(cc) BY

Траулько Иляна Игоревна

аспирант

Научный руководитель

Благинин Андрей Александрович

д-р психол. наук, д-р мед. наук, профессор

ГАОУ ВО ЛО «Ленинградский государственный

университет им. А.С. Пушкина»

г. Пушкин

СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ КАК РЕСУРС ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С ХРОНИЧЕСКИМИ СОМАТИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Аннотация: *рассматривается значение отдельных копинг-стратегий для психологической адаптации подростков с хроническими соматическими заболеваниями. Сопоставлены результаты отечественных исследований клинических групп, данные о связи способов совладания с качеством жизни и эмоциональным состоянием и исследования школьной вовлеченности. Установлено, что положительные связи чаще обнаруживаются для планирования решения проблемы и некоторых других конструктивных стратегий, тогда как избегание чаще сопровождается психологическим неблагополучием. Показано, что характер этих зависимостей различается между клиническими группами и зависит от критериев адаптации. Обоснована необходимость индивидуальной интерпретации копинг-стратегий при организации психолого-педагогического сопровождения.*

Ключевые слова: *совладающее поведение, копинг-стратегии, подростковый возраст, хронические соматические заболевания, психологическая адаптация, образовательная среда.*

Введение.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Подростки с хроническими соматическими заболеваниями могут испытывать сходные трудности, связанные с лечением, ограничениями активности и пропусками занятий, но справляться с ними по-разному. Сохранение учебной активности не всегда сопровождается эмоциональным благополучием, а выраженность психологических трудностей не определяется одним лишь диагнозом. Для понимания этих различий важно выяснить, какие способы преодоления стресса использует подросток и как они связаны с его состоянием и повседневной жизнью. Совладающее поведение позволяет рассматривать не только наличие затруднений, но и действия, с помощью которых подросток пытается их преодолеть.

В исследованиях выделяют планирование решения проблемы, активное совладание, поиск социальной поддержки, положительную переоценку, самоконтроль и различные способы избегания. Само предпочтение стратегии еще не свидетельствует об успешности адаптации. Цель статьи – определить психологическое значение отдельных копинг-стратегий для адаптации подростков с хроническими соматическими заболеваниями в образовательной среде.

Различия в совладающем поведении подростков с заболеваниями.

В отечественной психологии совладание рассматривается как процесс, зависящий от оценки ситуации и доступных человеку возможностей. Т. Л. Крюкова раскрывает возрастные особенности совладающего поведения [2], а Е. И. Рассказова, Т. О. Гордеева и Е. Н. Осин показывают возможности анализа отдельных стратегий с помощью русскоязычной версии опросника COPE [5].

М. А. Одинцова и М. Г. Сорокова исследовали 244 подростка 13–18 лет, сравнив здоровых сверстников и группы с ДЦП, онкологическими и ревматическими заболеваниями. Значимых различий по активному совладанию, планированию, поиску эмоциональной поддержки, принятию и позитивному переформулированию обнаружено не было. Вместе с тем среди подростков с приобретенной инвалидностью чаще встречался эмоционально-ориентированный стиль, а среди подростков с ДЦП дисфункциональный [4]. Следовательно, диагноз нельзя

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

рассматривать как достаточное основание для определения психологического профиля подростка.

Исследования других клинических групп подтверждают необходимость учитывать условия заболевания. И. А. Горьковая и А. В. Микляева при обследовании 67 подростков с двигательными нарушениями установили, что при тяжелых нарушениях жизнестойкость связана прежде всего с поддержанием эмоционального благополучия, а при умеренных также с отказом от неадаптивных поведенческих стратегий [1]. А. Е. Хаин, А. Б. Холмогорова и В. А. Абабков сравнили 58 подростков, проходивших различные виды лечения онкогематологических заболеваний. При трансплантации гемопоэтических стволовых клеток наблюдались более высокий дистресс, менее широкий репертуар продуктивных стратегий и более частое использование эмоциональной разрядки [6]. Оценивать копинг без учета условий лечения было бы необоснованно.

Связь конкретных стратегий с психологической адаптацией.

Особенно показательны данные О. С. Шалиной и соавторов, обследовавших 64 подростка с воспалительными заболеваниями кишечника, синдромом раздраженного кишечника и сахарным диабетом 1 типа. Положительные связи с показателями качества жизни обнаружены для планомерного решения проблем, обращения за поддержкой, позитивной переоценки, самоконтроля и противостояния. Самообвинение, дистанцирование, уход и фантазирование были связаны с менее благоприятными показателями; планомерное решение проблем имело значение во всех трех группах [7]. Качество жизни при этом не тождественно школьной адаптации.

В той же работе обнаружены различия между диагностическими группами. Подростки с синдромом раздраженного кишечника чаще использовали отдельные конструктивные и деструктивные стратегии одновременно, а связи копинга с качеством жизни в этой группе были сравнительно слабыми. У подростков с диабетом репертуар оказался более разнообразным [7]. Результаты дополняют выводы Одинцовой и Сороковой о неодинаковой структуре совладания при разных состояниях [4]. Значит, даже стратегии, часто связанные с благоприятными

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

показателями, нельзя считать универсальным признаком успешной адаптации каждого подростка.

Крупные зарубежные обзоры уточняют эти тенденции. Б. Компас и соавторы в исследовании совладания с хроническими заболеваниями выявили более последовательные благоприятные связи для принятия и когнитивной переоценки, тогда как результаты стратегий первичного контроля были неоднозначными, а избегание чаще сопровождалось трудностями адаптации [8]. В метаанализе 212 исследований стратегии первичного и вторичного контроля были связаны с меньшей выраженностью психологических симптомов, а избегание и отрицание с большей [9]. Различия в выборках, классификациях стратегий и показателях результата объясняют, почему общие тенденции нельзя превращать в неизменную иерархию адаптивных копингов.

При сопоставлении результатов исследований необходимо учитывать различия в показателях, по которым авторы оценивали психологическую адаптацию подростков. О. С. Шалина и соавторы изучали взаимосвязи копинг-стратегий с качеством жизни, И. А. Горьковая и А. В. Микляева рассматривали их в контексте жизнестойкости, а А. Е. Хаин и соавторы исследовали особенности совладания в связи с эмоциональным состоянием и выраженностью дистресса. Эти показатели характеризуют разные стороны психологического функционирования и не могут рассматриваться как взаимозаменяемые. Так, способность подростка справляться с повседневными трудностями не исключает выраженного эмоционального напряжения, а снижение тревожности само по себе еще не свидетельствует об успешной адаптации в учебной и социальной сферах. В связи с этим при оценке адаптивности отдельных копинг-стратегий важно учитывать, с какими именно психологическими характеристиками установлены их взаимосвязи и насколько полученные результаты применимы к условиям школьной жизни.

Роль копинг-стратегий в школьной адаптации подростков с хроническими заболеваниями.

Непосредственную связь копинга со школьным функционированием изучили М. А. Одинцова и Н. П. Радчикова на выборке 1718 российских подростков

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

12–18 лет. Когнитивно-поведенческое совладание, включавшее в том числе планирование, активные действия и поиск поддержки, положительно коррелировало с различными сторонами школьной вовлеченности (r от 0,32 до 0,37). Для избегающего совладания выявлены отрицательные связи (r от -0,27 до -0,29) [3]. Исследование проведено на общей подростковой выборке, поэтому эти коэффициенты нельзя непосредственно переносить на подростков с хроническими заболеваниями, однако результаты дают основание рассматривать стратегии совладания в связи с учебной и социальной включенностью, а не только с эмоциональными симптомами.

Сопоставление приведенных исследований позволяет уточнить практическое значение психологической диагностики. Высокие показатели планирования могут указывать на готовность подростка организовывать действия, но требуют оценки реальной нагрузки и эмоционального состояния. При выраженном поиске поддержки важно выяснять, в каких трудностях подросток нуждается в помощи и доступна ли она. Высокие показатели избегания приобретают значение в связи с конкретными нерешенными задачами и последствиями ухода от них. Для обоснованного решения необходимо сопоставлять стратегии с характером заболевания, эмоциональным благополучием и показателями школьной адаптации.

Заключение.

Анализ научных публикаций показывает, что у подростков с хроническими соматическими заболеваниями проявляются общие закономерности совладающего поведения, но использование конкретных стратегий и их психологическое значение могут различаться. Планирование решения проблемы и ряд других конструктивных стратегий чаще связаны с благоприятными показателями, избегание чаще сопровождается психологическим неблагополучием. Одновременно различия между клиническими группами и отсутствие единых критериев адаптации не позволяют составить универсальный перечень полезных и неблагоприятных стратегий, применимый к каждому подростку. Практическая значимость работы заключается в возможности учитывать результаты диагностики копинга при организации психолого-педагогического сопровождения в образовательной среде.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Сведения о предпочтительных стратегиях помогают уточнять ресурсы и возможные зоны уязвимости, но должны интерпретироваться совместно с эмоциональным состоянием, особенностями заболевания и условиями школьной жизни.

Список литературы

1. Горьковая, И. А. Жизнестойкость и копинг-стратегии подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата / И. А. Горьковая, А. В. Микляева // Клиническая и специальная психология. – 2019. – Т. 8, № 1. – С. 90–102.

2. Крюкова, Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни / Т. Л. Крюкова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. – 295 с.

3. Одинцова, М. А. COPE-30A: краткая версия методики изучения копинг-стратегий для подростков 12–18 лет / М. А. Одинцова, Н. П. Радчикова // Психолого-педагогические исследования. – 2024. – Т. 16, № 3. – С. 3–18.

4. Одинцова, М. А. Копинг-стратегии и копинг-стили подростков при врожденной и приобретенной инвалидности (на примере ДЦП, онкологии, ревматических заболеваний) / М. А. Одинцова, М. Г. Сорокова // Клиническая и специальная психология. – 2021. – Т. 10, № 2. – С. 95–123.

5. Рассказова, Е. И. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE / Е. И. Рассказова, Т. О. Гордеева, Е. Н. Осин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10, № 1. – С. 82–118.

6. Хаин, А. Е. Эмоциональное состояние и стратегии совладания подростков с онкогематологическими заболеваниями / А. Е. Хаин, А. Б. Холмогорова, В. А. Абабков // Клиническая и специальная психология. – 2018. – Т. 7, № 4. – С. 131–149.

7. Совладающее поведение как фактор формирования качества жизни у подростков с тяжелыми соматическими заболеваниями / О. С. Шалина, А. В. Котельникова, О. О. Янушевич [и др.] // Новые психологические исследования. – 2026. – № 3. – С. 135–155.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

8. Coping with chronic illness in childhood and adolescence / B. E. Compas, S. S. Jaser, M. J. Dunn, E. M. Rodriguez // Annual Review of Clinical Psychology. – 2012. – Vol. 8. – P. 455–480.

9. Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review / B. E. Compas, S. S. Jaser, A. H. Bettis [et al.] // Psychological Bulletin. – 2017. – Vol. 143, No. 9. – P. 939–991.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)