

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЙ У ПІДЛІТКІВ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ У ЗОНІ ВІЙСЬКОВОГО КОНФЛІКТУ

EMPIRICAL RESEARCH OF COPING STRATEGY TO OVERCOME STRESSFUL SITUATION BY ADOLESCENTS IN THE AREA OF MILITARY CONFLICT

У статті розкрито результати емпіричного дослідження стратегій подолання стресових ситуацій як частини конативного компонента стресостійкості підлітків, які перебувають у зоні військового конфлікту.

Викладаються теоретичні основи дослідження, застосовані методи. Вибірku емпіричного дослідження становили підлітки – учні загальноосвітніх навчальних закладів Донецької області, які перебувають у зоні збройного конфлікту до 20 км від лінії зіткнення, та з Хмельниччини України. Емпіричне дослідження здійснювалося протягом 2018–2019 рр. і дало змогу виявити основні відмінності у виборі стратегії та моделі поведінки в скрутних (стресогенних) ситуаціях підлітків, які перебувають у зоні військового конфлікту, порівняно з контрольною групою підлітків у Хмельницькій області, які там не перебували (критерій асертивність). Для дослідження використовували опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS)» С. Хобфолла, що дав змогу виявити та проаналізувати шість стратегій подолання скрутних (стресогенних) ситуацій та дев'ять моделей поведінки, які зазвичай обирають підлітки. Основні осі для аналізу: просоціальна – асоціальна, активна – пасивна. Додаткова: пряма – непряма (маніпулятивна).

Виявлено значні відмінності виборів поведінки залежно від перебування підлітка в зоні збройного конфлікту та статі. Підлітки, які перебували, значно більше орієнтовані на використання просоціальної стратегії подолання скрутних (стресогенних) ситуацій: пошук соціальної підтримки, вступ у соціальний контакт, активної стратегії – асертивні дії та пасивної стратегії – обережні дії, ніж підлітки, які там не перебували, немає відмінностей у використанні імпульсивних дій, але, навпаки, менше схильні використовувати пасивну стратегію – уникнення, непряму стратегію – маніпулятивні дії та асоціальну стратегію – асоціальні та агресивні дії.

Стратегії поведінки можуть сприяти або перешкоджати успішності подолання стресів залежно від ступеня конструктивності стратегії, тому було визначено ступінь конструктивності стратегії поведінки кожної окремої групи залежно від

перебування в зоні збройного конфлікту та статі.

Ключові слова: асертивність, пасивна стратегія, активна стратегія, уникнення, імпульсивні дії, асоціальні дії.

The article presents the results of an empirical research of coping strategies as part of the conative component of the resilience of adolescents in the area of military conflict.

Theoretical basis of the research are presented, methods are applied. The sample of empirical research was made by teenagers – students of secondary schools of Donetsk region, who are in the area of military conflict up to 20 km from the line of contact, and from Khmelnytskyi of Ukraine. An empirical research was conducted during 2018–2019, which revealed the main differences in the coping of strategy and behavior in difficult (stressful) situations of adolescents in the conflict zone compared to the control group of adolescents who were not there (criterion – assertiveness). The research used C. Hobfall's "Stress Management Strategy (SACS)" questionnaire to identify and analyze six coping strategies and nine coping strategy to overcome stressful situation used by adolescents. Main axes for analysis: prosocial – asocial, active – passive. Extra: direct – indirect (manipulative).

Significant differences in choices of coping strategy to overcome stressful situation were found depending on the teenager's location in the area of military conflict and gender. Adolescents who were significantly more focused on using a prosocial strategy to overcome difficult (stressful) situations: seeking social support, engaging in social contact, active strategies – assertive actions and passive strategies – cautious actions than adolescents who were not there, no differences in use impulsive actions, but on the contrary, are less likely to use a passive strategy – avoidance, an indirect strategy – manipulative actions, and an associative strategy – associative and aggressive actions.

Coping strategies can contribute to or hinder the success of stress management, depending on the degree of constructiveness of the strategy; therefore, the degree of constructiveness of each group's coping strategy has been determined depending on being in an area of military conflict and gender.

Key words: assertiveness, passive strategy, active strategy, avoidance, impulsive actions, asocial actions.

УДК 159.96

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.12-2.27>

Кравцова О.К.

аспірантка кафедри психології управління

Центральний інститут післядипломної освіти

ДВНЗ «Університет менеджменту освіти»

Постановка проблеми. Близько 20 тисяч дітей мешкають у так званій «сірій зоні», тобто на Сході України поблизу лінії розмежування територій підконтрольної та тимчасово непідконтрольної державній владі України.

З огляду на те, що конфлікт триває вже 6 років підлітки сьогодення – це діти початку війни, перебування в зоні всі ці роки залишило незгладимий слід на їхню психіку, отже, необхідне глибоке різнобічне дослідження того, які стратегії подолання стресових ситуацій обира-

ють підлітки, які перебувають у зоні збройного конфлікту, чи відрізняються вони порівняно з підлітками, які не зазнали тягот проживання в зоні конфлікту. Актуальність дослідження стратегій подолання стресових ситуацій підлітків, які перебувають у зоні збройного конфлікту на Сході України, очевидна. Водночас ця проблема, попри всю її актуальність, не виступала предметом спеціального дослідження.

Наше дослідження мало на меті вивчити ці зміни, частина з нього представлена у цій статті. Виявлено основні відмінності у виборі стратегії та моделі поведінки підлітків, які перебувають у зоні військового конфлікту, порівняно з контрольною групою підлітків у Хмельницькій області, які там не перебували.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблеми вибору поведінки в стресових ситуаціях, у тому числі в екстремальних умовах, досліджували В. Бодров, О. Бондарчук, П. Зільберман, В. Корольчук, О. Кочарян, В. Крайнюк, Р. Лазарус, Р. Розенфельд, О. Тимченко, Т. Титаренко, С. Хобфолл та ін.

Теоретико-методологічну основу дослідження становила багатоаспектна модель «поведінки подолання» С. Хобфолла [1].

Постановка завдання. Мета статті – розкрити результати емпіричного дослідження стратегій подолання стресових ситуацій підлітками, які перебувають у зоні військового конфлікту; показати особливості вибирання моделей поведінки в скрутних (стресогенних) ситуаціях підлітками, які перебувають у зоні збройного конфлікту, порівняно з підлітками, які там не перебувають і не перебували. Для досягнення цієї мети нами було проведено дослідження стратегій подолання скрутних (стресогенних) ситуацій підлітками – учнями загальноосвітніх навчальних закладів Донецької області, які перебувають у зоні збройного конфлікту до 20 км від лінії зіткнення, та з Хмельниччини України. Емпіричне дослідження здійснювалося протягом 2018–2019 рр.

Для дослідження використовували опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS)» С. Хобфолла, що дав змогу виявити, які стратегії подолання скрутних (стресогенних) ситуацій зазвичай обирають підлітки в зоні збройного конфлікту й підлітки, які там не були. С. Хобфолл розглядає поведінку як стратегію, на відміну від окремих типів поведінки, та має основні та додаткову осі для аналізу. Основні: просоціальна – асоціальна, активна – пасивна. Додаткова: пряма – непряма (маніпулятивна).

Виклад основного матеріалу дослідження. Вибірку емпіричного дослідження становили 428 підлітків різних статей віком від 11 до 16 років. Дані, які були отримані в результаті опитування учнів, співставлялись у групах, які ми виділили залежності від таких факторів:

1) *перебування в зоні конфлікту*: 72,9% – так, 27,1% – ні;

2) *стать*: 49,3% чоловіків, 50,7% жінок.

Отримані дані піддавались статистичній обробці з наступною їх інтерпретацією та змістовим узагальненням. Математична обробка даних та графічна презентація здійснювалися за допомогою комп'ютерного пакета статистичних програм SPSS (версія 21.0).

Кожний підліток мав змогу оцінити, як він зазвичай поводить себе в напружених (стресових) ситуаціях, відповівши на 54 твердження за 5-бальною системою щодо поведінки.

Опитувальник містить шість стратегій та дев'ять моделей поведінки, такі як:

1) активна стратегія – асертивні дії;

2) просоціальна стратегія – вступ у соціальний контакт, пошук соціальної підтримки;

3) пасивна стратегія – обережні дії, уникнення;

4) пряма стратегія – імпульсивні дії;

5) непряма стратегія – маніпулятивні дії;

6) асоціальна стратегія – асоціальні дії, агресивні дії.

Аналіз результатів проводився на підставі ключа даних конкретної людини підрахуванням суми балів по кожній з дев'яти субшкал. Результати підрахунку розділені на рівні: низький, середній і високий, які показують ступінь вираженості використання кожної моделі поведінки в складних ситуаціях.

Стратегії поведінки можуть сприяти або перешкоджати успішності подолання стресів залежно від ступеня конструктивності стратегії.

Визначили ступінь конструктивності стратегії поведінки за такою формулою:

$$IK = AP / PA,$$

де IK – загальний індекс конструктивності;

AP – сума показників субшкал «асертивні дії», «вступ у соціальний контакт», «пошук соціальної підтримки»;

PA – сума показників субшкал «уникнення», «асоціальні дії», «агресивні дії»

Активна і просоціальна стратегії є конструктивними і підвищують стійкість до стресів людини [2].

Результати дослідження зведено в таблицю 1.

З табл. 1 випливає, що ступінь вираженості всіх моделей поведінки у підлітків, які перебували в зоні збройного конфлікту, нижчий, ніж у підлітків, які там не перебували.

Підлітки, які перебували в зоні збройного конфлікту, більше орієнтовані на використання просоціальної стратегії подолання скрутних (стресогенних) ситуацій: вступ у соціальний контакт (середній бал – 20,00), пошук соціальної підтримки (середній бал – 19,60).

Водночас доволі вираженими є дві протилежні стратегії: активна стратегія – асертивні дії (середній бал – 18,80) та пасивна стратегія – обережні дії (середній бал – 18,90).

Таблиця 1

Стратегії подолання скрутних (стресогенних) ситуацій досліджуваними підлітками, які не перебували та перебували в зоні збройного конфлікту

Стратегії поведінки в скрутних (стресогенних) ситуаціях	Перебування у зоні збройного конфлікту			
	ні		так	
	М	σ	М	σ
Асертивні дії	20,03	3,70	18,80	3,56
Вступ у соціальний контакт	21,44	4,32	20,00	4,73
Пошук соціальної підтримки	22,07	5,24	19,60	5,23
Обережні дії	20,18	3,89	18,90	4,18
Імпульсивні дії	17,91	3,62	17,26	3,01
Уникнення	18,78	3,70	17,18	3,86
Непрямі дії	19,06	4,40	17,23	3,81
Асоціальні дії	17,03	4,19	16,42	3,95
Агресивні дії	19,06	4,77	17,31	4,35

Менше виражені пряма стратегія – імпульсивні дії (середній бал – 17,26), пасивна стратегія – уникнення (середній бал – 17,18), непряма стратегія – маніпулятивні дії (середній бал – 17,23) та асоціальна стратегія – асоціальні дії (середній бал – 17,31).

Найменше виражена асоціальна стратегія – агресивні дії (середній бал – 16,42).

Підлітки, які не перебували в зоні збройного конфлікту, ще більше орієнтовані на використання просоціальної стратегії подолання скрутних (стресогенних) ситуацій: пошук соціальної підтримки (середній бал – 22,07), вступ у соціальний контакт (середній бал – 21,44).

Водночас доволі вираженими є такі стратегії: активна стратегія – асертивні дії (середній бал – 20,03), протилежна пасивна стратегія – обережні дії (середній бал – 20,18).

Менше виражені: непряма стратегія – маніпулятивні дії (середній бал – 19,06), асоціальна стратегія – агресивні дії (середній бал – 19,06) та пасивна стратегія – уникнення (середній бал – 18,78).

Найменше виражені пряма стратегія – імпульсивні дії (середній бал – 17,91) та асоціальна стратегія – асоціальні дії (середній бал – 17,31).

Таким чином, підлітки, які перебували в зоні збройного конфлікту, ще більше орієнтовані на використання просоціальної стратегії подолання скрутних (стресогенних) ситуацій: пошук соціальної підтримки, вступ у соціальний контакт, активної стратегії – асертивні дії та пасивної стратегії – обережні дії, ніж підлітки, які там не перебували, немає відмінностей у використанні імпульсивних дій, але, навпаки, менше схильні використовувати пасивну стратегію – уникнення, непряму стратегію – маніпулятивні дії та асоціальну стратегію – асоціальні та агресивні дії.

На основі аналізу стратегій поведінки розраховано індекс конструктивності стратегій підлітків, які перебували та не перебували в зоні збройного конфлікту, та розбито на рівні: низький, середній, високий конструктивності стратегій поведінки (табл. 2).

Таблиця 2

Розподіл досліджуваних підлітків, які не перебували та перебували в зоні збройного конфлікту, за рівнями індексу конструктивності стратегій поведінки

Рівні індексу конструктивності стратегій поведінки	Кількість досліджуваних, %	
	Перебування у зоні збройного конфлікту	
	ні	так
Низький	8,8	8,3
Середній	37,7	36,0
Високий	53,5	55,7

Як випливає з даних, зведених у табл. 2, лише трохи більше половини досліджуваних підлітків, які перебували (55,7%) та не перебували (53,5%), характеризуються високим рівнем конструктивності стратегій поведінки. Решті підлітків, які перебували (36,0%) та не перебували (37,7%), властивий середній рівень та низький у підлітків, які перебували (8,3%) та не перебували (8,8%), рівень конструктивності поведінки.

За результатами дисперсійного аналізу рівні індексу конструктивності стратегій поведінки підлітків, які перебували в зоні збройного конфлікту, та підлітків, які там не перебували, залежно від статі значно відрізняються (рис. 1). Підлітки-хлопці обирають більш конструктивні стратегії в умовах збройного конфлікту (2,5 проти 2,3), а підлітки-дівчата, навпаки (2,43 проти 2,49).

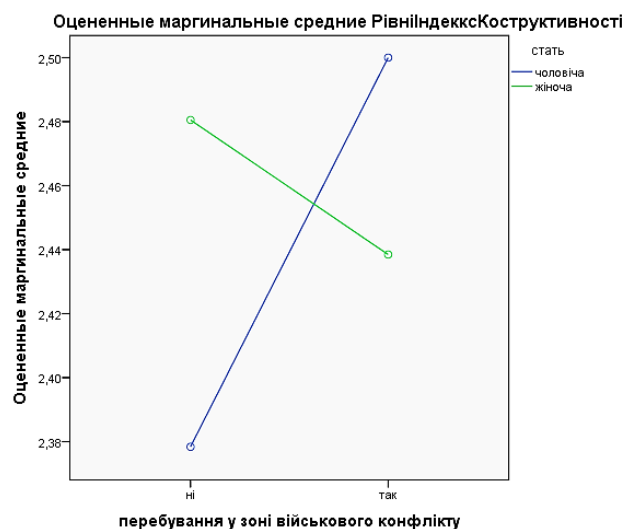


Рис. 1. Рівні індексу конструктивності стратегій поведінки підлітків залежно від перебування в зоні збройного конфлікту та статі

Детальний аналіз рівнів прояву стратегій поведінки в скрутних (стресогенних) ситуаціях підлітків, які перебували та не перебували в зоні збройного конфлікту, представлено у таблиці (3).

Таблиця 3
Розподіл досліджуваних підлітків, які не перебували та перебували в зоні збройного конфлікту, за рівнями прояву стратегій поведінки в скрутних (стресогенних) ситуаціях

Стратегії поведінки в скрутних (стресогенних) ситуаціях	Перебування у зоні збройного конфлікту					
	ні			так		
	Рівні прояву, кількість досліджуваних, %					
	Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий
Асертивні дії	4,3	29,3	66,4	4,8	44,7	50,5
Вступ у соціальний контакт	1,7	27,6	70,7	7,7	35,4	56,9
Пошук соціальної підтримки	6,0	21,6	72,4	9,3	34,4	56,3
Обережні дії	6,0	29,3	64,7	8,7	38,6	52,7
Імпульсивні дії	8,6	47,4	44,0	10,3	58,5	31,2
Уникнення	4,3	44,0	51,7	13,6	54,4	32,0
Непрямі дії	10,3	33,6	56,0	14,2	50,0	35,8
Асоціальні дії	16,4	50,0	33,6	21,6	46,5	31,9
Агресивні дії	10,3	37,9	51,7	15,5	49,5	35,0

Так, з табл. 3 випливає, що активна стратегія – асертивні дії – представлена в основному на високому рівні (50,5%) та середньому (44,7%) у підлітків, які перебували в зоні конфлікту, та відповідно 66,4% і 29,3% у підлітків, які не перебували.

Просоціальні стратегії поведінки в скрутних (стресогенних) ситуаціях обирають більшість досліджуваних. Так, високий рівень пошуку соціальної підтримки і вступу у соціальний контакт властивий 56,9% і 56,3% підлітків, які перебували, та 70,7% і 72,4%, які не перебували в зоні збройного конфлікту, та відповідно середній 35,4% і 34,4% підлітків, які перебували, та 27,6% і 21,6% підлітків, які не перебували відповідно.

Пасивні стратегії поведінки в скрутних (стресогенних) ситуаціях обережні дії та уникнення

на високому рівні обирають 52,7% і 32,0%, та середньому – 38,6% і 54,4% відповідно підлітків, які перебували в зоні конфлікту, та відповідно 64,7% і 51,7% та 29,3% і 44,0% підлітків, які не перебували.

Викликає тривогу факт щодо високого рівня непрямой стратегії подолання (маніпулятивних) дій (56,0%) та асоціальної стратегії – агресивні дії (51,7%) у підлітків, які не перебували, порівняно з 35,8% та 35,0% відповідно у підлітків, які перебували в зоні збройного конфлікту.

Висновки з проведеного дослідження. Таким чином, підлітки, які перебували в зоні збройного конфлікту, більше орієнтовані на використання просоціальної стратегії подолання скрутних (стресогенних) ситуацій: пошук соціальної підтримки, вступ у соціальний контакт, активної стратегії – асертивні дії та пасивної стратегії – обережні дії, ніж підлітки, які там не перебували, немає відмінностей у використанні імпульсивних дій, але, навпаки, менше схильні використовувати пасивну стратегію – уникнення, непрямую стратегію – маніпулятивні дії та асоціальну стратегію – асоціальні та агресивні дії. Але тільки близько 50% підлітків, які перебували в зоні конфлікту, використовують просоціальні стратегії проти 70% підлітків, які там не перебували. 30% підлітків, які перебувають у зоні збройного конфлікту, використовують асоціальні стратегії (агресивні дії) та непрямі дії (маніпулятивні). Пригнічує той факт, що ці стратегії використовують більше 50% підлітків, які не перебували.

Визначено значні відхилення за рівнем конструктивності між підлітками, які перебували або перебувають у зоні військових дій, та тих, які там не були. Наше дослідження показало, що рівень конструктивності залежить від статі підлітка. Цікаво, що підлітки-хлопці обирають більш конструктивні стратегії в умовах збройного конфлікту, а підлітки-дівчата навпаки. Цей фактор обов'язково необхідно враховувати під час розробки практичних інструментів для роботи з підлітками як однієї з найбільш уразливих категорій з метою підвищення конструктивності вибору стратегії подолання скрутних (стресогенних) ситуацій, їх стресостійкості та підвищення рівня благополуччя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Практикум по психології менеджмента и профессиональной деятельности : учебное пособие. / Под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. Санкт-Петербург : Речь, 2007. 448 с.
2. Hobfoll S.E., Lerman M. Personal relationships, personal attitudes, and stress resistance: mother's reactions to the child's illness. *American Journal of Community Psychology*. V. 16. 1989.