



Psychologické vědy

УДК 159.9

ИССЛЕДОВАНИЕ ДОМИНИРУЮЩИХ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ПОДРОСТКОВ С ВИРТУАЛЬНОЙ АДДИКЦИЕЙ

Р. Д. Бердин

*Студент,
Башкирский государственный университет,
г. Уфа, Россия*

THE STUDY OF THE DOMINANT COPING STRATEGIES IN ADOLESCENTS WITH VIRTUAL ADDICTION

R. D. Berdin

*Student,
Bashkir State University,
Ufa, Russia*

Summary. The article presents the results of a study aimed at identifying the dominant ways of coping with stress in adolescents with Internet addiction.

Keywords: teens; virtual addiction; coping strategies; escapism.

Виртуальная аддикция, в частности подростковая интернет-зависимость, является многосторонней проблемой, что, в свою очередь, вызывает необходимость изучения различных аспектов ее влияния на жизнь аддиктов и рассмотрения тех особенностей их личности, на которые данная проблема может оказывать непосредственное влияние, а также факторов, которые способствовали ее появлению.

Одна из этих сторон может быть рассмотрена в рамках изучения поведения виртуальных аддиктов при возникновении у них стрессовых ситуаций, так называемых копинг-стратегий, или способов совладания со стрессом.

В настоящее время совладающее поведение (копинг) вызывает достаточно большой интерес в психологической науке как среди отечественных, так и зарубежных исследователей; с целью выявления и измерения копинг-стратегий применяют отечественные,

а также адаптированные зарубежные методики [3, с. 4].

В психологической литературе представлено множество классификаций способов совладания со стрессом. Одна из них предложена Е. Фрайденбергом и Р. Льюисом, которые делят копинг-стратегии на 3 категории: первая заключается в обращении к другим людям (например, обращение за поддержкой к родителям, сверстникам и т. д.), вторая категория именуется как непродуктивное совладание (стратегии избегания по причине неспособности справиться с ситуацией), третья категория – продуктивное совладание, которое может включать в себя работу над проблемой, сохранение оптимизма, социальную связь с другими и тонус [4].

С целью определения наиболее предпочитаемого способа совладания интернет-зависимых подростков со стрессом, нами было проведено исследование. В качестве респондентов



выступили 47 человек в возрасте от 14 до 17 лет, у которых изначально по результатам обработки данных по методу скрининговой диагностики компьютерной зависимости Юрьевой и Больбот [5] были выявлены стадия увлечения, «прилипания» к зависимости, так называемого аттачмента (44%), а также первая (40%) и вторая (16%) стадии интернет-зависимости.

В настоящем исследовании респондентам было предложено ответить на вопросы опросника «Способы совладающего поведения» Лазаруса [1; 2], в котором необходимо было выбрать в каждом из пятидесяти утверждений о способе поведения в трудной ситуации наиболее характерный для испытуемого вариант ответа (никогда; редко; иногда; часто).

Анализ полученных данных показал, что 28 человек (59%) по копинг-стратегии «Бегство-избегание» набрали более 60 баллов (в адаптации Вассермана и соавторов), что говорит о выраженном предпочтении данной стратегии, при которой возможны неконструктивные формы поведения в стрессовых ситуациях, к примеру, полное или частичное отрицание и/или игнорирование проблемы с целью снижения эмоционального напряжения; 11 человек (23%) отдают предпочтение дистанцированию, то есть способу совладания со стрессом, который заключается в преодолении негативных переживаний за счет субъективного снижения ее значимости и степени эмоциональной вовлеченности в нее (к примеру, путем рационализации); оставшиеся 8 человек в большей степени придерживаются продуктивных копинг-стратегий, а именно – «Принятие ответственности», «Планирование решения проблемы» и «Поиск социальной поддержки».

Таким образом, на основании полученных результатов можно сделать вывод о том, что подростки с виртуальной аддикцией отдают предпочтение не-

продуктивным способам совладания со стрессом, которые, как и в случае с самой виртуальной зависимостью, непосредственно связаны с элементами эскапизма, то есть стремлением уйти от реальной действительности в мир иллюзий.

Библиографический список

1. Крюкова Т. Л., Куфтяк Е. В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. – 2007. – № 3. – С. 93–112.
2. Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями: пособие для врачей и медицинских психологов / под ред. Л. И. Вассермана и др. – СПб.: Изд-во НИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2009.
3. Никифорова Д. М., Кружкова О. В. Проблема диагностики копинг-стратегий в современном психологическом измерении // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. – 2012. – № 31. – С. 4–12.
4. Психология общения. Энциклопедический словарь / под общ. ред. А. А. Бодалева. – М.: Изд-во «Когито-Центр», 2011.
5. Юрьева Л. Н., Больбот Т. Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: монография. – Днепропетровск: Пороги, 2006. – 196 с.

Bibliograficheskij spisok

1. Krjukova T. L., Kuftjak E. V. Oprosnik sposobov sovladanija (adaptacija metodiki WCQ) // Zhurnal prakticheskogo psihologa. – 2007. – № 3. – S. 93–112.
2. Metodika dlja psihologicheskoi diagnostiki sposobov sovladanija so stressovymi i problemnymi dlja lichnosti situacijami // Posobie dlja vrachej i medicinskih psihologov / Pod red. L. I. Vassermana i dr. – SPb.: Izd-vo NIPNI im. V. M. Behtereva, 2009.
3. Nikiforova D. M., Kruzhkova O. V. Problema diagnostiki koping-strategij v sovremennom psihologicheskom izmerenii // Vestnik JuUrGU. Serija: Psihologija. – 2012. – № 31. – S. 4–12.
4. Psihologija obshhenija. Jenciklopedicheskij slovar / Pod obshh. red. A. A. Bodaleva. – M.: Izd-vo «Kogito-Centr», 2011.
5. Jur'eva L. N., Bol'bot T. Ju. Komp'juternaja zavisimost': formirovanie, diagnostika, korrekcija i profilaktika: monografija. – Dnepropetrovsk: Porogi, 2006. – 196 s.

© Бердин Р. Д., 2015