

**Ситуационные и личностные детерминанты социальной поддержки как  
копинг-стратегии у современной молодежи**

**Агалакова Анна Сергеевна**

*Студент*

*Омский Государственный университет им. Ф. М. Достоевского, Факультет  
психологии, Омск, Россия*

*E-mail: aga-va@mail.ru*

Человек, находясь в социальном пространстве, взаимодействует с другими людьми, устанавливает контакты, формирует свое социальное окружение (друзья, близкие люди, родственники, коллеги, соседи, одноклассники, однокурсники и т.д.). Согласно зарубежным концепциям [2], социальное окружение человека оказывает как прямое влияние (direct model) на его психологическое благополучие и жизнедеятельность в целом, так и опосредованное воздействие (buffer model) при стрессовых ситуациях. Наличие социального окружения способствует смягчению воздействия стрессоров и влияет на оценку и переоценку стрессовой ситуации. И в этом смысле копинг-стратегия социальной поддержки обеспечивает использование поддерживающего эффекта социального окружения, тем самым способствует более эффективному преодолению трудных жизненных ситуаций. Понимая значимость проблемы социальной поддержки в контексте преодоления стресса и ее недостаточную изученность в отечественной научной литературе, мы провели в 2010 году исследование, посвященное изучению особенностей копинг-стратегии социальной поддержки на примере юношеского возраста.

Фокус внимания в нашей работе сосредоточился на социальной поддержке как копинг-стратегии, особенности которой зависят от вида социальной поддержки, личностных особенностей и ситуационных факторов. В исследовании приняли участие 149 студентов высших учебных заведений г. Омска (средний возраст 19,5 лет): 30% юноши и 70% девушек. Для изучения особенностей социальной поддержки мы разработали анкету, кроме того был использован следующие методики: «Опросник диагностики копинг-стратегий» (COPE-inventory) С.С. Carver (адаптация Л.И. Дементий), «Методика исследования локализации контроля личности» Е.Г. Ксенофонтовой, «Диагностика мотивов аффилиации» (А. Мехрабиан), «Многомерная шкала восприятия социальной поддержки» Д. Зиммета (адаптация Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский), 16-факторный опросник Р.Б. Кеттелла (16PF- форма С).

Результаты нашего исследования показали, что представление о видах социальной поддержки следует расширить, поскольку помимо информационной и эмоциональной поддержки (распространенность среди молодежи 69,7% и 56% соответственно), существует еще как минимум инструментальная (помощь делом) и материальная (подарки, денежная помощь и т.п.) поддержка. Последние виды поддержки предпочитают 68,8% и 19,3% студентов соответственно. В связи с данными результатами закономерными являются вывод об ограниченности существующего методического инструментария, диагностирующего лишь копинг-стратегии эмоциональной и информационной поддержки.

Двигаясь в логике современных копинг-исследований, мы изучили особенности детерминации стратегии социальной поддержки: ситуационный контекст и личностные

особенности, определяющие обращение к социальной поддержке в стрессовой ситуации.

Изучение ситуационного контекста позволило выявить специфику копинг-стратегии социальной поддержки личности в трудных жизненных ситуациях (ТЖС). На основе исследования Т. Л. Крюковой [1], мы сформировали круг ТЖС, с которыми сталкиваются юноши и девушки и провели частотный анализ ответов. При трудностях в межличностных отношениях наиболее предпочитаемыми видами социальной поддержки является информационная и эмоциональная поддержка (соответственно 49% и 59% при трудностях с противоположным полом, 40% и 58% при трудных отношениях со сверстниками, 50% и 53% в случае сверхконтроля родителей). В ситуациях потери (смерть родственников, разрыв с любимым человеком, развод родителей и т.п.) характерным видом помощи со стороны окружающих является эмоциональная поддержка: за сочувствием и пониманием обращаются от 65,2% до 82,7% испытуемых. Информационная поддержка играет определяющую роль в ситуациях профессионального выбора (90%) и учебно-профессионального становления (72,9%). Инструментальная поддержка хотя и не занимает лидирующее положение в каких-либо ТЖС, тем не менее необходима в ситуации болезни (51%) и при переезде (49%). Материальная поддержка также не имеет определяющего значения, но важна в случае материальных проблем (53,6%), при трудных отношениях в браке (33%) и ситуации поступления в вуз (27%). Как видно из результатов, выбор той или иной копинг-стратегии социальной поддержки зависит от типа трудных жизненных ситуаций, в которой оказался человек.

В рамках изучения личностных детерминант стратегии социальной поддержки мы предположили, что восприятие социальной поддержки, локус контроля, мотивация аффилиации, личностные черты обуславливают обращение к другим людям при стрессе. Однофакторный дисперсионный анализ ANOVA показал, что на поиск информационной поддержки влияет дипломатичность (фактор N+,  $F=2,47$  при  $p \leq 0,05$ ), поскольку именно умение выстраивать коммуникацию непрямолинейно, с учетом тонкостей и нюансов обеспечивает получение необходимой информации. Стратегия эмоциональной поддержки определяется такими чертами, как подчиненность (фактор E-,  $F=0,93$  при  $p \leq 0,05$ ) и конформность (фактор Q2-, ( $F=2,99$  при  $p \leq 0,05$ )). В данном случае зависимость от группы как устойчивая особенность личности заставляет искать поддержку как в обычной, так и стрессовой ситуации.

Интересным нам кажется факт влияния страха отвержения на поиск эмоциональной поддержки ( $F=3,2$  при  $p \leq 0,05$ ). На наш взгляд, это объясняется тем, что страх быть отвергнутым заставляет человека использовать стратегию эмоциональной поддержки, чтобы находить опровержение своему страху и подтверждение эмоционального принятия и понимания со стороны окружающих в ТЖС.

Закономерно, что вне зависимости от характера поддержки (информационной или эмоциональной) на обращение к другим людям влияет высокий уровень восприятия социальной поддержки ( $F=12,88$  при  $p \leq 0,01$ ). Чем выше человек оценивает потенциальную возможность получить поддержку от своего окружения, тем чаще он за ней обращается в трудной ситуации.

Таким образом, выявленные в результате нашего исследования закономерности позволяют прогнозировать социально-ориентированное поведение личности при стрессе, а также формируют представление о перспективах работы психолога с социальным окру-

жением личности в той или иной трудной жизненной ситуации.

### **Литература**

1. Крюкова Т. Л. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения // Психологический журнал, 2005. Т.26. №2 с. 5-15.
2. Cohen, S., Wills T. A. Stress, social support, and the buffering hypothesis: Psychological Bulletin, 1985. v. 98, no. 2, p. 310-357.

### **Слова благодарности**

Выражаю благодарность научному руководителю Корневу Константину Игоревичу за предложенную тематику исследования и оказанную поддержку в разработке данной проблематики.