

2. Битянова, М. Г. Адаптация ребёнка к школе: анкета для родителей, 2019 / М. Г. Битянова // Мультиурок. – URL : <https://multiurok.ru/index.php/files/anketa-dlia-roditelei-pervoklassnikov-adaptatsiia.html> (дата обращения: 11.04.2021).

3. Образовательная система «Школа 2100» – качественное образование для всех: сборник материалов в помощь работникам органов упр. образованием, преподавателям ИПК, педколледжей и педвузов, студентам пед. учеб. заведений, администрации шк. и ДОУ, методистам, учителям / науч. ред. Д. И. Фельдштейн. – Москва : Баласс, 2020. – 320 с.

4. Социальный справочник по Приморскому краю, 2022 // Центр социальной поддержки населения Приморского края. –URL: cspnrk.ru (дата обращения: 07.02.2023).

REFERENCES

1. Balabanova, N. V. (2022), *The educational environment of the school and the problems of social personality, Monograph*, Kuban State University, Krasnodar.

2. Bityanova, M. G. (2019), *Questionnaire Adaptation of the child to school*, Moscow, available at: <https://multiurok.ru/index.php/files/anketa-dlia-roditelei-pervoklassnikov-adaptatsiia.html> (accessed 11 April 2021).

3. Feldshtein, D.I. (2020), Educational system "School 2100" - quality education for everyone (Ed.), Collection of articles, Balass, Moscow.

4. Social directory of Primorsky Krai, 2022, available at: <http://cspnrk.ru> (accessed 7 February 2023).

Контактная информация: nvmazitova@mail.ru

Статья поступила в редакцию 03.04.2023

УДК.159.98

ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ РЕСУРСОВ МОЛОДЕЖИ В СТРЕССОВОЙ СИТУАЦИИ

Ирина Владимировна Воспитанник, кандидат психологических наук, Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Санкт-Петербург; Наталья Ивановна Королева, кандидат педагогических наук, Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье анализируются личностные и социальные ресурсы, которые положены в основу копинг-стратегий молодежи (17–19 лет) в трудных (стрессовых) жизненных ситуациях. Исследование строилось на основании авторской методики (тринадцать вопросов), позволяющей выявить личностные (индивидуально-психологические) и социальные ресурсы молодых людей и девушек данной возрастной группы, а также умение и готовность применять их как основу копинг-стратегий в непростых жизненных ситуациях, интерпретируемых ими как стрессовые. Полученные данные могут послужить основой для последующего психолого-педагогического сопровождения при работе с данной социальной группой

Ключевые слова: стресс, копинг-стратегии, трудные жизненные (стрессовые) ситуации, личностные ресурсы, социальные ресурсы, раннее юношество.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.04.p500-508

RESEARCH OF PERSONAL AND SOCIAL RESOURCES OF YOUNG PEOPLE IN A STRESSFUL SITUATION

Irina Vladimirovna Vospitannik, the candidate of psychological sciences, St. Petersburg State University of Economics; Natalia Ivanovna Koroleva, the candidate of pedagogical Sciences, docent, The Herzen State Pedagogical University of Russia, St. Petersburg

Abstract

The article analyzes the personal and social resources that form the basis of coping strategies of young people (17-19 years old) in difficult (stressful) life situations. The study was based on the author's

methodology (thirteen questions), which allows identifying the personal (individual psychological) and social resources of young people and girls of this age group, as well as the ability and willingness to use them as the basis of coping strategies in difficult life situations interpreted by them as stressful. The obtained data can serve as a basis for subsequent psychological and pedagogical support when working with this social group

Keywords: stress, coping strategies, difficult life (stressful) situations, personal resources, social resources, early youth.

Данную статью мы намерены посвятить изучению поведения молодежи в трудных жизненных ситуациях, которые будем рассматривать как стрессовые ситуации. Поэтому наше исследование будет построено вокруг проблематики феномена стресса и тех стратегий, которые используют молодые люди для преодоления стресса (по сути, копинг-стратегии), мы проведем анализ личностных и социальных ресурсов, которые молодые люди используют в стрессовых ситуациях.

Понятие «стресс» рассматривалось на биологическом и психологическом уровнях. С точки зрения биологии, стресс рассматривается как неспецифическая реакция организма, или «неспецифичный ответ организма на любое предъявленное ему требование» (Г. Селье), и в этом случае состояние стресса проявляется в необходимости разрешить возникшую ситуацию и адаптироваться в новых условиях. Селье обнаружил, что организм приспособляется к внешним стрессорам и пытается восстановить внутренний баланс. Организм использует гормональную ответную реакцию в ответ на воздействие стрессора как стимула. Селье обозначил три стадии стресса: а) тревоги (когда в ответ на стрессогенный фактор включается гипоталамус и обеспечивает выброс гормонов), б) сопротивления (ответ организма на выброс гормонов во время стадии тревоги и попытка организма восстановить прежний баланс), в) истощения – когда организм начинает терять силы в борьбе со стрессом.

Таким образом, согласно Г. Селье, стресс – это не просто нервное напряжение, а неспецифический ответ организма на любое изменение условий, которое требует приспособления.

Р. Лазарус ввел понятие «эмоционального стресса», под которым подразумевал активизацию познавательной деятельности индивида, который таким образом определяет для себя степень угрозы и сопоставляет возникающие трудности с возможностями их преодоления. Под эмоциональным стрессом понимаются аффективные переживания, которые сопровождают стресс и ведут к неблагоприятным изменениям в организме человека. Психологический стресс – более широкое понятие, чем стресс эмоциональный. Оно характеризует целый комплекс психических состояний, отражающих своеобразие психических процессов, происходящих в психике человека в данный момент или в данный период времени. И особенности психологического стресса и его протекания во многом зависят от самой личности человека.

По словам С.Г. Юнусовой, А.Н. Розенталя, Т.В. Балтиной, психологический стресс – это особое психическое состояние, характеризующееся неспецифическими системными изменениями активности психики человека, выражающими ее организацию и мобилизацию в связи с возникшими повышенными требованиями в новой ситуации.

Центральное место в этом процессе занимает индивидуальная значимость и субъективная (когнитивная) оценка ситуации, в которой у человека возникают проблемы, а также те способы (копинг-стратегии), с помощью которых он пытается преодолеть затруднения [1, С.139].

Понятие «копинг-стратегии» объединяет когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии, позволяющие справиться со стрессовой ситуацией. Р. Лазарус определял их как «непрерывно меняющиеся попытки справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые оцениваются как чрезмерные или превышающие ресурсы человека».

Применение копинг-стратегий (или стратегий «совладающего поведения») предполагает использование личностью целого спектра личностных и социальных ресурсов, которые предполагают наличие у личности ее собственных «когнитивных карт», эмоционально-мотивационных компонентов, поведенческих умений (эмпатических, коммуникативных, адаптационных и др.).

Понятие «ресурсы», или же «ресурсы личности», используется во многих исследованиях психической реальности. Ресурсы включают в себя все жизненные опоры, которые находятся в распоряжении человека и позволяют ему обеспечивать свои нужды.

Трактовка ресурсов человека может отличаться у разных авторов. По мнению В.А. Бодрова, «ресурсы являются теми физическими и духовными возможностями человека, мобилизация которых обеспечивает выполнение его программы и способов (стратегий) поведения для предотвращения или купирования стресса» [5].

Н.Е. Водопьянова предлагает следующее определение ресурсов: «внутренние и внешние переменные, способствующие психологической устойчивости в стрессогенных ситуациях; это эмоциональные, мотивационно-волевые, когнитивные и поведенческие конструкты, которые человек актуализирует для адаптации к стрессогенным/стрессовым трудовым и жизненным ситуациям», это «средства (инструменты), используемые им для трансформации взаимодействия со стрессогенной ситуацией» [6].

Согласно концепции о стрессе С. Хобфолла, ресурсы рассматриваются как то, что является значимым для человека и помогает ему адаптироваться в сложных жизненных ситуациях [7]. Данный автор рассматривает два вида ресурсов: социальные (средовые, внешние) и личные (психологические, профессиональные, физические, внутренние). Внешние – это материальные ценности, социальные статусы, роли и связи, которые обеспечивают поддержку социума, то есть помогают человеку «снаружи». Внутренние ресурсы – это психический личностный потенциал, характер и навыки человека, которые поддерживают благоприятное духовное и моральное состояние личности.

В исследовании мы делаем акцент на выявлении внутренних (личностных) ресурсов в ситуациях, которые наши респонденты обозначили как стрессовые.

Существует множество мнений и определений понятия «личностные ресурсы». Т.Ю. Иванова определяет личностные ресурсы как «эмпирически измеряемые свойства личности, выраженность которых влияет на меру благополучия личности» [1].

В трудах Ф. Лютанса, С. Хобфолла и др. личностные ресурсы трактуются как «гибкие свойства личности, имеющие прижизненный генезис и поддающиеся коррекции и развитию» [2].

С. А. Калашникова представила следующее понимание данного явления.

Личностные ресурсы проявляются во взаимодействии человека и жизненной среды как непрерывном процессе пространственно-временного «развертывания» человека. Оно представлено в содержании и направленности деятельности, в реальных жизненных ситуациях, и обеспечивает соответствие образа жизни меняющемуся в процессе жизнедеятельности образу мира «посредством трансформации ценностно-смысловой подсистемы личности» [7].

Важным аспектом в исследовании является обозначенная С.А. Калашниковой ситуация (среда), в которой эти ресурсы используются. Это трудная (нередко, стрессогенная) жизненная ситуация, то есть обстоятельства, которые ухудшают условия жизни и деятельности человека, а также последствия, которые он не может преодолеть самостоятельно. Примерами таких ситуаций являются: конфликт с близким человеком, увольнение с работы, инвалидность или смерть близкого человека и т. д.

Термин «трудные жизненные ситуации» приводится во многих работах учёных и исследователей в области психологической науки. Трудная жизненная ситуация рассматривается А.Ф. Бурлачуком и Е.Ю. Коржовой «как совокупность элементов среды либо как фрагмент среды на определенном этапе жизнедеятельности индивида» [3].

Ряд авторов трактует трудную жизненную ситуацию как систему субъективных и объективных элементов, объединяющихся в деятельности субъекта [4].

Наше эмпирическое исследование посвящено выявлению личностных и социальных ресурсов, которые молодые люди актуализируют в трудных (стрессовых) жизненных ситуациях. Объектом нашего исследования стали молодые люди в возрасте от 17 до 19 лет. Наши респонденты относятся к периоду «раннего юношества» (хотя ряд зарубежных классификаций относит его к позднему подростковому возрасту). Этот период рассматривался в трудах В.Г. Богина, О.М. Вербиановой, О.В. Груздевой, И.С. Кона, Э. Эриксона и других авторов. Он характеризуется следующими особенностями: а) поиском своего места в мире, желанием обрести собственную идентичность и референтную группу на основе сформированных к этому возрасту «когнитивных конструкторов» и эмоциональных оценок; б) завершением психосексуальной идентичности – осознанием и самоощущением себя как представителя своего пола; в) готовностью к активному профессиональному самоопределению; г) развитием волевой, эмоционально-мотивационной сферы, что заключается в стремлении выбора определенного типа поведения в каких-либо жизненных обстоятельствах; д) стремлением выстраивать взаимоотношения (социальные и эмоциональные связи) со взрослыми и сверстниками.

Одним из важных психологических «маркеров» данного возраста выступает развитие эмоциональной сферы. В этом возрасте может разрушаться прежняя эмоциональная связь с родителями (она впоследствии будет выстраиваться на более высоком эмоционально-ценностном уровне), в этот период развития сына или дочери родители могут жаловаться на недопонимание, черствость и эгоизм, определенное отдаление. Эмоциональный аспект характеризуется обретением уверенности в себе, упрямством, резкими перепадами настроения и энтузиазмом в достижении лично значимых целей. Социальные особенности заключаются в разрыве семейных связей, желании независимости от семьи, чувствительности к мнению окружающих, стремлении присоединиться, стать частью какого-либо сообщества, а также соревновательности. Может иметь место и повышенная обидчивость как реакция на кажущуюся недостаточность внимания со стороны сверстников и взрослых, а также – на недостаточность признания собственной взрослости.

При этом развитие молодых людей может идти как по прагматичному сценарию – когда первоочередное значение придается житейской целесообразности, так и по творческому – когда юноши и девушки ориентированы на постижение и создание собственных ценностей, выстраивая картину своего ближайшего будущего (профессионального и социального).

С целью выявления понимания молодыми людьми определения «трудная жизненная ситуация» нами было проведено исследование по методике Сакса-Леви «Незаконченное предложение».

В нашем исследовании принимало участие 37 респондентов. Из них:

- 17 респондентов – юноши (45,9%);
- 20 респондентов – девушки (54,1%).

Возрастной диапазон респондентов в границе от 17 лет до 19 лет.

Мы просили респондентов завершить предложение – «Трудная жизненная ситуация для меня – это...»

Исходя из ответов по методике «Незаконченное предложение», мы выявили, что под «трудной жизненной ситуацией» респонденты понимают как раз весь спектр жизненных ситуаций, которые психологи трактуют как «стрессогенные»:

- смерть близких людей – 21,6%;
- отсутствие поддержки, одиночество – 16,2%;
- эмоциональное выгорание – 16,2%;
- ухудшение материального положения – 10,8%;
- заболевание близких людей или же ссора с ними – 8,2%;

- невозможность самостоятельно справиться с проблемами – 5,4%;
- проблемы со здоровьем (отдельно от близких) – 5,4%.

По результатам опроса большинство молодых людей понимают под трудной жизненной ситуацией смерть родных людей (21,6%), а также проблемы с ними (ссоры, болезни), отсутствие их поддержки и как следствие – чувство одиночества, а также эмоциональное выгорание.

Далее, в логике исследования, необходимо выявить сами ресурсы, используемые молодежью в трудной жизненной ситуации (причем именно в тех ситуациях, которые молодые люди называют «трудными»). Для этого был проведён опрос, результаты были проанализированы и представлены в виде диаграмм и мини-выводов.

Опросник включал 13 вопросов (разработка магистрантки СПбГЭУ Е. Шаныгиной). Данные вопросы были направлены на изучение ресурсов респондентов, находящихся в предполагаемой и настоящей трудной жизненной ситуации.

Первый и второй вопросы были направлены на оценку респондентом самого себя и выявление необходимых и достаточных качеств для преодоления трудных жизненных ситуаций. По результатам первых двух вопросов, мы выяснили, что необходимыми качествами для преодоления трудных жизненных ситуаций (своеобразным идеалом), по мнению большинства респондентов являются волевые качества: стойкость, упорство и сила духа (78,5%). Ряд респондентов указали оптимизм, рассудительность и целеустремлённость, но таких были единицы.

При ответе на второй вопрос респонденты отметили, что в сравнении с идеалом им не хватает таких качеств, как уверенность в себе, решительность, настойчивость. Однако были ответы «всего хватает», что можно трактовать как решительность человека и уверенность его в своих силах и ресурсах для преодоления каких-либо обстоятельств.

Третий вопрос направлен на выбор стратегии, к которой прибегает респондент, находясь в трудной жизненной ситуации: справляется самостоятельно или же обращается к кому-то за помощью (к какой модели поведения склонен респондент). Были получены следующие данные:

- 56,3% – пытаются трезво оценить ситуацию;
- 25% – просят помощи у авторитетных для них людей;
- 12,5% – сразу пытаются решить проблему;
- 6,3% – избегают решения проблем.

Четвёртый вопрос был призван дать представления о человеке, которого опрашиваемый считает авторитетным для себя при решении трудных жизненных ситуаций (является социальной и духовно-ценностной «опорой»).

По результатам мы видим, что базовую, основную опору в трудных жизненных ситуациях составляют прежде всего друзья, далее – родители и завершает «топ три» любимый человек. Также есть вариант ответа «самостоятельно справляюсь» (его выбрали 31,3% респондентов). Такой ответ можно интерпретировать как наличие психологической устойчивости личности (в некоторых случаях критичности мышления, способности контролировать свои эмоции), впрочем, это может быть и показателем интровертированности ряда респондентов.

Пятый вопрос касался выявления поведенческих стратегий респондентов в трудных жизненных ситуациях. Полученные данные (рисунок 1) говорят о довольно высоком проценте готовности к выбору когнитивной стратегии (43,8%), что является хорошим показателем. Именно осознание должно быть положено в основу саморегуляции своего поведения и эмоционального фона в ситуациях, которые могут интерпретироваться как стрессогенные. Но достаточное количество и «эмоциональных» ответов («отомщу», «закроюсь в себе», «постараюсь моментально решить проблему», «уйти, заглушить боль» и т. п.) – это тоже способы совладания с болью. Другое дело, что они могут быть не ресурсными, приводить к выгоранию и истощению резервов организма в состоянии переживания

стресса.

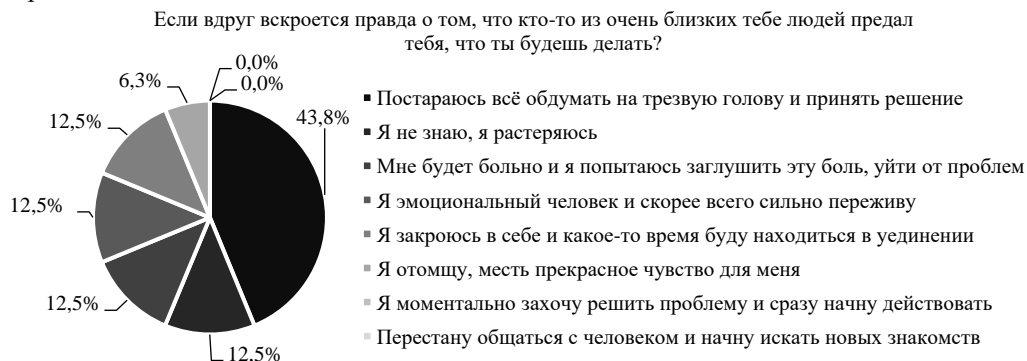


Рисунок 1 – Поведенческие стратегии респондентов, проявляющиеся в ситуации предательства близких

Шестой и седьмой вопросы предполагают выявление степени привязанности к родителям и близости с ними. Мы выяснили, что большая часть респондентов (50%) общается с родителями только лишь по настроению и не всегда делится значимыми событиями; 35% респондентов часто общаются с родителями и любят рассказывать им о происходящем в их жизни; самая малая часть (15%) – совсем не общается с родителями и предпочитает скрывать свои проблемы от родителей.

Таким образом, можно сделать вывод, что респонденты делятся на три типа:

- 1) имеющие тесные отношения с родителями и, как следствие, сильную привязанность к ним (а может иногда и зависимость);
- 2) те, кто не имеют тесных отношений с родителями и предпочитают молчание диалогу; в таком случае можно предположить, что общение с родителями не является для них важным ресурсом, влияющим на принятие решений или преодоление трудных жизненных ситуаций;
- 3) те, кто находятся в самой большой группе (50%) – не имеют ни тесных, ни отстранённых отношений с родителями. Это говорит о незавершенной стадии сепарации, поисках своего места в отношениях как с родителями, так и со сверстниками.

Восьмой вопрос нацелен на выявление отношения к финансам как к социальному ресурсу, значимому для респондента в трудной жизненной ситуации. По полученным данным была составлена диаграмма.

Из этого следует, что финансовая обеспеченность является важным фактором при прохождении через трудные жизненные ситуации. 68,8% опрошенных считают, что деньги повышают внутреннюю уверенность и, следовательно, выступают как социальный ресурс человека; 25% респондентов не считают, что деньги всегда могут помочь решить проблемы, хотя в некоторых случаях это возможно. Последняя часть, составляющая 6,3%, считает, что деньги совсем не повышают внутреннюю уверенность человека при разрешении трудных жизненных ситуаций.

Девятый вопрос направлен на выявление влияния разлуки с домом на эмоциональное состояние респондента. Нахождение дома, в кругу семьи, наличие близких людей рядом часть опрошенных трактует как значимый ресурс для оптимизации своего эмоционального состояния. По данному вопросу обозначилась следующая картина:

- я скучаю, но понимаю, что вдали от дома чувствую себя свободнее – 56,3%;
- да, очень скучаю – 18,8%;
- нет, не скучаю – 18,8%;
- редко скучаю – 6,3%.

Мы видим, что большинство респондентов рассматривают дом как значимый ресурс, как фактор чисто психологической поддержки. Судя по ответам, чувство дома

глубоко субъективное: скучаю – значит ищу поддерживающих контактов, не скучаю – переживаю этап необходимой сепарации, что может говорить о поиске себя, самоопределении и освобождении от контроля близких даже как об определенной копинг-стратегии в данном возрасте.

Десятый вопрос касался поведения в конфликтной ситуации (конфликты являются одним из стрессогенных факторов на этапе раннего юношества). По сути, речь идет о коммуникативной компетентности респондентов как их возможной копинг-стратегии: «Согласны ли вы с утверждением: "Любой конфликт можно уладить, не прибегая к силе"»? Были получены следующие результаты:

- да – 67,5%;
- не всегда – 31, 3%;
- нет и абсолютно нет – 0%.

Первая группа ответов – «да» – касалась того, что конфликты можно уладить, не прибегая к силе. Это свидетельствует о степени готовности к компромиссу и сотрудничеству как ресурсным стратегиям. Ответы «не всегда» можно интерпретировать, во-первых, как повышенную эмоциональность человека, которая означает, что человек не всегда способен контролировать себя и свои эмоции, а значит, может прибегнуть к силе; во-вторых, как недостаточную коммуникативную компетентность, когда не хватает личностных ресурсов для решения конфликта.

Одиннадцатый вопрос во многом является продолжением предыдущего.

Как вы считаете, финансовая обеспеченность повышает внутреннюю уверенность человека при разрешении трудных жизненных ситуаций?

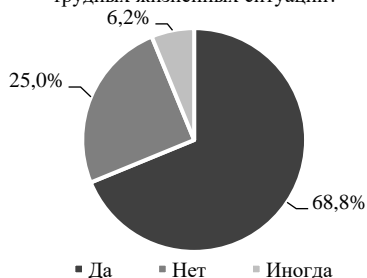


Рисунок 2 – Выраженность степени уверенности респондентов в зависимости от финансовой обеспеченности

Идти на уступки – значит проявлять слабость. Согласны ли вы с этим мнением?

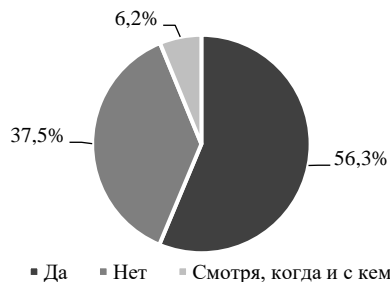


Рисунок 3 – Степень выраженности респондентов идти на «уступки»

Он направлен на выявление готовности респондентов идти на уступки. Рассматривают ли они уступку как сильную или слабую сторону личности в конфликтной ситуации? По сути, вопрос касался того, можно ли рассматривать готовность идти на уступки способом совладающего поведения в конфликтных (стрессовых) ситуациях? Исходя из полученных результатов, сформировалось три ярко выраженные группы:

- 1) идти на уступки – не значит проявлять слабость;
- 2) идти на уступки не всегда значит проявлять слабость, смотря когда и с кем;
- 3) идти на уступки – значит проявлять слабость.

Первая группа (самая многочисленная) ясно даёт понять, что уступки не являются слабостью, это можно интерпретировать как готовность респондентов взять под контроль свои эмоции и прийти к консенсусу с оппонентом. 37,5% респондентов говорили о зависимости от контекста, что можно интерпретировать как некоторые отступления от своих моральных принципов в зависимости от ситуации (смотря когда и с кем).

Такая позиция может трактоваться как наличие достаточно высокого уровня понимания контекстуальных смыслов, что А. Бек и А. Элис в свое время интерпретировали как основу для построения успешных копинг-стратегий (реверсивное мышление) [8, С.125].

Похожего мнения придерживается и вторая группа опрошенных, которая отметила, что уступки не всегда являются слабостью (смотря когда и с кем). Это также демонстрирует разумную сторону респондентов и способность действовать по ситуации, оценивать её. Хотя в ряде ответов из этой группы угадывалась другая стратегия – избегание, которую респонденты интерпретируют для себя как уступку.

И третья группа ответов свидетельствует о том, что идти на уступки – значит проявлять слабость. Интерпретация подобного ответа звучит так: человек обладает непоколебимыми принципами и не готов поступиться ими ни в какой ситуации. Такая позиция может выступать определенным личностным ресурсом, который служит точкой опоры в процессе решения тех или иных вопросов. А может свидетельствовать о наличии жесткого упрямства или ригидности респондента.

Двенадцатый вопрос даёт нам представление о том, считают ли респонденты себя достаточно самостоятельными и независимыми в принятии решений.

Данный вопрос был задан для общего понимания, каким образом вообще молодые люди принимают решения, и как они себя чувствуют при их принятии. Зависят ли они от мнения родителей или же авторитетных людей или только прислушиваются к ним. У половины опрошенных, судя по ответам, есть опора на себя, на «внутренний локус контроля» при принятии решений, у другой половины таковой нет. Это может говорить и о недостаточной сформированности своей внутренней позиции, и об определенной зависимости от авторитетов, внешнем локусе контроля (который в раннем юношеском возрасте может быть даже неосознаваемой копинг-стратегией).

Последний, тринадцатый вопрос, направлен на отношение респондентов к своему здоровью и заботе о нём – как к важнейшей стратегии совладания со стрессогенными факторами.



Рисунок 4 – Ощущение чувства свободы при принятии решений

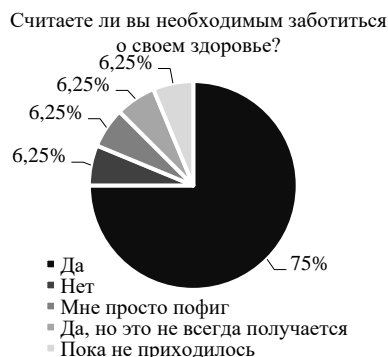


Рисунок 5 – Степень выраженности заботы о собственном здоровье

Забота о здоровье выступает как показатель отношения к себе и пониманию здоровья как значимого жизненного ресурса. Если человек проявляет заботу к себе и ведёт здоровый образ жизни, значит он обладает пониманием здоровья как состояния физического, психического и социального благополучия. Именно наличие здоровья и нахождение индивидуальных способов здоровьесбережения (будь то занятия спортом, любые здоровые способы поддержки своего физического и психологического состояния) – это самая важная основа преодоления стрессовых ситуаций, связанных с любыми факторами внешней и внутренней среды.

На представленной диаграмме 75% респондентов однозначно признают ценность здоровья как значимого личностного ресурса (и соответственно, заботы о нём), остальные четыре группы (примерно по 6,25% каждая) – не акцентируют внимание на ценности здоровья как значимого ресурса.

Результаты нашего исследования, позволяют педагогам и психологам, работающим с данной возрастной группой, проанализировать значимые когнитивные и эмоциональные

ценности молодых людей, которые выступают в качестве личностных и социальных ресурсов при решении ими трудных жизненных ситуаций (тех, которые выступают для них в роли стрессогенных факторов) [8].

Полученные данные дают представление о возможных копинг-стратегиях, которые молодежь в возрасте от 17 лет до 19 лет может использовать в стрессовых ситуациях, что можно применять при построении психолого-педагогического сопровождения представителей данной возрастной группы, а также в процессе непосредственной консультативной или педагогической помощи молодым людям в трудных жизненных ситуациях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Юнусова С.Г. Стресс. Биологический и психологический аспекты / С.Г. Юнусова, А.Н. Розенталь, Т.В. Балтина // Ученые записки Казанского государственного университета. Сер. Гуманитарные науки. – 2008. – Т. 150, кн. 3. – С. 139–150.

2. Иванова Т.Ю. Функциональная роль личностных ресурсов в обеспечении психологического благополучия : дис. ... канд. психол. наук / Иванова Татьяна Юрьевна. – Москва, 2016. – 183 с.

3. Современные проблемы изучения личностных ресурсов в профессиональной деятельности /Т.Ю. Иванова, Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин, [и др.] // Организационная психология. – 2018. Т. 8. № 1. – С. 85–121.

4. Халанская В.А., Содержание и методика психосоциальной работы в системе социальной работы. /В.А. Халанская, М.А. Ситникова. – Белгород, 2009. – 212 с.

5. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса / В.А. Бодров // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27(2). – С. 113–122.

6. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса./ Н.Е. Водопьянова. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. - 336 с.

7. Калашникова С.А. Личностные ресурсы как интегральная характеристика личности / С.А. Калашникова// Молодой ученый.– 2011. – Т. 2, № 8 (31). – С. 84–87.

8. Королева Н.И. Психология: Наука и профессия. Учебное пособие./ Н.И. Королева, И.В. Воспитанник. – Санкт-Петербург : Изд-во СПбГЭУ, 2015 – 168 с.

REFERENCES

1. Yunusova, S.G., Rozental A.N. and Baltina, T.V. (2008), “Stress. Biological and psychological aspects”, *Uchenye zapiski Kazanskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser. Humanitarian sciences*, Vol, 150, book, 3, pp. 139–150.

2. Ivanova, T.Yu. (2016), *The functional role of personal resources in ensuring psychological well-being*, dissertation, Moscow.

3. Ivanova, T.Yu., Leontiev, D.A., Osin E.N., et al..(2018), “Modern problems of studying personal resources in professional activities”, *Organizational psychology*, V, 8. No. 1, pp. 85–121.

4. Khalanskaya, V.A. and Sitnikova, M.A. (2009), *The content and methodology of psychosocial work in the system of social work*, Belgorod.

5. Bodrov, V.A., (2006), “The problem of coping with stress», Part 2, Processes and resources to overcome stress”, *Psychological journal*, Vol. 27(2), pp. 113–122.

6. Vodopyanova, N.E., (2009), *Psychodiagnostics of stress*, Peter, St. Petersburg.

7. Kalashnikova, S.A., (2011), “Personal resources as an integral characteristic of personality”, *Young scientist*, No. 8 (31), Vol. 2, pp. 84–87.

8. Koroleva, N.I., and Vospitannik, I.V. (2015), *Psychology: Science and profession. Textbook*, St. Petersburg.

Контактная информация: vospitannik-@mail.ru

Статья поступила в редакцию 03.04.2023

УДК 159.9.07

К ВОПРОСУ ИССЛЕДОВАНИЯ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ СОТРУДНИКОВ УГОЛОВНО-ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

Юлия Владимировна Жильцова, кандидат психологических наук, доцент, Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний Российской Федерации,