

ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ НЕУСПЕВАЮЩИХ ШКОЛЬНИКОВ (В ГЕНДЕРНОМ АСПЕКТЕ)

Кан Ж.И.

В возрастной и педагогической психологии накоплен огромный экспериментальный и теоретический материал, описывающий психологические закономерности развития школьника (Ш.А. Амонашвили, Л.И. Божович, И.В. Дубровина, И.С. Кон и другие) [1; 2; 3; 4].

Немало работ посвящено проблеме школьной неуспеваемости, в которых рассматриваются причины и факторы, негативно влияющие на успешность обучения ребенка в школе (З.И. Калмыкова, Н.А. Менчинская, П.П. Блонский, Л.С. Славина и др.). Неуспеваемость трактуется как несоответствие подготовки учащихся обязательным требованиям школы в усвоении знаний, развитии умений и

навыков, формировании опыта творческой деятельности и воспитанности познавательных отношений [5; 6; 7; 8].

Изменившаяся социальная ситуация индивидуального развития во многом оставила подростка «один на один» с трудными жизненными обстоятельствами. Подростки чувствуют себя особенно незащищенными и уязвимыми, поскольку навык преодоления трудностей, разрешения сложных ситуаций у них формируется в дефицитарных условиях. Тем не менее, именно в подростковый период идёт активное формирование индивидуального стиля совладающего поведения, или копинг-стратегий.

Под копингом подразумеваются постоянно изменяющиеся когнитивные, эмоциональные и поведенческие попытки справиться со специфическими внешними или/и внутренними требованиями, которые оцениваются как напряжение или превышают ресурсы человека с ними справиться. Копинг-поведение возникает, когда человек попадает в кризисную ситуацию. 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.

В нашем исследовании под трудной или кризисной ситуацией понимается ситуация длительного неуспеха в учебной деятельности.

Была выдвинуто предположение, что существуют гендерные различия в вариантах копинг-стратегий неуспевающих школьников, связанные с гендерными нормами выражения эмоций.

В эксперименте участвовали 14 школьников 5–6 классов в возрасте 11–12 лет средних общеобразовательных школ г. Рудного Костанайской области, из них 8 мальчиков и 6 девочек. В ходе исследования были применены метод беседы о трудных ситуациях и способах поведения в них, опросник «Выход из трудной ситуации» (Бруннер Е.Ю.).

Основанием для формирования экспериментальной выборки послужил опрос классных руководителей и анализ школьной документации (классные журналы, таблицы успеваемости за последний год).

Методом беседы изучалось понимание подростками, что такое «трудная ситуация», какие трудные ситуации встречались в их жизнедеятельности. Выявлялись их представления о способах поведения в трудных жизненных ситуациях.

1. Понимание трудной ситуации.

– 25,0 % подростков главным в понимании трудной ситуации считают возможность и необходимость ее преодоления («Когда случилась проблема у человека, он должен ее решить», «Ситуация, которую нужно преодолеть, чтобы дальше нормально жить»);

– 36,3 % дали определение трудной ситуации, в котором говорится об ощущении

беспомощности, растерянности, невозможности совладать с собой («Когда плохо, на душе становится тяжело», «Неожиданное, тяжелое в выборе», «Происходит то, что для меня неприятно, и я не могу с этим справиться»);

– 10,0 % указывают в определении на поиск выхода («Такая ситуация из которой трудно, но нужно искать выход из положения»);

– 16,7 % определяют трудную ситуацию как обращение за помощью («та ситуация, с которой я самостоятельно справиться не могу, мне приходится обращаться за помощью»);

– 4,0 % определяют трудную ситуацию как угрозу («Когда человеку что-то угрожает: болезнь, отсутствие денег»);

– 4,0 % дали два варианта определения трудной ситуации («Когда человек попадает в трудность, через которую он либо проходит, либо она неудачная»);

– у 4,0 % другие варианты определения трудной ситуации («Совершаешь отрицательное или нет», «Возможность преодолеть себя»).

Различия (критерий χ^2 Пирсона $p \leq 0,0001$): мальчики достоверно чаще, чем девочки, понимают трудность как ощущение беспомощности и как ситуацию угрозы. Однако, несмотря на то, что подростки считают, что необходимо преодолевать трудные ситуации, они находятся чаще всего в состоянии растерянности в случае, когда надо решать возникшие трудности (25,0 % против 36,3 %) и предпочитают обращаться за помощью к близким людям.

2. Связь трудной ситуации с деятельностью:

– для 23,4 % подростков трудные ситуации связаны со взаимоотношениями с людьми, в том числе и с конфликтными;

– для 47,6 % – с учебной деятельностью (плохие отметки, непонимание темы, выполнение домашних заданий, контрольных работ и пр.);

– для 12,8 % трудная ситуация связана с их эмоциональным состоянием (различные отрицательные переживания, плохое настроение);

– в 8,4 % ответах в качестве трудных ситуаций указаны морально-нравственные проблемы (выбор, необходимость сказать правду, ложь, сохранение чувства собственного достоинства, желание никого не обидеть и пр.);

– для 7,8 % трудные ситуации связаны с угрозой для жизни или здоровья.

Выявлены значимые различия (критерий χ^2 Пирсона $p \leq 0,0001$): для девочек трудными являются ситуации, связанные с конфликтами; для мальчиков ситуации, связанные с угрозой здоровью или жизни, а также ситуации плохого или изменчивого настроения. Наиболее значимыми трудными ситуациями, независимо от пола, остаются ситуации, связанные с учебной деятельностью (47,6%).

3. *Способы поведения в трудных жизненных ситуациях:*

– 10,5 % прибегают к интеллектуальным усилиям (концентрация, использование смекалки, анализ, выводы и пр.);

– 9,2 % обращаются к помощи, за советом, ищут поддержки;

– 7,7 % стараются оставаться спокойными, не терять самообладание;

– 7,4 % имеют в своем арсенале способов способы, приводящие к согласию, нахождению компромиссов;

– 6,2 % используют все разнообразие способов («делаю все, что могу»), направленные на преодоление ситуации;

– 6,6 % прибегают к отвлечению, уходу, избеганию трудности;

– 5,1 % отмечают в качестве особого способа приложение труда и воли;

– 15,1 % в ситуации собственной неправоты просят прощение или говорят правду;

– 18,0 % прибегают к так называемым неконструктивным способам (обман, замыкание в молчании или одиночестве, сильные волнения, представления о том, что ничего не может помочь).

Мы видим, что в выборе стратегий поведения в ситуации длительного неуспеха в учебной деятельности подростки пытаются анализировать происходящее, рассчитывают на помощь, просят прощения или прибегают к обману, испытывают отрицательные эмоциональные состояния – депрессию, фрустрацию, тревожность.

Значимые различия между подростками разного пола заключаются в том, что мальчики чаще используют способы, связанные с реализацией всех возможностей, для того, чтобы справиться (интеллектуализация), а девочки – реже. Мальчикам более свойственно отвлекаться от трудной ситуации или избегать и отстраняться от нее, чем девочкам. Девочки охотнее идут на компромисс, избегая конфликтов. Девочкам присуще в большей мере говорить о своих волнениях и переживаниях по поводу возникшей трудной ситуации, чем мальчикам: они чаще используют способ вербального реагирования в трудной ситуации.

В качестве основного способа поведения в трудной жизненной ситуации младшие подростки указывают на интеллектуальные усилия, что может косвенно свидетельствовать об использовании ими когнитивного оценивания данной ситуации.

Отмечено, что неуспевающие подростки редко используют такие конструктивные стратегии, как самообладание, труд и воля, преодоление. Девочки чаще мальчиков применяют обман. Кроме того, их эмоциональное реагирование на ситуацию неуспеха в школе выражено более ярко.

Гендерные различия отражены в таблице 1.

Таблица 1

Сравнительные данные метода беседы t-критерием Стьюдента

Шкалы	Мальчики	Девочки	Критерий Стьюдента
Интеллектуальные усилия	5,8	4,1	2,187
Поддержка	4,2	6,2	1,405
Самообладание	5,1	5,4	0,077
Компромисс	5,9	8,2	1,173
Избегание	7,3	6,1	1,345
Труд и воля	4,3	4,4	0,074
Прощение	3,6	4,7	1,214
Обман	4,8	5,6	1,243
Одиночество	5,2	6,3	1,973
Волнение	7,6	8,9	2,713
Преодоление	4,6	4,3	0,062
Вербальное реагирование	5,7	7,6	1,469

Мы видим, что существуют статистически значимые различия по всем шкалам, кроме шкал «Самообладание», «Труд и воля» и «Преодоление».

Методика «Выход из трудных жизненных ситуаций» была проведена с целью выяв-

ления психологического реагирования на ситуацию неуспеваемости подростков двух групп и выявления доминирующего способа решения жизненных проблем (таблица 2).

Таблица 2

Статистические показатели методики «Выход из трудных ситуаций»

Группы	X	S	M	As
Мальчики	21,7	3,35	6,27	1,474
Девочки	28,3	0,53	3,12	-0,431

Значения психологического реагирования на ситуацию неуспеваемости достаточно высокие, но девочки реагируют более остро, порой психологически неадекватно (слезы, повышенная личностная тревожность, состояние растерянности и т.д.). Отрицательная As говорит о тенденции к увеличению переживаний девочек. Проверка t-критерием Стьюдента показала статистически значимые различия ($t=2,165$). В двух группах испытуемые отличаются уровнем психологического реагирования, при этом девочки чаще используют в своем поведенческом репертуаре манипулятивный способ решения проблем.

Исходя из результатов исследования нами была разработана и предложена тренинговая программа по формированию адаптивных копинг-стратегий.

Содержание программных мероприятий

1. Формирование навыков эффективного целеполагания через развитие умения сформулировать собственные жизненные цели, задачи, их составляющие и операции для их осуществления, умение применять техники целеполагания по отношению к различным категориям целей. Методика «Капля на стекле».

2. Формирование адекватной самооценки через осознание подростками собственного образа «Я – реальное», «Я глазами других», «Я–идеальное», осознание своих сильных и слабых сторон, умение их использовать; повышение уверенности в себе и своих силах. Игра–упражнение «Оценка». Методическая разработка «Приемы самовоспитания».

3. Формирование навыков конструктивного общения через осознание подростками и взрослыми индивидуальных стратегий общения, освоение навыков установления и поддержания контакта, умения слушать партнера

через приобретение опыта озвучивания своих проблем, выслушивания мнения о себе со стороны в различных сферах социального взаимодействия. Элементы тренинговых занятий, направленных на коммуникативную компетенцию. Дискуссионный клуб подростков и родителей «Поделись опытом решения проблемы». Упражнения «Шесть шагов беспроблемного метода решения конфликтов», «Анонимные трудные ситуации».

4. Освоение эффективных копинг-стратегий через осознание собственных используемых типичных копинг-стратегий, оценка их эффективности в различных ситуациях. Варианты планов анализа наблюдаемой проблемной ситуации. Дневник самоанализа. Экспресс-самопомощь в трудной ситуации.

5. Выработка навыков поиска и привлечения личностных и средовых ресурсов поддержки в проблемной ситуации предполагает развитие умения устно и письменно формулировать свои чувства, желания и потребности. Игра «Почтовый ящик». Тренинг эффективного взаимодействия родителей с детьми. Тренинг толерантности «Позволь другому быть другим». Памятка по разрешению проблемных ситуаций.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Амонашвили Ш.А. Воспитательная и образовательная функции оценки учения школьников. – М.: Педагогика, 1996. – 494 с.
- 2 Божович Л.И. Отношение школьников к учению как психологическая проблема. – М.: Педагогика, 1995. – 235 с.
- 3 Дубровина И.В. Индивидуальные особенности школьников. – М., 1995. – 218 с.
- 4 Кон И.С. Ребенок и общество. – М.: Академия, 1998. – 336 с.

5 Калмыкова З.И. Проблема преодоления неуспеваемости глазами психолога // Издательство «Знание». – 1992. – №3. – 142 с.

6 Менчинская Н.А. Психологические проблемы неуспеваемости школьников. – М.: Педагогика, 1971. – 272 с.

7 Блонский П.П. Школьная неуспеваемость // Избранные педагогические произведения. – М.: Педагогика, 2007. – 438 с.

8 Славина Л.С. Индивидуальный подход к неуспевающим и недисциплинированным школьникам. – М.: Наука, 2001. – 226 с.

Түйін

Практикалық зерттеулер негізінде автор мектеп психологтарына практикалық ұсыныстар кешенін және үлгерімі нашар жасөспірімдердің тәртібін түзетуге септігін тигізетін конструктивтік копинг-ресурстар құрылымын ұсынады.

Conclusion

On the basis of empirical research by the author proposed a set of practical recommendations for school psychologists to promote a constructive coping-resources and models of health transcends behavior underachieving adolescents.