetriya mozga i nezavershennaya adaptatsiya // Rukovodstvo po funktsionalnoy mezhpolutsharnoy asimmetrii / Rossiyskaya akademiya meditsinskih nauk, Nauchnyy tsentr nevrologii; otv. red. V. F. Fokin. M., 2009. S. 429–457.

11. Maryutina T. M., Kondakov I. M. Psihofiziologiya. M.: Yanus, 2003. 400 s.

12. Melnikova I. E. Psihofiziologicheskie zakonomernosti mobilizatsii adaptatsionnogo resursa u detey i podrostkov: dis. ... d-ra psihol. nauk. SPb., 2005.

13. Melnikova I. E. Adaptatsiya detey i podrostkov v usloviyah emotsionalnogo stressa // Gumanitarnyy vektor. 2013. N 1 (33). S. 138–144.

14. Nikiforova S. N., Semenova O. Spetsifika provedeniya kompleksnoy refleksometrii s detmi starshego doshkolnogo vozrasta s problemami v razvitiy // Zdorove podrastayushchego pokoleniya megapolisa: sbornik trudov k 20-letnemu yubileyu kafedry / Rossiyskiy gosudarstvennyy pedagogicheskii universitet im. A. I. Gertsena, institut detstva, kafedra psihologii i psihofiziologii rebenka. SPb., 2007. S. 146–148.

15. Nikiforova S. N., Harchenko O. S. Issledovanie spetsifiki razvitiya tvorcheskogo myishleniya u detey 7–8 let, osvvaivayushchih raznyuyu obrazovatelnyuyu programmu // Iskusstvo i deti: materialy XV Mezhdunarodnoy konferentsii «Rebenok v sovremennom mire. Iskusstvo i deti» / Rossiyskiy gosudarstvennyy pedagogicheskii universitet im. A. I. Gertsena. SPb., 2008. S. 233–236.

16. Nikolaeva E. I., Burkova S. A. Svyaz samoootsenki detey 6–8 let s osobennostyami variatsiy serdechnogo ritma v emotsionalnoy situatsii // Psihologiya obrazovaniya v polikulturnom prostranstve. 2011. T. 3. N 15. S. 74–84.

17. Nikolaeva E. I. Psihologiya semi. SPb.: Piter, 2017.

18. Revonsuo A. Psihologiya soznaniya. SPb.: Piter, 2013.

19. Sokolov E. N., Danilova N. N., Aleksandrov Yu. I. Programma kursa psihofiziologiya. URL: <http://www.psy.msu.ru/about/kaf/psychophysiology/program/psyphy.html>

20. Eisenberger N. I., Lieberman M. D., Williams K. D. Does reject hurt? An fMRI study of social exclusion // Science. 2003. N 5643. P. 290–292.

*В. Л. Ситников, С. И. Кедич,
А. В. Комарова, Т. В. Слотина, К. П. Захаров*

РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ ОТРАЖЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА ЧЕЛОВЕКОМ И ВЫРАБОТКИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ НА КАФЕДРЕ ВОЗРАСТНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ СЕМЬИ

В статье поднимается проблема изучения образа человека в сознании различных групп людей. Говорится о значимости изучения отражения человека человеком, о фундаментальности понятия «образ». Наиболее трудным при анализе этой проблемы было создание метода изучения образа. Сейчас методика, позволяющая изучать образ человека в сознании другого человека, называется «СОЧ(И) — структура образа человека (иерархическая)». Она позволяет выявлять и соотносить между собой содержание и структуру «Я-, Ты-, Он-образов» в сознании детей и взрослых. Второе направление анализа — изучение копинг-стратегий, которое позволяет более глубоко понять механизмы социальной адаптации.

Ключевые слова: образ человека, сознание, копинг-стратегии, адаптация.

V. Sitnikov, S. Kedich, A. Komarova, T. Slotina, K. Zakharov

**THE SOLUTION TO THE PROBLEM OF MIRRORING
AND THE DEVELOPMENT OF COPING STRATEGIES AT THE DEPARTMENT
OF DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY AND FAMILY PEDAGOGY**

The article raises the issue of studying the image of an individual as it is perceived by different groups of people and discusses the importance of research in the area of mirroring and the fundamental concept of "image". The most complicated task was to create an appropriate research method. The present method used to study the image of an individual as it is perceived by another person is referred to as SPI (H) — the Structure of a Person's Image (Hierarchical)". This technique allows the researcher to identify and compare the content and structure of "I", "You" and "He" images as they are perceived by children and adults. The second area of research is the study of coping strategies, which promotes a more profound understanding of social adaptation mechanisms.

Keywords: image, consciousness, coping strategies, social adaptation.

В настоящее время кафедра возрастной психологии и педагогики семьи пополнилась новыми сотрудниками. С изменением состава кафедры в ней появились новые направления, такие как изучение образов человека в сознании различных групп людей [12, 13], молодежных коллективов [3, 5], копинг-стратегий [7, 8]. Одним из ключевых направлений исследований является психология социально-педагогической перцепции — восприятия детей родителями, педагогами, сверстниками и восприятия детьми родителей, педагогов и сверстников.

Проблема отражения человека человеком является одной из важнейших и сложно-разрешимых проблем современной психологии. Е. А. Климов, будучи деканом психологического факультета МГУ, писал о том, что одним из фундаментальных понятий психологии является «образ» (как отображение субъектом некоторой реальности, включая и самого субъекта). «...Образы самосознания человека (наряду с образами окружающего мира) — необходимая основа целесообразной регуляции, саморегуляции его трудовой деятельности и взаимодействия с окружающими людьми» [6].

О необходимости исследования образной сферы и ее роли в практической деятельности людей в свое время писал Б. Ф. Ломов, отмечая, что к числу важнейших проблем

психологической науки принадлежит проблема образа. Ее разработка имеет исключительное значение для развития как общей теории психологии, так и теоретической базы специальных психологических дисциплин [10].

Вопросы адекватного взаимоотражения участниками педагогического процесса (прежде всего детьми, педагогами и родителями) в свете гуманизации системы образования стали важнейшим предметом исследования педагогической психологии. Но при всей значимости роли социально-перцептивных образов в педагогической деятельности образы ребенка долгое время не являлись предметом исследования педагогической и возрастной психологии. На вопрос о том, почему это происходило, точно ответил в своей статье «Проблема образа в психологии» Борис Федорович Ломов: «По ряду причин, в первую очередь методического порядка...» [10, с. 86]. Действительно, вплоть до 1990-х годов не было в психологии диагностических методик, позволявших выявить, проанализировать и соотнести между собой содержание и структуры социально-перцептивных образов в сознании педагогов, родителей и сверстников.

В первой половине 1990-х годов выпускником нашего института В. Л. Ситни-

ковым была создана методика «СОЧ(И) — структура образа человека (иерархическая)», которая позволила выявлять и соотносить между собой содержание и структуру «Я-, Ты-, Он-образов» в сознании детей и взрослых. В основе вербальной части методики лежал методический прием, предложенный М. Kuhn и Т. McPartland в их тесте «20 высказываний» [19], а в невербальной части методики «СОЧ(И)» использовалось ранжирование геометрических фигур из психогеометрического теста S. Dellinger [18].

Создание методики «СОЧ(И)» позволило В. Л. Ситникову [12, 13] изучить особенности и закономерности отражения содержания и структуры образов ребенка как собственным сознанием ребенка, так и его сверстниками, родителями и педагогами, и тем самым открыть новое направление психологических исследований в области социальной перцепции, а затем создать научную школу по изучению психологии социально-перцептивных образов человека.

Сегодня в рамках этого направления защищено (не только под руководством В. Л. Ситникова) более полутора десятков диссертаций, позволивших выявить особенности, закономерности и специфику социально-перцептивных образов разных категорий детей и взрослых. Так, под руководством профессора В. Л. Ситникова были изучены: образы математически одаренного ребенка в сознании российских и немецких студентов математических факультетов педвузов (С. И. Кедич [1, 13]); полоролевые образы и особенности гендерной идентичности в сознании старшеклассников, обучающихся в образовательных учреждениях разного типа (И. Ю. Шилов [17]); социально-перцептивные образы белорусских детей и взрослых, переживших сексуальное насилие (А. А. Стреленко [16]); динамика образов ребенка в сознании студентов средних специальных учебных заведений различного профиля (Н. С. Бар [2]).

Показано, что структура образов ребенка и Я-образов студентов колледжей связана со стилями семейного воспитания, уровнем базового образования и спецификой учебного заведения. Были изучены образы лживого и честного человека в сознании детей разного возраста (А. В. Комарова [7, 8]); особенности Я-образов и образов преподавателей в сознании российских и американских студентов (Н. В. Парнюк [11]); образы старшего друга в сознании пяти поколений (в период с 1961 по 2011 год) членов Архангельского городского штаба старшеклассников (О. В. Кононова [9]); особенности образов супругов в осетинских, русских и смешанных по национальности семьях Северной Осетии (Л. И. Доева [4]).

Одним из направлений наших исследований стало изучение копинг-стратегий в поведении разновозрастных групп респондентов.

Исследование проблемы совладания со стрессом связано с необходимостью поддержания психологического благополучия и здоровья у людей, переживающих адаптацию, тяжелые жизненные события, а также достижения успешности в продуктивных видах деятельности (учебной, профессиональной, спортивной). Отметим, что копинг-стратегии анализируют с точки зрения их эффективности, которая понимается как снижение уязвимости к различным стрессам. Одна из наиболее подверженных стрессам категорий населения — это студенты [7, 8]. Им приходится адаптироваться к новым жизненным условиям, новому стилю жизни, а на последнем курсе, когда возникает необходимость поиска работы, — и к новому уровню самостоятельной жизни.

В рамках данного направления нами было проведено эмпирическое исследование [14, 15] с целью выявления особенностей копинг-стратегий и защитных механизмов студентов II–IV курсов. Общее количество выборки составило 188 человек.

Было установлено, что наиболее выраженное напряжение вызывают ситуации,

связанные с экзаменационной сессией, а также с семьей, общением с противоположным полом, изменением условий жизни и с приобретением или отказом от вредных привычек, зависимостей [1].

Одной из самых предпочитаемых оказалась стратегия совладающего поведения — «планирование решения проблемы»; среди защитных механизмов: рационализация, регрессия и проекция. Также чаще других используются такие копинг-стратегии, как «переосмысление стрессовой ситуации в позитивном ключе», «юмор». Важно заметить, что копинг-стратегии «использование успокоительных», «обращение к религии» имеют самые низкие средние показатели. Таким образом, большинство студентов нашей выборки редко используют неэффективные копинг-стратегии.

Изучение копинг-стратегий студентов с разными стилями психологической сепарации от родителей показало, что конфликтная сепарация от родителей увеличивает тенденцию повышения обращения студентов к неэффективному копингам.

В целом, наше исследование показало, что для развития осознанных и эффективных способов решения проблемных ситуаций важно использовать чаще проблемное, практико-ориентированное обучение. Помимо учебной деятельности, необходимо включать студентов в творческую, социализирующую деятельность, обогащающую их реальным жизненным опытом.

Другим аспектом в изучении копинг-поведения стало исследование совладающего поведения у лиц с заиканием. Исследование этой группы людей должно носить комплексный характер. Мы полагаем, что выявление особенностей копинг-механизмов даст более полное представление об адаптационных возможностях личности, их связи с психологическим благополучием и качеством жизни. В качестве объекта нашего исследования (2011–2012 годы) выступила выборка, состоящая из людей с нарушениями речи (взрослых заикающихся

и контрольной группы в количестве 100 человек, средний возраст 24 года [7].

В экспериментальной группе копинг «планирование решения проблемы» оказался нехарактерным ($t = 2,019$, при $p \leq 0,05$), при этом у испытуемых наиболее ярко выражена асоциальная стратегия поведения, с преобладанием агрессивных действий. В женской группе с нарушениями речи значимо ниже оказались показатели по шкалам «Дистанцирование», «Поиск социальной поддержки», «Принятие ответственности», «Эмоционально-ориентированный копинг». В целом, доминирующей копинг-стратегией для испытуемых с нарушениями речи является проблемно-ориентированное поведение, самым неиспользуемым стал копинг отвлечения.

Таким образом, хроническая стрессогенность вербальной коммуникации для заикающихся, фрустрация от невозможности достичь желаемой цели требуют больших резервов психики, самообладания, навыков саморегуляции и оказывают повышенные нагрузки на такое интегративное образование, как защитно-совладающее поведение.

В 2017–2018 годах было проведено исследование, направленное на изучение копинг-стратегий младших школьников с риском возникновения игровой компьютерной зависимости [7]. В исследовании приняли участие 56 детей младшего школьного возраста 8–9 лет. Дети с риском игровой компьютерной зависимости предпочитают и применяют копинг-стратегии, отличные от копинг-стратегий детей, не склонных к данной зависимости.

Дети с риском игровой компьютерной зависимости чаще применяют единичные копинг-стратегии, например, «потребностные» копинг-стратегии («ем, пью», «старюсь расслабиться»); «аффективное отреагирование с агрессией» (направленной на других: «бью, ломаю, швыряю», и на себя: «кусаю ногти, ломаю суставы пальцев»).

Дети, не склонные к игровой компьютерной зависимости, предпочитают комплексы копинг-стратегий «физические нагрузки, требующие расслабления сил или восстановления» («играю — бегаю, гуляю — ем или пью — стараюсь расслабиться — сплю»), «потребностные» копинг-стратегии («сплю»), «стараюсь оставаться спокойным») и единичные копинг-стратегии («стараюсь забыть», «говорю с кем-нибудь»).

Таким образом, копинг-стратегии, предпочитаемые детьми с риском возникновения игровой компьютерной зависимости, говорят об их невысокой эффективности.

Актуальность проблематики поведения ребенка и взрослого в стрессовых ситуациях позволяет продолжить исследования копинг-стратегий в зависимости от индивидуально-психологических и социальных факторов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Афанасьева О. П., Бакланова Л. А., Бар Н. С., Вьюшкова С. С., Карагачева М. В., Кедич С. И., Ситников В. Л., Телятникова Г. Б., Чижикова Л. Л. Образовательная среда современного общества. 2-е изд., перераб. и доп. СПб., 2013. 162 с.
2. Бар Н. С. Динамика образов ребенка в сознании студентов средних специальных учебных заведений различного профиля: дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2004. 251 с.
3. Богданова Р. У., Захаров К. П., Немина В. Н. Взаимодействие студенческих сообществ с детскими и молодежными объединениями: учебно-методическое пособие для педагогических работников высших учебных заведений. СПб., 2010. 31 с. Серия 30. Воспитание студенческой молодежи: учебно-методическая серия.
4. Доева Л. И. Образ супруга в сознании мужчин и женщин Республики Северная Осетия-Алания: дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2017. 208 с.
5. Захаров К. П. Педагогика высшего образования. Диалоговые интерактивные формы обучения: учебное пособие. СПб.: Изд-во Политехнического ун-та, 2016. 149 с.
6. Климов Е. А. Образ мира в разнотипных профессиях. М.: Изд-во МГУ, 1995. 224 с.
7. Комарова А. В. Образ живого человека в сознании школьников и студентов: дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2006. 236 с.
8. Комарова А. В., Слотина Т. В. Психологические механизмы совладания со стрессом студентов транспортного вуза // Ананьевские чтения — 2012. Психология образования в современном мире: материалы научной конференции, 18–20 ноября 2012 г., Санкт-Петербург / отв. ред. Н. В. Бордовская. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2012. С. 127–129.
9. Кононова О. Б. Образ человека и смысложизненные ориентации старшеклассников, включенных в коллективную творческую деятельность: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2010. 22 с.
10. Ломов Б. Ф. Вопросы общей, педагогической и инженерной психологии. М.: Наука, 1991. 172 с.
11. Парнюк Н. В. Образ преподавателя в сознании студентов гуманитарных вузов: дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2003. 196 с.
12. Ситников В. Л., Ильченко В. В. Добрачные половые установки девушек в поликультурной среде // Ученые записки Забайкальского государственного университета. Серия: Педагогические науки. 2016. Т. 11. № 5. С. 107–114.
13. Ситников В. Л., Регуш Л. А., Кедич С. И., Комарова А. В., Парнюк Н. В., Казначеева Н. Б., Карагачева М. В. Социально-психологическая перцепция в системе образования. СПб.: ЭЛВИ-принт, 2016. 250 с.
14. Слотина Т. В., Комарова А. В. Педагогические конфликты и моббинг-действия в условиях высшего образования // Актуальные проблемы психологии в образовании: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Мурманск: МГГУ, 2013. С. 195–198.
15. Слотина Т. В. Ответственность как психологический феномен и возможности ее диагностики в юношеском возрасте и возрасте ранней зрелости // Гуманитарный вектор. 2009. № 1. С. 66–69.
16. Стреленко А. А. Социально-перцептивные образы виктимной личности: монография. Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2009. 138 с.

17. Шилов И. Ю. Полоролевые образы и особенности гендерной идентичности в сознании старшеклассников, обучающихся в образовательных учреждениях разного типа: дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2000. 193 с.
18. *Dellinger S.* Psychogeometrics: How to use geometric psychology to influence people. New Jersey: Prentice-Hall, 1989. 341 p.
19. *Kuhn M., McPartland T.* An empirical investigation of self-attitudes // *Am. Sociological Review.* 1954. Vol. 19. № 1. P. 68–76.

REFERENCES

1. *Afanaseva O. P., Baklanova L. A., Bar N. S., Vyushkova S. S., Karagacheva M. V., Kedich S. I., Sitnikov V. L., Telyatnikova G. B., Chizhikova L. L.* *Obrazovatel'naya sreda sovremennogo obschestva.* 2-e izd., pererab. i dop. SPb., 2013. 162 s.
2. *Bar N. S.* *Dinamika obrazov rebenka v soznanii studentov srednih spetsialnykh uchebnykh zavedeniy razlichnogo profilya:* dis. ... kand. psihol. nauk. SPb., 2004. 251 s.
3. *Bogdanova R. U., Zaharov K. P., Nemina V. N.* *Vzaimodeystvie studencheskikh soobshchestv s detskimi i molodezhnyimi ob'edineniyami: uchebno-metodicheskoe posobie dlya pedagogicheskikh rabotnikov vysshih uchebnykh zavedeniy.* SPb., 2010. 31 s. Seriya 30. *Vospitanie studencheskoy molodezhi: uchebno-metodicheskaya seriya.*
4. *Doeva L. I.* *Obraz supruga v soznanii muzhchin i zhenshin Respubliki Severnaya Osetiya-Alaniya:* dis. ... kand. psihol. nauk. SPb., 2017. 208 s.
5. *Zaharov K. P.* *Pedagogika vysshego obrazovaniya. Dialogovyye interaktivnyye formy obucheniya: uchebnoe posobie.* SPb.: Izd-vo Politehnicheskogo un-ta, 2016. 149 s.
6. *Klimov E. A.* *Obraz mira v raznotipnykh professiyah.* M.: Izd-vo MGU, 1995. 224 s.
7. *Komarova A. V.* *Obraz lzhevogo cheloveka v soznanii shkolnikov i studentov:* dis. ... kand. psihol. nauk. SPb., 2006. 236 s.
8. *Komarova A. V., Slotina T. V.* *Psihologicheskie mekhanizmy sovladaniya so stressom studentov transportnogo vuza // Ananevskie chteniya — 2012. Psihologiya obrazovaniya v sovremennom mire: materialy nauchnoy konferentsii, 18–20 noyabrya 2012 g., Sankt-Peterburg / otv. red. N. V. Bordovskaya.* SPb.: Izd-vo SPbGU, 2012. S. 127–129.
9. *Kononova O. B.* *Obraz cheloveka i smyslzhiznennyye orientatsii starsheklassnikov, vkluchennykh v kollektivnyuyu tvorcheskuyu deyatel'nost': avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk. SPb., 2010. 22 s.*
10. *Lomov B. F.* *Voprosy obshchey, pedagogicheskoy i inzhenernoy psihologii.* M.: Nauka, 1991. 172 s.
11. *Parnyuk N. V.* *Obraz prepodavatelya v soznanii studentov gumanitarnykh vuzov:* dis. ... kand. psihol. nauk. SPb., 2003. 196 s.
12. *Sitnikov V. L., Ilchenko V. V.* *Dobrachnyye polovyye ustanovki devushek v polikulturnoy srede // Uchenye zapiski Zabaykalskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogicheskie nauki.* 2016. T. 11. N 5. S. 107–114.
13. *Sitnikov V. L., Regush L. A., Kedich S. I., Komarova A. V., Parnyuk N. V., Kaznacheeva N. B., Karagacheva M. V.* *Sotsialno-psihologicheskaya pertsepsiya v sisteme obrazovaniya.* SPb.: ELVI-print, 2016. 250 s.
14. *Slotina T. V., Komarova A. V.* *Pedagogicheskie konflikty i mobbing-deystviya v usloviyakh vysshego obrazovaniya // Aktualnyye problemy psihologii v obrazovanii: materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii.* Murmansk: MGGU, 2013. S. 195–198.
15. *Slotina T. V.* *Otvetstvennost kak psihologicheskiy fenomen i vozmozhnosti ee diagnostiki v yunosheskom vozraste i vozraste ranney zrelosti // Gumanitarnyy vektor.* 2009. N 1. S. 66–69.
16. *Strelenko A. A.* *Sotsialno-pertseptivnyye obrazyi viktimnoy lichnosti: monografiya.* Vitebsk: VGU im. P. M. Masherova, 2009. 138 s.
17. *Shilov I. Yu.* *Polorolevyye obrazyi i osobennosti gendernoy identichnosti v soznanii starsheklassnikov, obuchayuschihhsya v obrazovatelnykh uchrezhdeniyakh raznogo tipa:* dis. ... kand. psihol. nauk. SPb., 2000. 193 s.
18. *Dellinger S.* *Psychogeometrics: How to use geometric psychology to influence people.* New Jersey: Prentice-Hall, 1989. 341 p.
19. *Kuhn M., McPartland T.* *An empirical investigation of self-attitudes // Am. Sociological Review.* 1954. Vol. 19. № 1. P. 68–76.