

ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ У ОДАРЕННЫХ ПОДРОСТКОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ АЛЕКСИТИМИИ"

Кайнурова Карина Абдуллаевна

студент, Ставропольский государственный медицинский университет, РФ, г. Ставрополь

Офицерова Светлана Владимировна

научный руководитель, канд. психол. наук, доцент, Ставропольский государственный медицинский университет, РФ, г. Ставрополь

Исследование опирается на теорию копинг-поведения Э. Хайма, которая классифицирует стратегии совладания на адаптивные, относительно адаптивные и неадаптивные. Адаптивные стратегии, такие как анализ проблемы или поиск социальной поддержки, способствуют успешному преодолению стрессовых ситуаций. Неадаптивные стратегии, например избегание или подавление эмоций, напротив, могут усиливать эмоциональные трудности. Для анализа защитных механизмов используется подход, предложенный в методике «Индекс жизненного стиля», который выделяет восемь основных защитных механизмов: интеллектуализация, проекция, регрессия, замещение, компенсация, подавление, отрицание и реактивное образование.

В исследовании приняли участие 40 подростков в возрасте 14-16 лет, обучающихся в специализированных образовательных учреждениях для одаренных детей.

Методики исследования: Торонтская алекситимическая шкала (Toronto Alexithymia Scale, TAS-20), Методика диагностики копинг-стратегий (MDICS) по Э. Хайму, Методика «Индекс жизненного стиля» (Life Style Index, LSI)

Распределение испытуемых по уровням алекситимии.

Распределение испытуемых по уровням алекситимии показало, что у 8 человек (20%) отсутствует алекситимия, у 13 человек (32,5%) зафиксировано пограничное состояние, и у 19 человек (47,5%) выявлена выраженная алекситимия.

Результаты анализа по методике MDICS (по Хайму).

В когнитивной сфере конструктивные стратегии доминируют у подростков с низким уровнем алекситимии (75%). Подростки с высоким уровнем алекситимии чаще выбирают неконструктивные стратегии (20%). В поведенческой сфере относительно конструктивные стратегии преобладают у всех групп, однако у подростков с выраженной алекситимией наблюдается высокая доля избегания (37%). Эмоциональная сфера демонстрирует наиболее выраженные неконструктивные стратегии у подростков с высоким уровнем алекситимии (55%), включая «подавление эмоций» и «агрессивность».

Особенности копинг-стратегий.

В группе с отсутствием алекситимии доминируют адаптивные стратегии, такие как «оптимизм» и «придание смысла». Относительно адаптивные стратегии встречаются, но в меньшей степени, а неадаптивные практически отсутствуют. В группе с пограничным уровнем алекситимии наблюдается смешанный профиль: преобладает использование относительно адаптивных стратегий, таких как «относительность» и «религиозность», однако

появляются неадаптивные стратегии, такие как «отвлечение» и «растерянность». У испытуемых с выраженной алекситимией доминируют неадаптивные стратегии, такие как «растерянность», «подавление эмоций» и «активное избегание». Адаптивные стратегии встречаются редко и часто сочетаются с неадаптивными.

Результаты анализа защитных механизмов по методике LSI.

Респонденты с низким уровнем алекситимии чаще всего используют компенсацию (74,9) и регрессию (75,6). Умеренно выражены проекция (78,9) и интеллектуализация (59,1). Менее активны механизмы отрицания (53,0) и подавления (61,1), что свидетельствует о развитой эмоциональной регуляции. Респонденты с пограничным уровнем алекситимии чаще используют замещение (63,2) и интеллектуализацию (67,9), при этом подавление эмоций (66,1) также имеет высокий уровень. Наименее выражены регрессия (54,5) и компенсация (52,6).

Выводы

1. Подростки с низким уровнем алекситимии демонстрируют развитые адаптивные стратегии и защитные механизмы, что способствует успешному совладанию со стрессом.
2. У подростков с пограничным уровнем алекситимии наблюдается смешанный профиль копинг-стратегий, что требует поддержки для усиления адаптивных стратегий.
3. Подростки с выраженной алекситимией склонны использовать неадаптивные стратегии и защитные механизмы, что может усугублять их эмоциональные трудности.

Список литературы:

1. Трухан Е. А., Самак М. Н. Копинг-стратегии и механизмы защиты у личностей алекситимического типа [Электронный ресурс] // Психология и психотерапия. URL: <https://www.researchgate.net/publication/342053009> // Психология и психотерапия. – 2020. – Т. 12, № 3. – С. 45–52.
2. Якимова Т. В. Феномен познавательной аддикции в развитии интеллектуально одаренных подростков [Электронный ресурс] // Вопросы психологии. URL: <https://psyjournal.ru/articles/fenomen-poznavatelnoy-addikcii-v-razvitii-intellektualno-odarenykh-podrostkov> // Вопросы психологии. – 2021. – № 5. – С. 78–85.
3. Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: материалы V Междунар. науч. конф. [Электронный ресурс]. URL: https://psy.su/remote_2/fle_dop_mat_projects_1_8660.pdf. – Москва : Изд-во МГУ, 2022. – 356 с.
4. Актуальные проблемы социальных и психологических наук: материалы XVIII Междунар. науч. конф. студентов и молодых ученых [Электронный ресурс]. URL: https://kemsu.ru/science/conference/xviii-l-international-scientific-conference-of-students-and-young-scientists-education-science-inno/aktual_problem_nauk_24.pdf – Кемерово: Изд-во КемГУ, 2023. – 428 с.
5. Зинченко Е. В., Алтынова А. А. Копинг-стратегии одаренных подростков с разным уровнем субъективного контроля [Электронный ресурс] // Северо-Кавказский психологический вестник. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/koping-strategii-odarenykh-podrostkov-s-raznym-urovnem-subektivnogo-kontrolya> (дата обращения: 28.01.2025) // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2020. – № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/koping-strategii-odarenykh-podrostkov-s-raznym-urovnem-subektivnogo-kontrolya>