

ПРЕДПОЧТЕНИЯ В ВЫБОРЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ЛИЦ С ВЫСОКИМ УРОВНЕМ ГИБКОСТИ

С.А. Богомаз, Т.Е. Левицкая (Томск)

Аннотация. Высокий уровень гибкости в структуре индивидуальности, наличие целей, а также предпочтения в выборе адаптивных копинг-стратегий рассматриваются как важные компоненты личностного ресурса. Установлено, что многие респонденты с высокой гибкостью, попадая в трудные жизненные ситуации, предпочитают выбирать полуадаптивную стратегию совладания «Переключение на мечту» и неадаптивную стратегию «Активное избегание». Эти стратегии остаются предпочитаемыми, даже если лицам с высокой гибкостью свойствен высокий уровень сформированности целей будущего. Результаты указывают на то, что присущая человеку высокая гибкость может детерминировать у него склонность переключаться на другие дела, отвлекающие от неразрешенной проблемы.

Ключевые слова: гибкость, цели будущего, копинг-стратегии, совладающее поведение.

В последнее время в нашей стране ярко выражена инновационная тенденция развития общества, сопровождающаяся появлением и внедрением все новых технологий в различные сферы жизни человека. Возникающая инновационная среда, как можно заметить, характеризуется высокой степенью неопределенности и отсутствием готовых алгоритмов деятельности. В связи с этим особую значимость приобретает умение молодых людей, как потенциальных участников инновационных проектов, ориентироваться в ситуации неопределенности, проявлять надситуативную активность и формировать инновационный опыт в процессе самой деятельности. Соответственно, в сложившихся условиях профессиональная компетентность молодых людей становится зависимой не только от специальных знаний и умений, но и от разностороннего развития их личности. При этом желательно, чтобы, самоопределяясь, самореализовываясь и ориентируясь в современной системе ценностей, юноши и девушки были направлены на достижение социально значимых целей. Однако нахождению баланса между социально значимыми и индивидуальными ценностями, как известно, препятствуют многие факторы, например постоянное повышение требований, предъявляемых современным обществом к развивающейся личности. Сценарий ее становления может существенно измениться и под влиянием неожиданно возникающих трудных жизненных проблем, часть из которых может оказаться связанной с социальным и профессиональным самоопределением.

В связи с этим актуальной оказывается проблема выявления личностного ресурса молодых людей, способствующего их успешному совладанию с жизненными трудностями, кризисными и стрессовыми ситуациями.

Одним из способов подобного совладания, как известно, является использование конструктивных, адаптивных копинг-стратегий. Принято считать, что основной задачей копинг-поведения является такая адаптация человека к требованиям ситуации, которая позволяет ему овладеть ею, ослабить или смягчить эти требования, нейтрализовать эмоциональное напряжение и, таким образом, сделать максимально эффективным поиск конструктивного решения [5].

Вместе с тем многими исследователями утверждается, что гибкость, рассматриваемая как характеристика индивидуальности, также может способствовать адекватному разрешению возникающих жизненных проблем [2–4, 12]. Это утверждение согласуется с концепцией N. Cantor и J. Kihlstrom, предложенной в рамках социально-когнитивного подхода к личности. По мнению этих американских психологов, успешному решению человеком задач в повседневной жизни способствуют такие познавательные структуры, как способность к различению, гибкость и наличие целей (цит. по: [9]).

Разделяя в общих чертах эту точку зрения, мы предположили, что наличие целей и гибкость как черта индивидуальности молодых людей могут быть связаны с их предпочтениями в выборе копинг-стратегий, детерминирующими особенности разрешения жизненных трудностей. На экспериментальную проверку этого предположения было направлено наше исследование.

В нем приняли участие 218 студентов-психологов 1-го и 2-го курса очной формы обучения в возрасте от 17 до 22 лет. Их гибкость (пластичность) как формально-динамическую характеристику мы определяли с помощью опросника Формально-динамических свойств индивидуальности (Русалов В.М., 1997), вычисляя суммарный индекс с учетом показателей моторной, интеллектуальной и коммуникативной пластичности. Следует отметить, что этот индекс находился в положительной корреляционной связи ($r=0,223$; $p=0,002$; $n=199$) с фактором Q1 личностного опросника Р. Кеттелла (разработка Агентства гуманитарных технологий, г. Москва), на вопросы которого также ответили наши респонденты. Результаты психодиагностики были обработаны с использованием компьютерной программы «Статистика».

Вычисленное для выборки среднее значение индекса гибкости составило в среднем $94,5 \pm 0,7$ балла. Ориентируясь на это значение и учитывая квартильные оценки (нижний квартиль 86 баллов, верхний квартиль 103 балла), из лиц, принявших участие в исследовании, были сформированы 3 функциональные группы. В первую вошли студенты ($n=28$) с минимальными

значениями гибкости (т.е. с индексом гибкости меньше нижнего квартиля). Вторую группу составили респонденты ($n=28$) со средневыраженными значениями гибкости. Третья группа была образована испытуемыми ($n=28$) с высокими значениями гибкости (имеющими показатель гибкости выше верхнего квартиля).

Все участники этих групп выполнили методику Э. Хайма [10], позволяющую определить предпочтения в выборе человеком основных копинг-стратегий в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах. В каждой из этих сфер обследуемые обозначали ту единственную стратегию, на которую они чаще всего опирались в трудных жизненных ситуациях. Количество всех выборов по каждой из изучаемых сфер в каждой группе респондентов было принято за 100%. Необходимо уточнить, что в связи с проведенными ранее исследованиями [1, 11], в которых мы также использовали методику Э. Хайма, нами были изменены названия некоторых копинг-стратегий в когнитивной и поведенческой сферах. Эти измененные названия, по нашему мнению, более адекватно передают смысл изучаемых стратегий (табл. 1).

Анализ предпочтений копинг-стратегий показал (табл. 2), что представители первой группы в когнитивной сфере чаще выбирали адаптивную стратегию «проблемный анализ» (35,7% выборов) и неадаптивную стратегию «диссимилиация» (18% выборов).

Во второй группе обследуемые, характеризующиеся средневыраженной гибкостью, также предпочитали выбирать адаптивную стратегию «проблемный анализ» (21,4%), к которой добавлялась полуадаптивная стратегия «придание смысла» (18% выборов).

В третьей группе респонденты, отличающиеся высокой гибкостью, выбирали те же копинг-стратегии, что и представители второй группы, хотя предпочтение выборов изменилось – им было свойственно чаще выбирать полуадаптивную стратегию «придание смысла» (39,2%) и реже адаптивную стратегию «проблемный анализ» (28,5%).

Как можно заметить, в выборе стратегии «проблемный анализ» в трех изучаемых группах не прослеживается какой-либо закономерности. Вместе с тем специфическая межгрупповая особенность наблюдается относительно предпочтений стратегии «придание смысла». Причем эта выявленная особенность, по нашему мнению, не согласуется с традиционными психологическими представлениями о природе гибкости в структуре индивидуальности. В соответствии с ними мы ожидали, что люди с высокой гибкостью в силу того, что она является одним из важных компонентов функциональной системы адаптации, в когнитивной сфере будут выбирать адаптивные копинг-стратегии. Однако из полученных результатов следует, что по мере нарастания гибкости увеличивается частота вы-

Т а б л и ц а 1

Основные копинг-стратегии в когнитивной и поведенческой сферах, определяемые с помощью методики Э. Хайма, с уточненными их названиями (выделены жирным шрифтом)

№	А – когнитивная сфера	Название стратегии	Характер стратегии
1	«Я говорю себе: в данный момент есть что-то важнее, чем эти трудности»	Игнорирование	Неадаптивная
2	«Говорю себе: это судьба, с этим надо смириться»	Смирение	Неадаптивная стратегия
3	«Это несущественные трудности, не все так плохо на самом деле»	Диссимилиация	Неадаптивная
4	«Я не теряю самообладания и контроля над собой в тяжелые минуты и стараюсь никому не показывать своего состояния»	Самообладание	Адаптивная
5	«Стараюсь проанализировать, все взвесить и объяснить себе, что же случилось»	Проблемный анализ	Адаптивная
6	«Я говорю себе: по сравнению с проблемами других людей мои – это пустяк»	Относительность	Полуадаптивная
7	«Если что-то случилось, то так угодно Богу»	Религиозность	Полуадаптивная
8	«Я не знаю, что делать, и мне временами кажется, что мне не выпутаться из этих трудностей»	Растерянность	Неадаптивная
9	«Я придаю своим трудностям особый смысл, преодолевая их, я совершенствуюсь сам»	Придание смысла	Полуадаптивная
10	«В данное время я полностью не могу справиться с этими трудностями, но со временем смогу справиться и с ними, и с более сложными»	Вера в себя	Адаптивная
С – поведенческая сфера			
1	«Я погружаюсь в любимое дело, стараюсь забыть о трудностях»	Погружение в любимое дело	Неадаптивная
2	«Я стараюсь помочь людям и в заботах о них забываю о своих горестях»	Альтруизм	Адаптивная
3	«Стараюсь не думать, всячески избегаю сосредоточиваться на своих неприятностях»	Активное избегание	Неадаптивная
4	«Стараюсь отвлечься и расслабиться (с помощью алкоголя, успокоительных средств, вкусной еды и т.д.)»	Компенсация	Полуадаптивная
5	«Чтобы пережить трудности, я берусь за осуществление давней мечты (еду путешествовать, поступаю на курсы иностранного языка)»	Переключение на мечту	Полуадаптивная
6	«Я изолируюсь, стараюсь остаться наедине с собой»	Самоизоляция	Неадаптивная
7	«Я использую сотрудничество со значимыми мне людьми для преодоления трудностей»	Сотрудничество	Адаптивная
8	«Я обычно ищу людей, способных помочь мне советом»	Поиск совета	Адаптивная

Предпочтения в выборе копинг-стратегий у представителей групп с различной степенью выраженности гибкости как индивидуальной особенности

Группа с минимальной гибкостью (n=28)		Группа со средней гибкостью (n=28)		Группа с максимальной гибкостью (n=28)	
Когнитивная сфера					
Копинг-стратегии	Процент выборов	Копинг-стратегии	Процент выборов	Копинг-стратегии	Процент выборов
Проблемный анализ	35,7	Проблемный анализ	21,4	Придание смысла	39,3
Диссимиляция	17,9	Придание смысла	17,9	Проблемный анализ	28,6
Придание смысла	14,3	Самообладание	14,3	Игнорирование	7,14
Растерянность	10,7	Вера в себя	14,3	Самообладание	7,14
Самообладание	7,14	Игнорирование	10,7	Относительность	7,14
Игнорирование	3,57	Диссимиляция	10,7	Диссимиляция	3,57
Смирение	3,57	Религиозность	7,14	Растерянность	3,57
Религиозность	3,57	Смирение	3,57	Вера в себя	3,57
Вера в себя	3,57				
Поведенческая сфера					
Копинг-стратегии	Процент выборов	Копинг-стратегии	Процент выборов	Копинг-стратегии	Процент выборов
Компенсация	25,0	Сотрудничество	25,0	Переключение на мечту	22,2
Погружение в любимое дело	17,9	Погружение в любимое дело	21,4	Активное избегание	18,5
Самоизоляция	14,3	Самоизоляция	17,9	Сотрудничество	18,5
Поиск совета	14,3	поиск совета	10,7	Поиск совета	14,8
Сотрудничество	10,7	Альтруизм	7,14	Погружение в любимое дело	14,8
Альтруизм	7,14	Компенсация	7,14	Самоизоляция	7,40
Переключение на мечту	7,14	Переключение на мечту	7,14	Компенсация	3,70
Активное избегание	3,57	Активное избегание	3,57		

бора людьми полуадаптивной копинг-стратегии «придание смысла». Анализируя различные возможные причины данного явления, мы склонны считать, что придание смысла трудным жизненным обстоятельствам молодыми людьми с высокой гибкостью может отражать всего лишь их желание снять тревогу и достичь самоуспокоения, отрешившись от существующей проблемы. По-видимому, их высокая гибкость может способствовать тому, что они легко переключаются на другие мысли и дела, оправдывая это тем, что просто приписывают личный смысл («приобретение жизненно-го опыта») имеющимся неразрешимым трудностям.

Известно, что придание смысла тяжелым жизненным событиям помогает человеку пережить трудности и уменьшить последствия стресса [7, 9]. Несомненно, что для самого человека на когнитивном уровне такая стратегия может быть вполне адаптивной, поскольку она будет приводить к снижению у него имеющейся тревоги. Однако заметим, что в этом случае возникшая проблема не разрешается, а меняется лишь отношение к ней. Проблема, например, может сохраняться для окружающих людей, вовлеченных в трудную жизненную ситуацию.

Анализ предпочитаемых копинг-стратегий в эмоциональной сфере показал, что во всех анализируемых группах наиболее выбираемой стратегией реагирования является «оптимизм». В связи с этим далее нами будут анализироваться только выборы копинг-стратегий в когнитивной и поведенческой сферах.

В поведенческой сфере представители первой группы предпочитали выбирать полуадаптивную стратегию «компенсация» (25% выборов) и неадаптивную стратегию «погружение в любимое дело» (17,8%). Это означает, что менее гибкие молодые люди при столкновении с непреодолимыми трудностями стремятся уйти от них, надеясь, что им удастся отвлечься, забыться и расслабиться. Обращает на себя внимание тот факт, что часть респондентов в силу своей низкой гибкости для того, чтобы избежать проблем, склонна погружаться в привычную для них деятельность.

Во второй группе обследованных на первое место выступает адаптивная стратегия «сотрудничество с другими людьми» (25% выборов). Следовательно, эту стратегию можно рассматривать в качестве наиболее типичной для юношей и девушек, попавших в непреодолимую жизненную ситуацию. Насколько она является адаптивной – можно поставить под сомнение, поскольку эта стратегия может быть связана с желанием молодых людей переложить ответственность в разрешении возникшей проблемы на другого человека или с пассивным ожиданием помощи со стороны окружающих. В этой же группе второй по значимости остается стратегия «погружение в любимое дело» (21,4% выборов).

В третьей группе респондентов в качестве предпочтительной стратегии обследуемые обозначили полуадаптивную стратегию «переключение на мечту» (22% выборов). Наряду с этим с одинаковой частотой учас-

тники исследования выбирали адаптивную стратегию «сотрудничество с другими людьми» (18,5% выборов) и неадаптивную стратегию «избегание» (18,5% выборов). Как можно заметить, в этой группе молодые люди в силу своей высокой гибкости в большинстве случаев активно пытаются «уходить» от возникающих проблем, стараются не думать об имеющихся неприятностях и переключаются на более приятную для них деятельность. Вполне очевидно, что такое их поведение можно рассматривать как один из эффективных способов ухода от стресса и сохранения здоровья. Однако обратим внимание на то, что, как и в случае предпочтений копинг-стратегий в когнитивной сфере, подобное поведение юношей и девушек, отличающихся высокой гибкостью, не способствует разрешению возникших в их жизни проблем.

При анализе полной картины выборов копинг-стратегий в трех группах (см. табл. 2) мы обнаружили интересный феномен – наличие своеобразного «креста» в предпочтениях форм поведения в проблемной ситуации в зависимости от степени выраженности гибкости в структуре индивидуальности. Так, «переключение на мечту» и «активное избегание», которые располагаются на минимальных позициях у негибких респондентов, поднимаются на приоритетные позиции у гибких респондентов. Напротив, свойственная негибким респондентам стратегия «компенсация» оказывается наименее предпочтительной для гибких респондентов.

Заметим, что чаще всего от лиц с высокой гибкостью ожидается, что они в случае возникновения препятствий в реализации их жизненных планов способны адекватно на эти препятствия отреагировать и гибко перестроить свое поведение, найдя другой путь достижения поставленной цели. Тем не менее, судя по полученным нами данным, это далеко не так. Как показывают предпочтения в копинг-стратегиях, многие из респондентов, характеризующихся высокой гибкостью, сталкиваясь с тяжелыми проблемами, склонны использовать полуадаптивную и неадаптивную стратегии поведения, которые не подразумевают дальнейшего устремления к прежде значимой цели. Напротив, для них более свойственны избегание проблемы (нежелание ее разрешать) и переключение на какие-либо личностно значимые дела. Конечно, данный феномен может быть обусловлен молодым возрастом респондентов, и следует надеяться, что по мере накопления жизненного опыта они изменят свои предпочтения в стратегиях поведения. Однако никто не гарантирует, что наработанные в молодости стратегии разрешения трудных жизненных ситуаций не превратятся в своеобразную фиксированную форму поведения и не будут препятствовать достижению профессиональных и личных целей.

В связи с полученными данными и их интерпретацией мы посчитали важным проанализировать особенности выбора копинг-стратегий лицами, отличающимися высокой гибкостью, в зависимости от наличия у них целей в будущей жизни. Для этого была сформирована новая выборка, у членов которой учитывались значения субшкалы «цели в жизни» теста Смыслоразностные ориентации [6]. Высокие значения по этой субшкале свидетельствуют о наличии или отсутствии в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. На основании среднего значения субшкалы «цели в жизни» (33,1 балла) данная выборка была поделена на две группы. В первую вошли респонденты, характеризующиеся сочетанием высокой гибкости и низкой степени выраженности целей будущей жизни (13 человек), а вторую составили респонденты, у которых высокая гибкость сочеталась с высокой степенью выраженности целей (13 человек).

В ходе анализа предпочтений копинг-стратегий в когнитивной сфере выяснилось (см. табл. 3), что участники первой группы чаще выбирали адаптивные стратегии «проблемный анализ» (38,5% выборов) и «вера в себя» (23% выборов). Следует отметить, что респонденты, которые отличаются минимальной выраженностью целей, имеющих смысл в их жизни, крайне редко выбирают стратегию «придание смысла» (7,7% выборов).

Напротив, эта стратегия оказывается наиболее предпочитаемой в группе лиц с максимально выраженными целями (60% выборов). Размышляя над обнаруженным феноменом, мы пришли к заключению, что среди молодых людей имеется группа индивидов, которая всему происходящему в жизни склонна приписывать смысл (в частности, и возникающим проблемным ситуациям).

В поведенческой сфере у представителей первой группы приоритетными являются адаптивная копинг-стратегия «сотрудничество» (31% выборов) и неадаптивная стратегия «погружение в любимое дело» (23%). Вероятнее всего, выбор респондентами этой неадаптивной стратегии обусловлен низкой выраженностью их целей будущего. Этой же причиной можно объяснить и то, что стратегия «переключение на мечту», связанная с реализацией будущих возможностей, находится на последнем месте в ряду выборов в этой группе (7,7%).

В противоположность этому в группе лиц с высокой степенью выраженности целей будущего наблюдается обратная картина («крест»): для них стратегия «переключение на мечту» является предпочтительной (32% выборов), а стратегия «погружение в любимое дело» «опускается» на последнюю позицию (5,3% выборов).

Предпочтения в выборе копинг-стратегий у респондентов с высокой гибкостью, различающихся степенью выраженности целей будущей жизни

Группа с минимальной степенью выраженности целей (n=13)		Группа с максимальной степенью выраженности целей (n=13)	
Когнитивная сфера			
Копинг-стратегии	Процент выборов	Копинг-стратегии	Процент выборов
Проблемный анализ	38,5	Придание смысла	60,0
Вера в себя	23,1	Проблемный анализ	15,0
Игнорирование	15,4	Самообладание	10,0
Самообладание	7,69	Игнорирование	5,0
Относительность	7,69	Диссимиляция	5,0
Придание смысла	7,69	Относительность	5,0
Поведенческая сфера			
Копинг-стратегии	Процент выборов	Копинг-стратегии	Процент выборов
Сотрудничество	30,8	Переключение на мечту	31,6
Погружение в любимое дело	23,1	Сотрудничество	21,1
Поиск совета	15,4	Активное избегание	15,8
Альтруизм	7,69	Самоизоляция	15,8
Активное избегание	7,69	Поиск совета	10,5
Компенсация	7,69	Погружение в любимое дело	5,26
Переключение на мечту	7,69		

Таким образом, полученные нами данные и их интерпретация свидетельствуют о наличии у молодых людей, характеризующихся высокой гибкостью, специфических особенностей совладания с жизненными трудностями. Эти особенности связаны с их склонностью в проблемных ситуациях переключаться на другие виды деятельности, которые являются субъективно значимыми и позволяют снять фрустрационную напряженность, но не способствуют разрешению возникшей проблемы и достижению поставленных ранее целей. Эта стратегия поведения, судя по нашим результатам, сохраняется у гибких людей даже при наличии у них высоких устремлений в будущее.

Вместе с тем выявленные закономерности позволяют нам утверждать, что гибкость как индивидуальная особенность не может однозначно рассматриваться в качестве личностного ресурса. С одной стороны, гибкие молодые люди являются адаптивными в плане сохранения своего психического здоровья, но, с другой стороны, переключаясь на субъек-

тивно значимое, они могут затруднять реализацию социально значимых целей.

Следует обратить внимание на то, что, с нашей точки зрения, современное общество, воспитывая молодых людей, не формирует у них чувства ответственности и самостоятельности, в силу чего при столкновении с жизненными трудностями они не склонны к их преодолению и всячески стремятся их избежать. Наиболее выраженным это избегание может быть у молодых людей с высокой гибкостью.

Поэтому при реализации инновационных проектов, в которых ставка делается на перспективных молодых людей, отличающихся оригинальностью мышления и гибкостью поведения, необходимо учитывать индивидуальную специфику их поведения в проблемных ситуациях. Эта специфика, по нашему мнению, требует организации постоянного психологического сопровождения участников инноваций для успешного осуществления проектной деятельности и достижения поставленных целей.

Работа выполнена при поддержке РФФИ (проект № 06-06-80216).

Литература

1. Богомаз С.А. Смысложизненные ориентации, копинг-стратегии и проблема прожектерства // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию В. Франкла): Материалы Междунар. конф. М.: Смысл, 2005. С. 133–140.
2. Богомаз С.А., Левицкая Т.Е. К проблеме изучения гибкости мышления как личностного ресурса психического здоровья школьников // Сиб. психол. журн. 2002. № 16–17. С. 45–51.
3. Богомаз С.А., Левицкая Т.Е. Гибкость реагирования учащихся в условиях психофизиологического эксперимента как диагностический показатель их функционального состояния // Сиб. психол. журн. 2003. № 18. С. 121–126.
4. Залевский Г.В. Фиксированные формы поведения в индивидуальных и групповых системах (в культуре, образовании, науке, норме и патологии). Москва; Томск: ТГУ, 2004. 460 с.
5. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс: Пер. с англ. М.: Наука, 1970. С. 178–208.
6. Леонтьев Д.А. Тест смысловых ориентаций (СЖО). М.: Смысл, 1992. 16 с.
7. Лэнгле А. Жизнь, наполненная смыслом: Прикладная логотерапия. М.: Генезис, 2003. 128 с.
8. Русалов В.М. Опросник формально-динамических свойств индивидуальности: Метод. пособие. М.: ИП РАН, 1997. 50 с.

9. Эммонс Р. Психология высших устремлений: мотивация и духовность личности / Пер. с англ.; Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2004. 416 с.
10. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика личности и малых групп. М.: Изд-во Института психотерапии, 2000. 490 с.
11. Филоненко А.Л., Богомаз С.А. Различия в выборе копинг-стратегий лицами с разной склонностью к манипулятивному поведению // Значение прикладной психологии в новейшей истории России: Материалы Всерос. науч. Интернет-конф. / Под общ. ред. проф. О.А. Ахвердовой. Ставрополь, 2005. С. 91–95.
12. Яковлева Е.Л. Развитие творческого потенциала личности // Вопросы психол. 1996. № 4. С. 28–34.

PREFERENCE IN CHOICE OF THE COPING-STRATEGIES FOR THE PERSONS WITH A HIGH LEVEL OF FLEXIBILITY
S.A. Bogomaz, T.E. Levitskay (Tomsk)

Summary. A high level of flexibility in structure of individuality, presence of the purposes, and also preference in choice of the adaptive coping-strategies are surveyed as the important components of a personal resource. It is established that many respondents with high flexibility, getting in difficult vital situations, prefer to select the quasi-adaptive coping strategy «Switching on dream» and not adaptive strategy «Active avoidance». These strategies remain preferred, even if the high level of building up the purposes of the future is peculiar to the persons with high flexibility. The results specify that the high flexibility, inherent in the man, can determine predilection to switch to other businesses distracting from a unsolved problem.

Key words: flexibility, purpose of the future, coping-strategy, coping behaviour.



Кабрин В.И. Коммуникативный мир и транскоммунитивный потенциал жизни личности: теория, методы, исследования. – М.: Смысл, 2005. – 248 с.

ISBN 5-89357-214-9

В монографии представлен комплекс теоретических, методологических, методических разработок и моделей автора, объединенных идеями коммуникативного подхода в психологии. На феноменологическом, теоретическом и операциональном уровнях рассмотрены коммуникативное пространство и коммуникативный мир личности; транскоммунитивный процесс и транскоммунитивный потенциал личностного роста.

Представлены авторские разработки исследовательских техник «Психо-семантический граф», «Шкалограмотный профилб коммуникабельности», «Метод моделирования коммуникативных миров» и «Тест транскоммунитивных состояний», исследования транскоммунитивных качеств личности и группы в активных образовательных, тренинговых практиках и более широких социокультурных контекстах.

Для психологов и представителей других гуманитарных специальностей.