

### *Литература*

1. Орлов Р. А., Михайлова Д. А., Лазаренко Л. А. Теоретические аспекты депрессии у детей и подростков // На пересечении языков и культур. Актуальные вопросы гуманитарного знания: науч.-метод. журнал. 2020. № 3(18). С. 515–522.
2. Чубукина А. К., Лазаренко Л. А. Влияние пандемии COVID-19 на одиночество подростков // На пересечении языков и культур. Актуальные вопросы гуманитарного знания: науч.-метод. журнал. 2021. № 3(21). С. 329–334.
3. Щелкунов М. Д., Миронов В. В., Кирабаев Н. С., Гребенникова В. М., Никитина Н. И. Философия и проблемы современного образования: материалы обсуждения // Вопросы философии. 2018. № 6. С. 19–33.
4. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста: учеб. пособие для студ. гуманит. спец. / пер. с англ. В. Квиткевича, Ю. Мирончика; под науч. ред. Е. И. Николаевой. 12-е изд. СПб.: Питер, 2010. 816 с.

УДК 159.9

*Л. А. Лазаренко (Краснодар, Россия)  
Кубанский государственный университет*

### **Особенности совладающего поведения и жизнестойкости старшеклассников**

В статье отражены особенности понимания того, через что проходит старшеклассник, отмечается важность уровня жизнестойкости, формирования структуры личности путем развития высших психических функций в этом возрасте и интереса к выбору копинг-стратегий, обусловленных данными факторами. Подчеркивается значимость причастности старшеклассника, находящегося в обществе, к социальной сфере и его близости к значимым людям, целесообразность изучения подобных взаимосвязей в рассматриваемый возрастной период.

**Ключевые слова:** совладающее поведение, старшеклассник, жизнестойкость, копинг-стратегия

В современном мире стресс является неотъемлемой частью повседневной жизни, и если раньше бытовало мнение, что приспособление имеет место быть только в ситуации экстремальных жизненных условий и серьезных кризисов, то сегодня это не так. Это касается не только взрослых людей, но относится и к детям. При этом о старшем школьном возрасте можно говорить как о чувствительном периоде развития жизнестойкости и научения копинг-стратегиям.

На современных выпускников оказывают колоссальное давление общество, все громче скандирующее, что эти дети не такие, как предыдущие, что они ничего не умеют, ничем не интересуются, и вопрошающее: «На кого мы будущее мира оставим?»; школы, рассчитывающие образовательные програм-

мы не под клиповое мышление и увеличенную скорость восприятия с уменьшенным объемом памяти, несмотря на все приложенные усилия и упрощение программы, с неуклонно увеличивающейся сложностью экзаменов, которые ребятам предстоит сдавать; родители и родственники, ожидающие аттестатов с отличием и высоких баллов на ЕГЭ, потому что с другими сейчас не поступишь, слишком много желающих на ограниченное количество бюджетных мест, да к тому же все больше ребят вообще не хотят поступать в высшие образовательные учреждения, но не могут донести свои желания до официальных представителей, так как это непрестижно, однако необходимо отметить, что процент абитуриентов, поступающих куда-либо по желанию родителей, все же снизился; кроме того, давление на молодых людей оказывают их собственные стремления и выставленные планки, которые никто не отменял.

Современные ребята в большинстве своем знают, чего хотят, и заблаговременно подходят к решению проблемы и выстраиванию плана для достижения результата. Все это оказывает колоссальное влияние на современных старшеклассников, что, конечно, способствует развитию уровня жизнестойкости, но и ставит ребят в позицию длительного периода воздействия стрессогенных факторов.

Школа для большинства ребят имеет огромную важность. Статус «выпускника» как таковой служит ориентиром для всего ученического коллектива, что способствует возникновению определенного идеального образа в глазах старшеклассников. Этот идеал помимо отличной успеваемости должен обладать рядом личностных характеристик и навыков, таких как нестандартное мышление, инициативность, творческое мышление и конкурентоспособность. Вот именно последнее слово больше всего и пугает молодых людей, если их волнует собственное будущее.

По мнению аналитиков, подобная ситуация обусловлена процессами глобализации и интеграции, или, другими словами, «информационной революции», развернувшейся на рубеже двадцатого и двадцать первого столетий. Фундаментальные изменения в жизни человека, произошедшие вследствие применения инновационных технологий, привели к повышенному спросу на высшее образование, а благоприятный период жизни после перестройки привел к закономерному повышению рождаемости и увеличению числа абитуриентов, претендующих сейчас на прежнее количество бюджетных мест.

Да, образование и воспитание имеют большое значение в жизни ребенка, но темп жизнедеятельности современного школьника, а тем более выпускника, экстремален. Каждый ученик находится под влиянием стрессогенных факторов из-за колоссальных требований. Школьникам необходимо успевать следить за непрерывным информационным потоком и изменением межличностных взаимоотношений в коллективе, находясь под контролем усвоения учебной программы, – и это только то, что находится перед глазами независимого наблюда-

теля. На самом деле все происходящее школьник должен еще и проанализировать, обработать полученную информацию и сделать по ней собственное умозаключение, соотнести с мировоззрением и приемлемыми нравственными и моральными нормами. В связи с изложенным становится понятно, что в профильных школах и классах процесс облегчается тем, что ребят туда отобрали в соответствии с личностными характеристиками, степенью заинтересованности и способностью к обучению в период усвоения усложненной образовательной программы. Это приводит к выводу о более высоких ставках на происходящее, что во многом обусловлено степенью сложности и воздействием стресса.

Разнообразные интеллектуальные, физические и нравственные нагрузки зачастую неблагоприятно сказываются на старшекласниках и их здоровье. Не стоит также забывать, что, несмотря на показную взрослость, это все еще дети, и они переживают этап перехода на новый социальный уровень крайне остро и эмоционально. Ребятам, вне зависимости от напускной уверенности, страшно и тревожно, что может негативно отразиться на уровне их жизнестойкости и способствовать дезадаптации.

Младший юношеский возраст, как и старший подростковый, выступает в качестве периода становления и закрепления эмоциональной сферы личности. Это подтверждает, что именно данный период является сенситивным в процессе оптимизации выбора копинг-совладающего поведения либо приобретения «социальной беспомощности» и ухудшения психического и физического здоровья.

Желание современных родителей дать детям лучшее образование приводит ребят к неподъемному количеству дополнительных занятий и страху совершения ошибок. Как ни парадоксально, но родителям это только на руку. Такие ребята безынициативны, беспомощны, зависимы и послушны. Близкое нахождение детей и их зависимость от родителей снижают уровень тревожности последних и заставляют юношей быстро привыкнуть к тому, что за них все решат, а в дальнейшем у них формируется установка поведения виктима, что отнюдь не способствует развитию жизнестойкости [1]. Подобное положение весьма удобно как для родителей, которые лишней раз могут почувствовать, что их взрослый ребенок в них нуждается, так и для новоиспеченной «жертвы», однако такая ситуация способствует развитию только неконструктивных стратегий.

Для этого возрастного периода характерно эмоциональное реагирование буквально на все, формируются новые ценности, черты личности, в том числе и жизнестойкость. Однако вряд ли можно назвать жизнестойкими молодых людей, если они готовы прятаться за спинами мам и пап, а те с удовольствием все решат за них. В рассматриваемом возрасте закрепляются модели поведения, совладающего со стрессом. И очень хорошо, если ребенок и значимый взрослый разрешают проблемы, взаимодействуя; также не помешает, если юноша способен к самоанализу и не гнушается рефлексией, – все это помогает ему сохранить свою целостность и стимулирует стремление к самосовершенствованию.

Данные факторы помогают справиться с чувством беспомощности и проявлениями агрессии, которые нередко встречаются в этот период от безысходности.

Со временем эта взаимосвязь агрессии и жизнестойкости ослабевает, и снять эмоциональную напряженность лучше поможет чувство уверенности. Это автоматически воздействует на жизнестойкость, а ее формирование обязательно коррелирует с ценностными установками, наиболее значимыми в этом возрасте, такими как смелость в отстаивании собственных взглядов, эрудированность, твердость воли как в собственных глазах и достижении поставленных результатов, так и в глазах близкого окружения. Именно факт недостаточной развитости саморегуляции и самодостаточности обуславливает неустойчивость ценностных ориентиров младших юношей, так как при устранении одного из них теряется прочность структуры мировоззрения. Это корректируется в процессе становления самомнения и научением регуляции собственного эмоционального реагирования, гибкости мышления, намеренной корректировкой уровня значимости, а особенно – эмоциональной и социальной поддержкой значимых людей. Таким образом, несмотря на все преграды, рассматриваемый возраст является наиболее благоприятным периодом для личностного развития.

При условии, если все вышеперечисленное протекает благополучно, человек учится воспринимать преграды и трудности как ступеньки на пути своего развития, как шансы на улучшение себя и своих жизненных условий. В это время интеллектуальные и творческие способности тоже не стоят на месте и за счет собственного развития повышают уровень значимости и жизнестойкости, развитие которых благоприятно влияет на еще большее самосовершенствование, сохранение здоровья, развитие способности к эффективной адаптации как таковой и дальнейшей реализации себя.

В противном случае все это вытечет в аддиктивное поведение, непереносимость трудностей и наличие установки немедленного удовлетворения всех своих потребностей при неуверенности в себе, скрытом комплексе неполноценности, частой смене настроения и попытках избежать столкновения с реальностью.

Так или иначе, сложность позиции ребенка, обучающегося в старших классах, не принижается, а наоборот, вызывает повышенный интерес у исследователей с точки зрения путей повышения уровня жизнестойкости в ситуации совладания с проблемой. Ребята, подтверждая теорию Лазаруса и Фолкмана, либо стремятся дистанцироваться от происходящего, ищут поддержки или вступают в конфронтацию, пытаются дистанцироваться или вовсе избежать фактора стресса, либо наоборот, принимают на себя ответственность за происходящее, а в конечном итоге все же планируют, как решить проблему, или проводят положительную переоценку происходящего. Все это зависит от привычных для молодых людей механизмов реагирования и привитой им модели по-

ведения, вне зависимости от их результативности. Главное в данной ситуации – оптимизация способности пережить происходящее [2].

Широкомасштабное вторжение стрессовых ситуаций в жизнь каждого человека не вызывает трудностей в изучении данных явлений и поиске респондентов по совпадению смежных факторов (например, возрастной кризис). Не стоит также забывать, что все возрастные изменения несут за собой четкую природосообразную позицию разделения по половому признаку, а не идентичности, в соответствии с генетически запрограммированной последовательностью обретения того или иного навыка в определенном возрасте.

Примеры данного положения дел, а также предпочтения стратегий совладающего поведения у мальчиков и девочек представлены в работах И. М. Никольской и Р. М. Грановской [3]. Установлено, что мальчики используют стратегию физического агрессивного поведения в два раза чаще, а словесного – в полтора раза чаще девочек. Это помогает им прийти к эмоциональной разрядке, на их взгляд, максимально эффективно. Кроме того, мальчикам проще выбрать сон в качестве средства восполнения энергии, тогда как девочки более эмоциональны, им требуется поплакать, пожаловаться, прибегнуть к помощи посторонних и поделиться переживаниями.

Существенное влияние на поведение людей могут оказывать социокультурные различия. К ним относятся не только общекультурные отличия, но и модели поведения в деловых взаимоотношениях, дружеских, культурных, детско-родительских и в целом межличностных контактах. Все, что видел ребенок, воспринимается им как норма; неудовлетворение базовых потребностей в детстве хотя и вызывает протест, но во взрослом возрасте может привести к повторению паттерна. Образец поведения мог быть неверным, но это субъективная оценка, а если нет материала для сравнения, то существует вероятность инакомыслия.

На формирование структуры защитных механизмов, способов совладания и время их возникновения оказывают неизгладимое воздействие сверхзабота, не допускающая автономии ребенка, или, наоборот, холодность и отстраненность родителя, эмоциональные барьеры в отношениях и властность, регулирующая каждый шаг и не позволяющая самостоятельно мыслить. Не следует забывать и о сигнальной наследственности, способствующей перенятию способов совладания. Т. Л. Крюкова в своих работах приходит к выводу о том, что данная передача опыта в одних случаях спланирована, в других происходит спонтанно, путем банального подражания и моделирования ситуаций еще в раннем детстве.

Подобные исследования проводила Т. В. Гущина. Ею были выявлены особенности девиантных проблем, проявляющихся у детей в результате копипинг-поведения их матерей. Подобное явление не может остаться незамеченным в бытовой жизни и, как правило, заставляет задуматься обе стороны наследования, но зачастую не приводит к действиям. Такая мать эмоционально

«застревает» в ситуации стресса, а ребенок просто не знает, как действовать дальше, и оба остаются в состоянии деструктивности и неэффективности.

Аналогичная картина наблюдается и в благополучных семьях, только образец поведения, направленный на проблемно-ориентированный локус контроля у родителей, заставляет поступать подобным образом и детей. Ярко выраженное сходство характеристик при планировании решения проблемы, принятии ответственности на себя и контроле сочетается с подростковым желанием оставаться в группе друзей, родных, чувствовать себя принадлежащим к группе. Правда, доподлинно не известно, имеют ли отношение к положительным результатам разрешения проблем близкие идентификационные отношения подростков с родителями и их поддержка. Более подробно с представленными данными можно ознакомиться в работах Н. О. Белоруковой.

Стратегии совладающего поведения вырабатываются у юношей и девушек исключительно в результате получения жизненного опыта. И очень важно, чтобы на первый план вышла потребность в рациональном разрешении проблем.

Исследования показывают, что лица, обладающие успешным опытом копинга и предпочитающие конструктивные примеры, имеют в своем арсенале более разнообразный и, что особенно важно, «здоровый» опыт реагирования на различные жизненные ситуации. Это выражается в их большей уверенности в себе, низком уровне агрессии и отказе от асоциального поведения, в высоких показателях стремления к социальным контактам. Такие люди даже тяжелую жизненную ситуацию способны рассматривать как интересный опыт, полезный в жизни и работе. Такие исследования проводила в 1998 году Н. Е. Водопьянова.

Оценку эффективности совладающего поведения следует проводить уже после того, как она теряет уровень значимости в мировоззрении индивида и утихает эмоциональная реакция на произошедшее, то есть когда сложная ситуация разрешилась и человек способен на продолжение бытия как такового. Более того, одним из критериев эффективности копинг-поведения является уровень благополучия человека после его завершения – стабильное эмоциональное состояние и здоровье в целом. Эффективным копинг считается тогда, когда у человека ослабляется чувство уязвимости, уменьшается раздражительность и симптоматика депрессивного состояния.

Общепризнанно, что человек легче справляется с трудностями при наличии богатого жизненного опыта, развитого социального интеллекта, гибкости мышления, оптимизма и активной жизненной позиции. А так как не у всех старшеклассников имеется подобный «набор», им требуется помощь взрослых, что представляет собой антиципаторный копинг. Успех копинга, который является сложной структурой, зависит в том числе и от усилий, приложенных во время его применения, и от храбрости для его осуществления, уменьшения проявления и ощущения тревожности; он предотвращает истощение и дистресс,

а также способствует восстановлению активности на прежнем или близком к нему уровне.

Таким образом, для понимания того, через что проходит старшеклассник, для оценки важности уровня жизнестойкости, формирования структуры личности путем развития высших психических функций в этом возрасте и интереса к выборам копинг-стратегий, связанных с этими факторами, а также причастности старшеклассника, находящегося в обществе, к социальной сфере и его близости к значимым людям, целесообразно изучать подобные взаимосвязи в рассматриваемый возрастной период. Старшеклассники уже больше полагаются на свои интеллектуальные и моральные качества, несмотря на эмоциональную привязанность и физически близкое расположение к родителям, в отличие от студентов, уже закончивших школу и зачастую переехавших от родителей. Учащиеся старших классов нуждаются в доверительных отношениях с близкими взрослыми во время приближающихся экзаменов, но это также вызывает и затруднения, так как большинство копинг-стратегий применяется к учебной успеваемости и как фактора стресса, и как составляющая интеллектуальной грани личности.

### *Литература*

1. Чубукина А. К., Лазаренко Л. А. Влияние пандемии COVID-19 на одиночество подростков // На пересечении языков и культур. Актуальные вопросы гуманитарного знания: науч.-метод. журнал. 2021. № 3(21). С. 329–334.
2. Орлов Р. А., Михайлова Д. А., Лазаренко Л. А. Теоретические аспекты депрессии у детей и подростков // На пересечении языков и культур. Актуальные вопросы гуманитарного знания: науч.-метод. журнал. 2020. № 3(18). С. 515–522.
3. Дурасова Е. А., Лазаренко Л. А. Дисформофобия и факторы ее возникновения // На пересечении языков и культур. Актуальные вопросы гуманитарного знания: науч.-метод. журнал. 2021. № 1(19). С. 306–313.

УДК 159.9

*Л. А. Лазаренко (Краснодар, Россия)  
Кубанский государственный университет*

### **Ошибка «идеального» воспитания идеальных родителей**

В статье рассмотрены проблемы семейного воспитания, раскрыто понятие идеального воспитания и представлены его последствия, а также предложены пути решения этой проблемы.

**Ключевые слова:** семья, ребёнок, идеальная система воспитания, ошибки воспитания, пути решения проблемы идеального воспитания