

Зарегистрирован Министерством Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания
и средств массовых коммуникаций – Свидетельство ПИ № 77-12789 от 31 мая 2002 г.
Международным Центром ISSN (Париж) от 4 января 2003 г., печатный вариант – ISSN 1726-7080

СОДЕРЖАНИЕ

ОБРАЩЕНИЕ К ЧИТАТЕЛЯМ 6

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

<i>Гольдшмидт Е.С.</i> ФИЗИЧЕСКИЕ МЕТАФОРЫ В ПСИХОЛОГИИ	7
<i>Будич Н.Ю., Канаева Т.В.</i> ВЗАИМОСВЯЗЬ САМОСОЗНАНИЯ И САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ	14
<i>Иванов М.С., Яницкий М.С.</i> МОДЕЛЬ НАПРЯЖЕННЫХ САМОРЕАЛИЗАЦИИ И ЕЕ ЭМПИРИЧЕСКАЯ ВАЛИДИЗАЦИЯ	20
<i>Серый А.В., Карась Д.В.</i> УРОВЕНЬ НАПРЯЖЕННОСТИ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ ЛИЧНОСТИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТИПА АКТУАЛЬНОГО СМЫСЛОВОГО СОСТОЯНИЯ	29
<i>Морозова И.С., Маханькова Н.А.</i> ПРОЯВЛЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ В ПАРАМЕТРАХ РЕЧЕВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	35
<i>Овсянникова В.В.</i> КОГНИТИВНЫЕ СТРАТЕГИИ РАСПОЗНАВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ	40
<i>Преображенская А.О.</i> ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОЗИЦИИ СУБЪЕКТА ЖИЗНЕННОГО ПУТИ И СТРУКТУРЫ АВТОБИОГРАФИЧЕСКОГО НАРРАТИВА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ	47
<i>Драшеников С.А.</i> УРОВНЕВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СТРАТЕГИЙ ПРИНЯТИЯ РЕШЕНИЙ	55
<i>Лукьянов О.В.</i> ПРИНЦИП ТРАНСТЕМПОРАЛЬНОСТИ В РЕШЕНИИ ВОПРОСА УСПЕШНОСТИ И АКТУАЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ	59

ГЕНЕТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ (ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ)

<i>Аргентова Т.Е., Тополова Е.В.</i> ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ СТАРШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА	67
<i>Горбунова Г.П., Козлова Н.А.</i> ФОРМИРОВАНИЕ НРАВСТВЕННЫХ ЧУВСТВ КАК УСЛОВИЕ И ФАКТОР РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА	73
<i>Богомаз С.А., Непомнящая В.А.</i> К ПРОБЛЕМЕ ПОИСКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСНОВАНИЙ РАЗВИТИЯ ИННОВАТИВНОЙ КОМПОНЕНТЫ ЛИЧНОСТИ В ЮНОСТИ И МОЛОДОСТИ	78

ПСИХОЛОГИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

<i>Андреева О.С.</i> МИКРОСОЦИАЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И МЕХАНИЗМЫ ИХ ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМОСОЗНАНИЕ СТУДЕНТОВ	83
<i>Морозова И.С., Бугакова Е.О.</i> ДИНАМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ МЫСЛИТЕЛЬНОЙ ОПЕРАЦИИ ОБОБЩЕНИЯ ПРИ ПЕРЕХОДЕ ДЕТЕЙ ИЗ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ В СРЕДНЕЕ ЗВЕНО	86
<i>Теплинских М.В.</i> КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УСПЕШНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ	92
<i>Картавцева А.П.</i> РЕАЛИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ УНИВЕРСИТЕТСКОГО КОМПЛЕКСА	98
<i>Крецап З.В.</i> ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ВУЗЕ: ЭРГОНОМИЧЕСКИЙ АСПЕКТ	103
<i>Кривоцова Е.В., Мартынова Т.Н.</i> ПРОБЛЕМА ТОЛЕРАНТНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ЦЕННОСТНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА	108
<i>Мартынова Т.Н., Морозова Н.И.</i> ТИПЫ ЖИЗНЕННОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ВУЗЕ	114
<i>Субботина Л.Г.</i> МОДЕЛЬ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СУБЪЕКТОВ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ УЧАЩИХСЯ	120

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

<i>Авилов Г.М., Терпугова О.В.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РОЛЕВЫХ ИГР В ПОДГОТОВКЕ ВЕДУЩИХ ТРЕНИНГОВЫХ ГРУПП ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИЙ	126
--	-----

<i>Аргентова Л.В., Лидовская Н.Н.</i> СРАВНИТЕЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМ ВО ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ СУПРУГОВ С ЗАРЕГИСТРИРОВАННЫМИ И НЕЗАРЕГИСТРИРОВАННЫМИ БРАЧНЫМИ ОТНОШЕНИЯМИ	132
<i>Браун О.А.</i> ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ КОММУНИКАТИВНЫХ СВОЙСТВ СТАРШЕКЛАССНИКОВ И ОСОБЕННОСТЕЙ СОВРЕМЕННОЙ ГОРОДСКОЙ КУЛЬТУРЫ	137
<i>Горбатова М.М., Ляхова М.А.</i> ИЗУЧЕНИЕ ЖИЗНЕННЫХ СТРАТЕГИЙ ГОССЛУЖАЩИХ КАК ОСОБОЙ СТРАТИФИКАЦИОННОЙ ГРУППЫ	142
<i>Кригер Г.Н.</i> ФАКТОРНАЯ СТРУКТУРА ЭТНИЧЕСКОГО САМОСОЗНАНИЯ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ ТЕЛЕУТСКОГО, РУССКОГО И ТАТАРСКОГО ЭТНОСОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ НА ОДНОЙ ТЕРРИТОРИИ	148
<i>Яницкий М.С.</i> ПРИЕМЫ И МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ПОТЕНЦИАЛЬНЫХ УЧАСТНИКОВ ФИНАНСОВЫХ ПИРАМИД	151
<i>Сопун С.М., Лидерс А.Г.</i> ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ СУПРУЖЕСКОЙ ПАРЫ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БРАКОМ	156
<i>Красноярцева О.М., Ходжабагилиц Т.Г.</i> ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК МЕНТАЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА ИММИГРАНТОВ	163
<i>Бохан Т.Г., Галажинский Э.В.</i> ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫЕ ПАРАМЕТРЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖИ КОРЕННЫХ НАРОДОВ СИБИРИ	172
<i>Бохан Т.Г.</i> СИСТЕМНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ В ВОЗРАСТНОМ И ЭТНОПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНТЕКСТАХ	180
<i>Носова Е.С.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ДОБРОВОЛЬЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	186

КЛИНИЧЕСКАЯ (МЕДИЦИНСКАЯ) ПСИХОЛОГИЯ

<i>Григорьева Е.В.</i> ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С МИНИМАЛЬНЫМИ МОЗГОВЫМИ ДИСФУНКЦИЯМИ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	191
<i>Полетаева А.В.</i> СМЫСЛОВЫЕ КОМПОНЕНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕХАНИЗМОВ ПЕРЕЖИВАНИЯ ТРАВМАТИЧЕСКОГО СОБЫТИЯ	197
<i>Симкин М.Ф.</i> ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ УЧАЩИХСЯ В КОЛЛЕКТИВЕ	204
<i>Иванова М.Г., Портнова А.Г.</i> СООТНОШЕНИЕ ПОНЯТИЙ «ЗДОРОВЬЕ» И «ЗРЕЛОСТЬ» В ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ	210
<i>Добрянская Р.Г., Евтушенко И.Д., Кузьмина Ю.В.</i> ОСОБЕННОСТИ ТЕЧЕНИЯ БЕРЕМЕННОСТИ, РОДОВ И ПОСЛЕРОДОВОГО ПЕРИОДА У БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН, ОТЛИЧАЮЩИХСЯ СТРАТЕГИЯМИ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ	215
<i>Спроганов А.Е.</i> ДЕЙСТВЕННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ КАК НОВЫЙ МЕТОД ИНТЕРДИСЦИПЛИНАРНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ	219
<i>Камоза Т.Л., Кротова И.В., Донченко Н.А.</i> К ПРОБЛЕМЕ МНОГОФАКТОРНОЙ ДЕТЕРМИНАЦИИ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ЕГО ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	222

ИНФОРМАЦИЯ

Из диссертационных советов	224
Информационное письмо	225
Наши авторы	227
Правила оформления материалов для публикации в «Сибирском психологическом журнале»	230

CONTENTS

ADDRESS TO READERS	6
--------------------------	---

GENERAL PSYCHOLOGY AND PSYCHOLOGY OF THE PERSON

<i>Goldshmidt E.S.</i> PHYSICAL METAPHORS IN PSYCHOLOGY	7
<i>Budich N.Y., Kanaeva T.V.</i> THE INTERCORRELATION OF SELF-AWARENESS AND SELF-DETERMINATION OF PERSONALITY	14
<i>Ivanov M.S., Yanitsky M.S.</i> MODEL OF SELF-REALIZATION'S EFFORTS AND ITS EMPIRIC VALIDATION	20
<i>Seriy A.V., Karas D.V.</i> THE TENSION DEGREE OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS IN DEPEND ON ACTUAL MEANING STATE TYPE	29
<i>Morozova I.S., Machankova N.A.</i> THE DISPLAY OF CHARACTERISTICS OF THE ACTIVITY OF A PERSONALITY IN THE PARAMETERS OF A SPEECH ACTIVITY	35
<i>Ovsyannikova V.V.</i> COGNITIVE STRATEGIES OF EMOTION RECOGNITION	40
<i>Preobrajenskaya A.O.</i> THE INTERCONNECTION OF THE SUBJECT'S ATTITUDE AND THE NARRATIVE DURING THE PSYCHOLOGICAL COUNSELING	47
<i>Dranishnikov S.A.</i> LEVEL CHARACTERISTICS OF MAKING DECISIONS STRATEGY	55
<i>Lukyanov O.V.</i> PRINCIPLE OF TRANSTEMPORALITY IN ACTUAL PSYCHOLOGICAL PRACTICE	59

GENETIC PSYCHOLOGY (PSYCHOLOGY OF DEVELOPMENT)

<i>Argentova T.E., Topolova E.V.</i> THE PECULIARITIES OF COPING BEHAVIOR OF TEENAGERS BROUGHT UP IN BROADING-SCHOOL	67
<i>Gorbunova G.P., Kozlovskaya N.A.</i> SHAPING MORAL FEELING AS CONDITION AND FACTOR OF THE DEVELOPMENT TO MENTALLY SOUND PERSONALITY OF THE YOUNGER SCHOOLBOY	73
<i>Bogomaz S.A., Nepomnashaja B.A.</i> TO A PROBLEM OF SEARCH OF THE PSYCHOLOGICAL BASIS OF DEVELOPMENT OF THE INNOVATIONAL COMPONENT OF THE PERSON IN YOUTH AND ADOLESCENCE	78

PSYCHOLOGY OF EDUCATION

<i>Andreeva O.S.</i> MICROSOCIAL TECHNIQUES AND MECHANISMS OF THEIR INFLUENCE ON STUDENTS' PROFESSIONAL MENTALITY	83
<i>Morozova I.S., Bugakova E.O.</i> DYNAMIC ASPECTS OF DEVELOPMENT OF COGITATIVE OPERATION OF GENERALIZATION AT TRANSITION OF CHILDREN FROM AN ELEMENTARY SCHOOL IN AN AVERAGE PART OF TRAINING	86
<i>Teplinskih M.V.</i> CRITERIONS FOR SUCCESSFUL PROFESSIONAL ACTIVITY OF SPECIALISTS IN SOCIAL FIELD	92
<i>Kartavtseva A.P.</i> THE REALIZATION OF EDUCATIONAL NEEDS OF PERSONALITY IN UNIVERSITY COMPLEX	98
<i>Kretsan Z.V.</i> EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS AT AN INSTITUTE OF HIGHER EDUCATION: ERGONOMIC ASPECT	103
<i>Krivtsova E.V., Martinova T.N.</i> TOLERANCE PROBLEM IN A CONTEXT OF THE VALUE SELF-IDENTIFICATION IN HIGHER SCHOOL STYDENTS	108
<i>Martinova T.N., Morozova N.I.</i> TYPES OF THE VITAL SELF-DETERMINATION OF STUDENTS IN THE PERIOD OF PROFESSIONAL PREPARATION IN HIGH SCHOOL	114
<i>Subbotina L.G.</i> THE COOPERATION OF SUBJECTS EDUCATIONAL PROCESS IN PSYHO-EDUCATIONAL GUIDANCE	120

SOCIAL PSYCHOLOGY

<i>Avilov G.M., Terpugova O.V.</i> USE OF ROLE PLAY GAMES IN PREPARATION OF COACH TRAINING GROUPS FOR THE ORGANIZATIONS	126
<i>Argentova L.V., Lidovskaja N.N.</i> COMPARATIVE INVESTIGATION OF PROBLEMS OF INTERRELATIONS OF MEN AND WIMEN WITH REGISTERED AND NON-REGISTERED MARRIAGES	132
<i>Brown O.A.</i> RESEARCH OF INTERRELATION OF COMMUNICATIVE PROPERTIES OF SENIOR PUPILS AND FEATURES OF MODERN CITY CULTURE	137
<i>Gorbatova M.M., Ljahova M.A.</i> LIFE VALUES EXAMINATION OF EMPLOYUS AS A SPECIAL STRATUM	142
<i>Kruger G.N.</i> FAKTOR'S STRUCTURE OF ETHNIC SELF-CONSCIOUSNESS OF THE REPRESENTATIVES OF TELEUT, RUSSIAN AND TATAR ETHNOS, LIVING ON THE SAME TERRITORY	148
<i>Yanitsky M.S.</i> WAYS AND METHODS OF PSYCHOLOGICAL INFLUENCE OVER POTENTIAL MEMBERS OF FINANCIAL PYRAMIDS	151
<i>Sopun S.M., Lidera A.G.</i> PSYCOLOGICAL COMPABILITY OF A MARRIED COUPLE AND SATISFACTION OF MARRIAGE	156
<i>Krasnorjadtseva O.M., Khodjabaguiants T.G.</i> PECULIARITIES OF DYNAMIC DESCRIPTIONS OF IMMIGRANT'S MENTAL SPACE	163
<i>Bohan T.G., Galazhinsky E.V.</i> SPATIAL-TEMPORAL CHARACTERISTICS OF SELF-REALIZATION	172
<i>Bohan T.G.</i> SYSTEMIC DETERMINANTS OF STRESS STABILITY	180
<i>Nosova E.S.</i> FORMATION OF PSYCHOLOGICAL READINESS TO VOLUNTARY OF AKTIVITY	186

CLINICAL (MEDICAL) PSYCHOLOGY

<i>Grigoryeva E.V.</i> THE PECULJARITYS OF ADAPTATION OF YOUNGER PUPILS WITH MINIMAL BRAIN DYSFUNCTIONS TO STUDY ACTIVITY	191
<i>Poletaeva A.V.</i> MEANING COMPONENTS OF PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF COPING WITH TRAUMATIC EVENT	197
<i>Simkin M.F.</i> PECULIARITIES OF INTERRELATIONS OF MENTALLY HANDICAPPED CHILDREN IN A COLLECTIVE (IN A PUPIL BODY)	204
<i>Ivanova M.G., Portnova A.G.</i> MATURITY OF THE PERSON IN CONNECTION WITH ATTRIBUTES OF PSYCHOLOGICAL HEALTH	210
<i>Dobryanskaya R.G., Evtushenko I.D., Kuzmina J.W.</i> THE PECULIARITIES OF PREGNANCY COURSE DELIVERY AND POST DELIVERY PERIOD IN WOMEN VITH THE DIFFERENCE IN COPING BEHAVIOR	215
<i>Stroganov A.E.</i> THE EFFICIENT-ANALYTIC CORRECTION AS A NEW METHOD OF INTERDISCIPLINARY PSYCHOTHERAPY	219
<i>Kamosa T.L., Krotova I.V., Donchenko N.A.</i> TO THE PROBLEM OF MULTIFACTORIAL DETERMINATION OF MENTAL HEALTH OF A MAN ON THE MODERN CONDITIONS OF HIS LIVEACTIVITY	222

INFORMATION

About the dissertation councils	224
A letter of information	225
Our avtors	227
Rules of registration of materials in SPM	230

СИСТЕМНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ В ВОЗРАСТНОМ И ЭТНОПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНТЕКСТАХ

Т.Г. Бохан (Томск)

Аннотация. Приводится анализ системных качеств человека в юношеском возрасте, детерминирующих его устойчивость как развивающейся системы в трудных ситуациях; показаны содержательные особенности субъективного качества жизни и системных детерминант, определяющих стрессоустойчивость представителей юношества различных этнических групп народов Сибири.

Ключевые слова: стрессоустойчивость, трудные ситуации, юношеский возраст, этнопсихологические особенности, стресс-напряженность, системные детерминанты, ценности, смыслы, установки, психическая ригидность, стратегии совладания, личностные ресурсы.

В исследовании ставилась задача изучения детерминант стрессоустойчивости представителей юношества народов Сибири с позиций представлений о человеке как самоорганизующейся системе [1]. Системные детерминанты стрессоустойчивости молодежи представлены содержательными и динамическими характеристиками. К содержательным характеристикам нами отнесены направленность личности на продуктивную самореализацию, установка на трудные ситуации как возможность развития, личностные ресурсы совладания. Динамическими характеристиками являются оптимум психической ригидности и конструктивные копинг-стратегии. Связь этих характеристик позволяет психологической системе человека быть открытой как изменениям среды, так и собственным изменениям в трудных ситуациях, что позволяет ей удерживать свою идентичность в условиях изменений, выходя на новые параметры развития.

Системные детерминанты стрессоустойчивости изучались на основании анализа следующих показателей: пространственно-временных характеристик самореализации, смыслового содержания трудных ситуаций, установки на трудные ситуации и способы совладания с ними, континуума «психическая ригидность – гибкость», личностных характеристик (самоуважение и самоконтроль).

Мы предполагали, что эти параметры могут выступать теми системными качествами, новообразованиями в периоде взросления, которые детерминируют устойчивость человека как развивающейся психологической системы в трудных ситуациях. Нами изучалась стресс-напряженность молодежи как показатель несоответствия их образа жизни образу мира в таких сферах жизнедеятельности, как: достижение целей, здоровье, общение в учебном заведении, отношения со взрослыми и сверстниками, наличие увлечений, ощущение комфортности окружающей среды, физическое состояние и активность, сон, жизненные кризисы за последние полгода, напряженность личных переживаний, ощущение себя в будущем, возможность употребления психоактивных веществ, оптимистическое отношение к миру, переживание чувств вины, стыда и гнева. Сопоставление

содержания новообразований и уровня стресс-напряженности в различных сферах жизнедеятельности позволило подтвердить данные о системных детерминантах стрессоустойчивости.

В исследовании принимали участие студенты следующих этнических групп: алтайцы, буряты, хакасы, шорцы, русские, якуты (всего 970 человек). Работа проводилась в рамках задач научно-исследовательской экспедиции, поддержанной Российским гуманитарным научным фондом. Были использованы следующие методики: «Индекс качества жизни» Роберта С. Элиота, позволяющая определить уровень стресс-напряженности в различных сферах жизнедеятельности, адаптированная профессором О.И. Ждановым (РАГС при Президенте РФ) [2]; проективная методика «Незаконченные предложения», данные которой обрабатывались контент-анализом; Томский опросник ригидности Г.В. Залевского [3]; Опросник копинг-стратегий Э. Хайма; Опросник базовых копинг-стратегий Д. Амрихана; Оценка жизненных стремлений Р. Эммонса [4].

В статье приведен анализ достоверных различий по исследуемым параметрам системных детерминант стрессоустойчивости у национальных групп студентов с низкими и высокими показателями индекса стресс-напряженности в различных сферах жизнедеятельности. Для доказательства различий после стандартизации данных был применен *t*-критерий Стьюдента.

У студентов *алтайской* выборки с высокими показателями индекса качества жизни (низкой стресс-напряженностью) выражены альтруистические ценностно-смысловые ориентации, направленные на общественно-полезную деятельность в своей республике, в государстве, на заботу о народе, своих близких («творить для людей и радовать их», «быть полезным людям, обществу», «не умереть бесполезно», «делать много доброго обществу», «делать, чтобы хорошего было больше», «принести пользу народу и государству», «быть полезной для своей республики», «помогать детям-сиротам», «ради близких, ради своих родителей», «так как я единственный ребенок и должен им помогать», «ради друзей» и т.д.). В своих жизненных стремлениях они открыты как для своих собственных изменений, так и для контактов с

другими людьми. Например, они стремятся «помочь другим», «не беспокоиться по поводу своих неудач», «заботиться о родителях», «не испытывать неприятных чувств, когда не нравлюсь другим людям» и т.д.

Стремления категории «интимности» свидетельствуют, что такие студенты имеют обязательства перед другими людьми и стремятся проявлять заботу о них, их межличностные отношения подразумевают позитивные чувства, поведение, связанное с любовью, дружбой, счастьем, сопричастностью.

Трудным ситуациям в своей жизни они придают смысл личностного становления, рассматривают их как новые возможности, которые позволяют им стать более сильными и жизнестойкими, ответственными и самостоятельными, уверенными в себе, гибкими, приобрести жизненный опыт и научиться понимать смысл трудных ситуаций, выбирать из них что-то важное для себя, для своего будущего; проявлять активность в собственной целеустремленности, быть готовыми к преодолению трудностей («учат быть более уравновешенным», «позволяют стать человеком», «делают меня сильнее», «более приспособленным к их разрешению», «стойкой», «более уверенной, гибкой», «предусмотрительнее, осторожнее», «ответственным и сильным человеком», «умнее», «взрослее и сильнее», «более знающим жизнь», «заставляют думать самостоятельно», «готовой к преодолению трудностей», «придают больше сил, бодрят меня», «более выдержанной», «активной», «думаю о будущем», «более серьезно и ответственно отношусь ко всему», «уравновешенной», «целеустремленным», «организованнее», «сильнее помогает определить нужно ли мне это», «более восприимчивым к жизни», «учусь быстрее думать и действовать», «человеком, который иногда теряет смысл»).

В трудных ситуациях они готовы проявлять активные действия и считают необходимым обдумывать все происходящее с ними, прежде чем принимать решение и действовать. Важным для них является наличие социальных связей, социальной поддержки в трудных ситуациях. Такие люди способны действовать самостоятельно на основе анализа трудной ситуации, обдуманного решения, при этом социальная поддержка является для них важным фактором, но не решающим. Их поведение характеризуется такими активными и эффективными для управления стрессом стратегиями, как самообладание и самоконтроль своего состояния, ответственность за себя в трудной ситуации; своим трудностям они придают особый смысл – в их преодолении видят возможности для собственного самосовершенствования. При встрече с трудностями эти респонденты настроены оптимистично – уверены, что всегда можно найти выход. В заботах о людях они забывают свои горести.

Студенты-алтайцы с высоким уровнем стрессоустойчивости обладают следующими новообразованиями: альтруистическая ценностная направленность и ценностное отношение к трудным ситуациям как возможностям собственного развития; самоуважение, ответственность, самоконтроль эмоционального состояния и поведения, готовность осмысленно относиться к решению трудностей, активность, открытость для собственных изменений и для контактов с другими, оптимистичность, в том числе и в отношении своего будущего.

Для студентов-алтайцев с высокой стресс-напряженностью характерно использование стратегий покорности и отступления. Эти поведенческие стратегии относятся к защитному типу поведения, не позволяют быть самостоятельными и проявлять собственную активность как в раскрытии для себя смысла трудных ситуаций, так и в поиске осознанных стратегий совладания. Такие варианты стратегий преодоления у алтайцев могут быть связаны с традиционной культурой семейного воспитания. Показателями закрытости развития системы (следствием чего является сохранение напряженности) у алтайских студентов являются: неопределенность жизненных ценностей и принципов; низкий самоконтроль (эмоциональное состояние, социальные отношения, принятие решений, организация времени), тенденция к пессимизму, переживание недостижения многих целей, неудовлетворенность собой; закрытость свободному самовыражению и изменениям, неуверенность в перспективности карьеры.

В национальной группе *бурят* группа студентов с высоким показателем качества жизни отличается от групп с более низкими его показателями (высокая стресс-напряженность) тем, что в совладании с трудностями они не теряют чувства самообладания и контроля над собой, способны игнорировать трудности за счет переключения на что-то более важное. Вероятно, способ игнорирования при возможности переключения на другие значимые занятия в сочетании с высоким самоконтролем, в том числе эмоционального состояния, может свидетельствовать о психологической гибкости этих студентов, высокой стрессоустойчивости, о большей дифференциации смыслового пространства личности. Для их поведения характерна стратегия подавления эмоций. Очевидно, в целом оптимистический настрой, уверенность в своих возможностях справляться с трудностями могут позволить студентам-бурятам регулировать внешнее проявление эмоций, прибегая к их подавлению как к сложившемуся в традиционной культуре способу поведения при переживании трудностей. Установка на самоконтроль эмоций, самообладание, возможность проявлять гибкость (когнитивную, эмоциональную и поведенческую) харак-

терны для студентов-бурят с высокой стрессоустойчивостью.

Студенты-буряты с более высоким уровнем стресс-напряженности, как и алтайские студенты, чаще указывают, что трудные ситуации негативно влияют на их физическое и эмоциональное состояние, формирование неэффективных личностных качеств, т.е. для них характерна установка на трудности как фактор, отрицательно влияющий на них. Переживание трудностей делает их «рассеянными», «грустными», «приводят к эмоциональному расстройству», «вспыльчивыми», «злыми, черствыми, сильными», «грубыми», «неуверенными», «потерянными», «замкнутыми», «выбивают из привычного ритма жизни», «безынтузиазными, инфантильными», «внутренне слабыми», «беззащитными», они «долго не могут забыть, даже если все завершилось».

Для студентов-хакасов с высоким индексом качества жизни характерны жизненные стремления социальной направленности – произвести на других благоприятное впечатление, казаться социально и физически привлекательными для других. Выраженность у них категории «интерперсональное – интраперсональное» также свидетельствует об их направленности (открытости) на собственные изменения и контакты с другими. Таких студентов отличает то, что обычным для себя они считают осознанное отношение к трудным ситуациям. Они полагают важным действовать не под влиянием эмоций, а принимать решения обдуманно. Такая позиция, выявленная в результате феноменологического анализа, подтверждается доминированием у них копинг-стратегии когнитивной сферы «проблемного анализа». Для них свойственна уверенность в разрешимости любых трудностей.

В группе студентов-хакасов с высокими показателями стресс-напряженности трудные ситуации рассматриваются как жизненные явления, оказывающие отрицательное влияние на них: их физическое и эмоциональное состояние, социальные контакты, личностные изменения (становлюсь «беспомощной», «больным», «неуравновешенным», «замыкаюсь в себе», «очень усталым», «нежизнерадостной», «одиноким», «слишком эмоциональной», «вспыльчивой», «скудной», «неразговорчивой», «несчастной», «неудачным», «скованной», «ранимым», «недоверчивым»). Они менее оптимистичны, в трудной ситуации прибегают к неконструктивному «протесту», снимая с себя ответственность за происходящее с ними: «Я всегда глубоко возмущен несправедливостью судьбы ко мне, я протестую». Студенты-хакасы не используют когнитивную копинг-стратегию проблемного анализа, им не свойственно переключаться на конструктивную активность в случаях переживания трудных ситуаций, что может отражать их ригидность в состояниях стресса, напряжения.

Таким образом, студенты-хакасы с низкими показателями стресс-напряженности (высоким индексом качества жизни) имеют более выраженные стремления, связанные с направленностью как на себя, так и на других людей. Для них ценным является личностное и физическое самосовершенствование. Трудные ситуации чаще принимают как возможность для самосовершенствования. Они более психологически гибки, положительно относятся к себе, оптимистичны.

Шорцы с высоким показателем стресс-напряженности отличаются своими жизненными стремлениями, связанными с отстаиванием самодостаточности и независимости. При этом они отличаются тем, что в трудных ситуациях прибегают к копинг-стратегиям, совершенно противоположным их стремлению к независимости, – это «покорность», «игнорирование». Они не рассматривают для себя трудные ситуации как возможности для саморазвития и самосовершенствования. Такое противоречие между стремлениями и целями, с одной стороны, и способами их достижения – с другой, между образом мира и образом жизни при невозможности собственной рефлексии фиксированных смыслов может порождать стресс-напряженность, снижение которой требует перевода эмоциональных и когнитивных усилий на выработку новых ценностей и соответствующих стратегий поведения у шорцев. Они не удовлетворены собой, более социально зависимы и негибки, могут прибегать к саморазрушительному поведению как способу снятия напряжения.

Сравнительный анализ психологических характеристик студентов национальных групп с высокими и низкими показателями стресс-напряженности позволяет сделать выводы в отношении содержания системных детерминант, позволяющих сохранить устойчивость как развивающуюся целостность личности в трудных ситуациях в периоде взросления с учетом этнопсихологических особенностей.

К системным детерминантам устойчивости в трудных ситуациях у представителей *алтайской* молодежи можно отнести следующие: возможности собственного развития и самосовершенствования; альтруистическую, общественно направленную ценностную ориентацию; открытость собственным изменениям и отношениям с другими; возможность контролировать себя, принимать самостоятельные решения, занимать самостоятельную позицию в социальных отношениях; оптимизм и уверенность в разрешении любых трудностей. Таким образом, у алтайцев сочетание альтруистической, общественно направленной ценностной ориентации, а также ценностей саморазвития и традиционных культурных ценностей в сочетании со способами поведения, одобряемыми современной культурой, и можно рас-

смагивать в качестве системных детерминант устойчивости.

У *бурят* детерминантами стрессоустойчивости выступают самоконтроль эмоционального состояния и проявления эмоций, гибкое поведение в преодолении трудных ситуаций, что в целом позволяет им образовывать новые смыслы и новые формы поведения и деятельности в трудных ситуациях. Мы можем заметить, что такой способ поведения, как подавление эмоций, скрытность, характерен для традиционной культуры бурят, но при этом их самостоятельный контроль, а также высокие показатели индекса качества жизни, отражающие ценности современной культуры, не вступают в противоречия, а формируют: национальное самосознание и стрессоустойчивость.

Для *хакасов* характерны притязание на социальное признание, стремление к социальному самоутверждению, оптимизм и уверенность в возможности разрешения любых трудностей, опора в достижении этих стремлений на проблемный анализ, активную мыслительную деятельность. Когнитивная направленность в совладании с трудностями при выраженном стремлении к социальному признанию характеризует особенности психологической готовности студентов-хакасов к стрессоустойчивости, что соответствует ценностям развития малочисленной национальности в условиях современной культуры в плане их содержательной и инструментальной направленности (на уровне целей и на уровне средств). В данном случае стремление к социальному признанию отражает процесс роста национального самосознания, когда малочисленная нация стремится быть замеченной, заявить о себе в социуме. Такое стремление может отражать процесс становления национального самосознания в современных условиях. В данном случае создается возможность для осуществления соответствия образа жизни образу мира, трансформации напряжения, связанного с переживанием трудностей, в позитивное личностное развитие студентов-хакасов.

В отношении группы *шорцев* особенности психологической готовности к стрессоустойчивости представлены ценностным отношением к преодолению трудных ситуаций (возможность самосовершенствования, стремление к личностному росту и здоровью, открытость для контактов с самим собой и другими, психологическая гибкость, удовлетворенность в целом собой, оптимистичное отношение к жизни). Таким образом, стремление к самосовершенствованию является отличительной характеристикой шорцев, включенной в системную детерминацию стрессоустойчивости.

Показателями остановки в развитии, следствием чего является сохранение стресс-напряженности

в различных сферах жизни, являются для студентов национальных групп наряду с общими характеристиками и особые этнопсихологические. У *алтайцев* – это установка на то, что переживание трудных ситуаций имеет для них негативные последствия, отсюда – нежелание и избегание трудностей. При невыраженной альтруистической ценностной направленности в преодолении трудностей они используют неадаптивные копинг-стратегии «отступления» и «покорности». Мы полагаем, что такая ситуация у алтайцев наблюдается, когда снижается значимость ценностей традиционной культуры (помощь близким и зависимость от близких) и отсутствует их трансформация в ценности общественной направленности при доминировании эгоцентрических ценностей, а стратегии поведения в трудных ситуациях остаются более характерными для сложившегося в традиционной культуре образа жизни (покорность, отступление), фиксируется противоречие между образом мира и образом жизни, что и порождает стресс-напряженность. В этом случае собственная рефлексия на ценности традиционной и современной культур в контексте собственной идентичности, собственных задач развития, поиск возможностей и условий в окружающей среде их реализации, выбор соответствующих форм и стратегий поведения позволят канализировать стресс-напряжение в конструктивное русло собственного развития.

Высокие показатели стресс-напряженности у *бурят* связаны с установкой на отрицательное влияние трудных ситуаций. Такие представители молодежи чувствуют себя «пассивной жертвой» обстоятельств, возникающих ситуаций. Они не берут ответственность на себя, не используют мыслительную деятельность для поиска самостоятельных решений и выбора альтернатив, им трудно контролировать свои эмоции, что в целом формирует низкий уровень психологической готовности к различного рода жизненным изменениям, которым придается смысл личностной угрозы извне, а не усматривается как то, что принадлежит, соответствует самому человеку, что связано с его становлением, возможностями его будущего. При меньшем использовании копинг-стратегий, характерных для традиционной культуры, например «подавление эмоций», у студентов-бурят не сформирована копинг-стратегия самообладания и самоконтроля эмоционального состояния, характерная для более высокого уровня системной организации человека и отвечающая требованиям современной культуры. Они в меньшей степени склонны подавлять эмоции, не руководствуются их контролем, что может порождать ситуации внешне неконтролируемого их выражения, традиционно не свойственного бурятам, и провоцировать возникновение конфликтных ситуаций в национальной

среде. Стратегия уходить от трудностей, переключаясь на другие значимые для них дела как возможная этнопсихологическая особенность в совладании в большинстве случаев ими не используется, что, вероятно, может указывать на их ригидность, узость и недифференцированность смысловой сферы. Таким образом, у бурят отсутствие в совладании с трудными ситуациями традиционных стратегий совладания и несформированность копинг-стратегий самоконтроля как новообразования, отражающего усложнение системной организации человека, его личностное становление, фиксируют разрыв между образом мира (когда появляются новые смыслы – в данном случае не соответствующие традиционным ценностям) и образом жизни (когда не используются стратегии поведения, соответствующие этим новым смыслам), порождая стресс-напряженность и приводя к низкому качеству жизни: напряженность личных переживаний, конфликты и жизненные кризисы, чрезмерная обязательность, трудность распределения времени, гнев.

У *хакасов* стресс-напряженность как системное проявление связано с приданием смысла трудным ситуациям негативных факторов влияния на их физическое и психическое состояние, личностные изменения, жизнь. В связи с этим мы можем говорить об их психологической готовности относиться к ситуациям, где возникают изменения, требующие мобилизации усилий, как к угрозе их личности, при которой возникает защитное поведение. Вероятно, придание такого смысла трудным ситуациям порождает, в свою очередь, использование таких неконструктивных стратегий совладания, как протест, возмущение несправедливостью судьбы, снятие с себя ответственности и контроля за свое состояние, неиспользование активной мыслительной деятельности для анализа и обдумывания ситуации, отсутствие уверенности в возможности их разрешения. Экстернальная позиция в отношении трудностей, неконструктивные стратегии, связанные с фиксацией значимого смысла, формируют определенный образ мира и порождают соответствующие формы поведения, которые замыкают человека в этом образе мира и образе жизни, что создает препятствия для самореализации, угрозу распада человека как системы, что усиливает стресс-напряженность, хронизируя стресс.

Стресс-напряженность у *шорцев* является системным качеством, связанным с несоответствием новых возможностей (стремление к самодостаточности и независимости, которое отражает переход человека в режим саморазвития, в осуществление процесса суверенизации) стратегиям поведения в трудных ситуациях («покорность» и «игнорирование»), затрудняющим выход на новые параметры развития, но-

вый образ жизни и новый уровень самостановления. Это закрытие собственного становления проявляется у шорцев в неудовлетворенности отношениями в учебном заведении, напряженности конфликтов и кризисов за последние 6 месяцев, трудностях в принятии решений, в невозможности собственного контроля и зависимости от социальной оценки, снижении оптимизма, неудовлетворенности собой, в отсутствии видения перспектив своей карьеры, табакокурении, частом переживании чувства вины, стыда и гнева, ощущении нехватки времени, в физической усталости, скрытности, неясности и изменчивости жизненных ценностей и принципов.

Полученные нами данные сравнения двух крайних групп в национальных выборках, их анализ и интерпретация были подтверждены результатами факторного анализа, делающего возможным выделение ряда исследуемых параметров, которые могут использоваться в качестве характеристик способности к удержанию устойчивости психологической системы как развивающегося явления в трудных ситуациях у представителей юношества народов Сибири. Можно констатировать, что в исследовании выявлены этнопсихологические варианты системной детерминации стрессоустойчивости молодежи народов Сибири:

– трансформация в образе мира ценностей традиционной культуры в ценности современной культуры, придание трудным ситуациям смысла возможностей развития, открытость себе и другим людям, соответствующий современной культуре и уровню ценностного сознания образ жизни, в котором представлены стратегии совладания с трудностями в виде самоконтроля, уверенности в разрешении любых трудностей, мыслительной деятельности, входят в системную детерминацию стрессоустойчивости молодежи народов Сибири;

– сохранение этнической идентичности в виде традиционных способов совладания с трудностями при выраженном самоконтроле и активной самостоятельной мыслительной деятельности не закрепляет противоречия между сложившимся образом жизни и формирующимся в условиях современной культуры образом мира, а разрешает это противоречие в виде осознанного управления сложившимися традиционными формами поведения как национальным культурным ресурсом, обогащающим поведение молодежи, сохраняющим этническую идентичность через ее становление, системное усложнение в условиях модернизации современного общества;

– сохранение в образе мира молодежи малочисленных национальностей ценностей национального самосознания при использовании стратегий совладания с трудностями, адекватных ценностному сознанию, сопряженных с самостоятельной, ответ-

ственной, оптимистичной и гибкой позицией в выборе точек приложения своих возможностей, представляет собой психологические новообразования, с помощью которых обеспечивается устойчивость личности юношества малочисленных национальностей в трудных ситуациях;

– ценности саморазвития и самосовершенствования в образе мира молодежи в сочетании с открытостью для контактов с другими и для собственных изменений, оптимистическим отношением к жизни являются системными качествами, которые определяют психологическую готовность к стрессоустойчивости.

Литература

1. Клочко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности. Томск, 2005. 172 с.
2. Жданов О.И., Бакштанский В.Л. 10 000 дней: менеджмент жизни. М., 2001. 563 с.
3. Залевский Г.В. Фиксированные формы поведения групповых и индивидуальных систем. Москва; Томск, 2004. 450 с.
4. Эммонс Р. Психология жизненных стремлений. М., 2004. 170 с.

SYSTEMIC DETERMINANTS OF STRESS STABILITY

T.G. Bohan (Tomsk)

Summary. Analysis of human systemic features in youth determining stability of a person as a developing phenomenon in difficult situations is introduced; content's peculiarities of subjective quality of life and systemic determinants determining the stress stability of youth of various ethnic groups of peoples of Siberia have been shown.

Key words: stress stability, difficult situations, youth, ethnopsychological peculiarities, stress tension, systemic determinants, values, meanings, aims, mental rigidity, coping strategies, and personality resources.