

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

(повне найменування вищого навчального закладу)

Факультет психології та соціальної роботи

(повне найменування інституту/факультету)

Кафедра загальної психології та психології розвитку особистості

(повна назва кафедри)

Дипломна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему: «Особливості взаємозв'язку копінг-стратегій та ціннісно-смислової сфери особистості »

« The particularities of the relationship between coping strategies and the value-meaningful sphere of personality »

**Виконав: студентка заочної форми навчання
спеціальності 053 Психологія**

Лаказюк Валерія Марківна

Керівник д.психол.н., проф. Кіреєва З. О. _____

Рецензент к.психол.н.,доц. Колот С.О. _____

Рекомендовано до захисту:	Захищено на засіданні ЕК № _____
Протокол засідання кафедри	протокол № _____ від _____ 2019 р.
№ _____ від _____ 2019р.	

Завідувач кафедри

_____ Кіреєва З. О.

(підпис)

Оцінка _____ / _____

_____/_____

Голова ЕК Псядло Е.М.

(підпис)

Одеса – 2019

ЗМІСТ

ВСТУП.....	2
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРИРОДИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА УМОВ ЇЇ ФОРМУВАННЯ	
1.1 Історія вивчення та структура життєстійкості.....	4
1.4 Цінності особистості та зв'язок із життєстійкістю.....	16
1.2 Особливості життєстійкого опанування труднощів	25
1.3. Загальна характеристика та типи копінг-стратегій.....	31
Висновки до першого розділу.....	42
РОЗДІЛ II. ОБГРУНТУВАННЯ МЕТОДИЧНОГО КОМПЛЕКСУ ДОСЛІДЖЕННЯ	
2.1 Організація та методичні засоби дослідження.....	45
2.2 Методики дослідження копінг-стратегій та ціннісних орієнтацій особистості.....	47
Висновки до другого розділу.....	55
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ З ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЮ СФЕРОЮ ОСОБИСТОСТІ	
3.1 Особливості копінг-стратегій у студентів різних фахів	57
3.2 Особливості ціннісних орієнтацій у студентів різних фахів	60
3.3 Особливості смисложиттєвих орієнтацій у студентів різних фахів..	68
3.4 Виявлення взаємозв'язку копінг-стратегій з ціннісно-смысловою сферою особистості	71
Висновки до третього розділу.....	77
ВИСНОВКИ.....	79
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	81

ВСТУП

Актуальність даного теоретико-емпіричного дослідження визначається тим, що в психології останніх десяти років продовжується дослідження проблеми психологічної стійкості особистості під впливом несприятливих умов та обставин займають значне місце, причому, їх кількість постійно збільшується. Фокус уваги дослідників позитивного підходу до функціонування особистості в несприятливих умовах розвитку, спрямований на виявлення тих особистісних властивостей які дозволяють суб'єкту ефективно долати труднощі та самореалізуватися.

В руслі цих досліджень в психологію увійшли та закріпилися такі поняття як «посттравматичний розвиток» (Л. Александрова), «стрес-індуковане особистісне зростання» (О. Суркова), «долаюча поведінка», «копінг-стратегії або стилі долаючої поведінки» (Р. Лазарус, С. Нартова-Бочавер), «особистісний адаптаційний потенціал» (А. Маклаков), «життєтворчість», «особистісний потенціал» (О.Д. Леонтьєв). Всі ці поняття, перш за все, відображають наявність існуючих внутрішніх можливостей людини, якими вона може користуватися в складних умовах життєдіяльності. Найбільш повним поняттям яке відображає значущий феномен психіки людини та є багатокomпонентним особистісним утворенням, що впливає на актуалізацію різноманітних властивостей особистості в несприятливих ситуаціях життєдіяльності – є поняття життєстійкості особистості, введене С. Кобейса, С. Мадді в концепції життєстійкості, створеної в руслі екзистенційної психології.

Мета дослідження - теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити відмінності смисложиттєвої сфери та копінг-стратегій студентів магістратури різних напрямків навчання.

Для досягнення поставленої мети дослідження визначені наступні задачі:

1)проаналізувати феномени життєстійкості, копінг-стратегій та ціннісних орієнтацій;

2)дослідити особливості копінг-стратегій у студентів різних спеціальностей;

3) виявити особливості цінностей та смисложиттєвих орієнтацій у студентів різних фахів;

4) встановити взаємозв'язок копінг-стратегій та ціннісно-сміслової сфери особистості.

Об'єкт дослідження: копінг-стратегії та ціннісні орієнтації студентів Одеського національного університету імені І.І. Мечникова та Національного університету «Одеська юридична академія».

Предмет дослідження: взаємозв'язок копінг-стратегій з ціннісно-смісловою сферою особистості.

Методи дослідження:

а) теоретичні методи – науковий аналіз, абстрагування, синтез, систематизація, що застосовувалися для узагальнення психологічних аспектів проблеми та визначення теоретико-методологічних основ дослідження;

б) емпіричні методи - у емпіричному дослідженні використовувались такі психодіагностичні методики: «копінг-стратегії» (Р. Лазарус); методика "ціннісні орієнтації" (М. Рокич); методика дослідження смисложиттєвих орієнтацій (Д. Крамбо та Л. Махолік в адаптації Д.О. Леонтьєва).

Опис вибірки:30 студентів магістратури НУ ОЮА та ОНУ ім. Мечнікова

Структура й обсяг роботи:робота складається із вступу, трьох розділів, висновків та списку використаних джерел.

ВИСНОВКИ

Одержані в ході теоретичного аналізу і емпіричного дослідження дані дозволяють зробити наступні загальні висновки:

Розроблено програму емпіричного дослідження і впроваджено систему психодіагностичних методів і процедур обробки та інтерпретації даних, спрямованих на вивчення копінг-стратегій.

Виявлені кореляційні взаємозв'язки між досліджуваними явищами вказують на статистичні закономірності в їх прояві.

Встановлені дві групи студентів, які виявилися схожими за звичними для них копінг-стратегіями.

Копінг стратегії активні, переважно свідомі зусилля особистості, що запускаються у ситуації загрози та спрямовані на оволодіння складною ситуацією та вирішення проблеми.

На смисложиттєву сферу впливає ряд чинників, одним з яких виступає копінг-стратегії та їх психологічні прояви.

Визначенно, що смисложиттєвість це - внутрішній ресурс, який підвладний самій людині, саме тому, що вона може змінити і перосмислити те, що сприяє підтриманню її фізичного, психологічного, соціального здоров'я; установка, яка надає життю цінності та смислу в будь-яких ситуаціях.

Теоретично досліджено, що особистісні цінності виступають як своєрідні відношення зі світом, котрі узагальнені й перероблені досвідом соціальної групи. Тому вони фактично не залежать від ситуативних факторів і, можливо, тому не завжди чітко усвідомлюються, зокрема до того часу, поки не стають об'єктом рефлексії

Емпірично встановлено що студенти магістратури юридичного та психологічного спрямування мають подібні прояви смисложиттєвих орієнтацій. Можливо пов'язано з актуальністю активації певних аспектів до схожих соціально-рольових контекстів.

Порівняльний аналіз отриманих результатів надав можливості встановити схожість і розбіжності. Копінг стратегії мають однакову інтенсивність за тими ж самими шкалами для респондентів різних вузів. Що може свідчити про активацію подібних підходів до вирішення стресових ситуацій. Можливо схожість результатів пов'язана з однаковими ситуаціями - дослідження проводилось напередодні екзаменаційної сесії.

Життєві цінності вказують на високий рівень відмінності у досліджуваних різних напрямків навчання. Порівнюючи результати студентів по ціннісним орієнтирам, можна виявити високий рівень автономії та опору на свої сили у магістрантів НУ ОЮА та направленість на обмежене коло знайомств у магістрів ОНУ ім.Мечнікова..

Отримані результати не вичерпують всіх аспектів досліджуваної проблеми, а лише відкривають нові, що пов'язані з пошуком особливостей взаємозв'язку копінг-стратегій з ціннісно-смісловою сферою особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Baltes P.B. Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline // *Developmental Psychology*. 1987. Vol. 23(5). 611 p.
2. Cohen J., Cohen P. Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences. New York: Academic Press, 1983. 300 p.
3. Diener E., Emmons R.A., Larsen R., Griffin S. The satisfaction with life scale // *Journal of Personality Assessment*. 1985. Vol. 49(1). 129 p.
4. Frankl V. The will to meaning: foundations and applications of logotherapy. New York: Plume Press, 1969 434 p.
5. Haan N. Coping and defending: Processes of self–environment organization. / N. Haan. N. Y., Academic Press. - 1977. –346p.
6. Lazarus R. S. From psychological stress to emotions: A history of changing outlooks / R. S. Lazarus // *Annual Review of Psychology*, 1993. – Vol. 44. –230 p.
7. Lazarus, R. S. Stress, appraisal, and coping / Richard S. Lazarus, Susan Folkman. — New York : Springer Pub. Co., 1984. — 456 p.
8. Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and Mental Health / S. R. Maddi, D. M. Khoshaba // *Journal of Personality Assessment*. – 1994. – Oct. – Vol. 63. – N 2. –340 p.
9. May Rollo. The Meaning of Anxiety. N.Y.: Pocket Books, 1977 М.: Независимая фирма "Класс", 2001, 458 p.
10. Nietzsche F. Die Froehliche Wissenschaft. Trans. by K.A. Svas'ian. In: Nietzsche F. Works in 2 volumes. Vol. 1. K.A. Svas'ian (ed.). Moscow, Mysl' [Thought], 1990, 719 p.
11. Preacher K.J., Hayes A.F. Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models // *Behavior Research Methods*. 2008. Vol. 40(3). 491p.
12. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. – СПб.: Алетейя, 2001. –239 с.

13. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.- 322 с.
14. Адлер А. Понять природу человека.- СПб, 1997. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии /Сб. научн. трудов. Вып. 2 / под ред. М.М.Горбатовой, А.В.Серого, М.С.Яницкого. Кемерово: Кузбассвуиздат, 2004.- 309 с.
15. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л. А. Александрова // Сибирская психология сегодня. Сборник научных трудов. – 2004. – Вып. 2. –134 с.
16. Анциферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. — 1994. — Т. 15. — № 1. —318 с.
17. Анциферова Л. И. Гуманистически-экзистенциальный поход к мудрості: способы постижения истинного я и призвания человека // Психологический журнал 2005 г. № 3, 34 с.
18. Баканова А.А. Безопасность жизнедеятельности / Материалы конференции – СПб., Изд-во «Союз», 2003., 86 с.
19. Балл Г.А. Личностная надежность и ее соотношение с личностной свободой / Психология в радиогуманистической перспективе.- К., 2006.- 390 с.
20. Бауман З. Текучая современность.- СПб.- 2008. Бодров В. А. Психологический журнал 2006, №2 Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса, 276 с.
21. Безносков, С. П. Профессиональная деформация личности [Текст] / С. П. Безносков. – СПб. : Речь, 2004. – 272 с..
22. Бех І.Д. Цінності як ядро особистості // Цінності освіти і виховання / І.Д.Бех; за заг. ред. О.В.Сухомлинської. –К.,1997. – 811с.
23. Бех І.Д. Особистісно зорієнтоване виховання: Науковометод.посібник / І.Д.Бех. – К.: ІЗМН, 1998. – 204 с.

24. Богомаз С. А. Жизнестойкость человека как личностный ресурс совладания со стрессами и достижения высокого уровня здоровья [Текст] / С. А. Богомаз // Материалы научнопрактич. конгрессов Третьего Всерос. форума “Здоровье нации”. – Том 3, Часть 1. – Москва, 2007. – 359 с.
25. Бодалёв А.А. Психология о личности. М. Моск. ун-та, 1988.
26. Боришевський М.Й. Духовні цінності як детермінанта громадянського виховання особистості // Цінності освіти і виховання / М.Й.Боришевський. – К., 1997. – 390 с.
27. Бутківська Т.В. Проблема цінностей у соціалізації особистості /Т.В.Бутківська // Цінності освіти і виховання / За заг. ред. О.В.Сухомлинської. – К., 1997. – 404 с.
28. Буякас Т.М. Опыт утверждения общечеловеческих ценностей – культурных символов – в индивидуальном сознании /Т.М.Буякас, С.Ю.Степанов // Вопросы психологии. – 1997. –№5. – 445 с.
29. Вассерман, Л. И., Абабков, В. А., Трифонова, Е. А. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика [Текст] : учебно-методическое пособие / ; под ред. проф. Л. И. Вассермана. – СПб. : Речь, 2010. – 192 с.
30. Водопьянова, Н. Е., Старченкова, Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика [Текст] / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – СПб. : Питер, 2008. – 358 с.
31. Гришина Н.В. Онтопсихология: психология человека как субъекта жизни // Психологические проблемы самореализации личности. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2005. - 329 с.
32. Еникеев, М. И. Психологический энциклопедический словарь [Текст] /М. И. Еникеев. – М. : ТК Велби : Проспект, 2007. – 560 с.
33. Здравомыслов А.Г. Человек и его работа / А.Г.Здравомыслов // Социологические исследования. – М.: Политиздат, 1967. –276 с.
34. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. –276 с.

35. Калуев А. В. Проблемы изучения стрессорного поведения / А. В. Калуев. – К.: CSF, 1998. – 340 с.
36. Капрара Дж., Сервон Д. Психология личности.- СПб, 2003. Когнитивная психология. Под ред. В. Н.Дружинина, Д. В. Ушакова — М.: ПЕР СЭ, 2002 — 480 с.
37. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности. Гродно: Изд-во ГрГУ им. Я.Купалы, 2002. - 324 с.
38. Книжникова С. В. Педагогическая профилактика суицидального поведения на основе формирования жизнестойкости: монография / С. В. Книжникова. – Краснодар: АСВполиграфия, 2009. – 327 с.
39. Кокун, О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія / О. М. Кокун. — К. : Міленіум, 2004. — 265 с.
40. Корнилова Т.В. Методологические основы психологии./ Т.В. Корнилова, С.Д. Смирнов – СПб.: Питер, 2006. – 320 с.
41. Кравчук С. Л. До проблеми особливостей зв'язку духовних цінностей, життєстійкості та якості життя особистості в юнацькому віці / С. Л. Кравчук // імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: збірник наукових праць. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. –№ 5 (50). – 240 с.
42. Кравчук С. Л. Особливості зв'язку духовних цінностей, депресивності та життєстійкості особистості юнацького віку / С. Л. Кравчук // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агенство», 2017. – Том Х. – Вип. 30. –385 с.
43. Кьеркегор С. «Страх и трепет» Москва.2010 - Культурная революция.- 490 с.
44. Ларіна Т.О. Життєстійкість як життєве завдання особистості / Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика / За ред. Н.В. Чепелевої. – К.:ДП «Інформаційно-аналітичек агенство», 2007. – Том 2, вип. 5. -138с.

45. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
46. Леонтьев Д.А. Экзистенциальная тревога и как с ней бороться / Московский Психотерапевтический Журнал 2003, №2.- 287 с.
47. Мадди С. Смыслообразование в процес се принятия решений / Психологический журнал, том 26, № 6, 2005- 342 с.
48. Мадди Сальваторе Р. Теории личности: сравнительный анализ / Пер. с англ. — СПб.: Речь, 2002. — 539 с.
49. Мадди, С. Р. Смыслообразование в процессе принятия решений / С. Р. Мадди // Психологический журнал. – 2005. –Т. 26. –№ 6. – 190 с.
50. Махнач, А. В. Жизнеспособность как междисциплинарное понятие / А. В. Махнач // Психологический журнал. - 2012. – 328 с.
51. Музика О.Л. Суб'єктно-ціннісна детермінація творчої обдарованості // Вісник Житомирського державного педагогічного інституту. – 1998. – №1.- 373 с.
52. Мэй Р. Смысл тревоги. М., "Класс", 2001. Нартова-Бочавер С.К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии.- СПб, 2008.- 400 с.
53. Наливайко Т. В. Исследование жизнестойкости и её связей со свойствами личности: дис. канд. психол. наук: 19.00.05 / Т. В. Наливайко. – Челябинск, 2006. – 175 с.
54. Наливайко, Т.В. Исследование жизнестойкости: дис. канд. психол. наук: 19.00.05. Челябинск, 2006. – 175 с.
55. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. – СПб.: Речь, 2000, 256 с.
56. Пергаменщик Л.А., Лепешинский Н.Н. Опросник «Шкалы психологического благополучия» К.Рифф: процесс и результаты адаптации // Психологическая диагностика. 2007. No. 3.- 361 с.

57. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Основы теоретической психологии / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский // [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/>
58. Пономаренко В.А. Отношение в обостренной ситуации жизнедеятельности. Экстремальность и проблема отношения к профессиональной деятельности и в профессиональной жизнедеятельности. /Психологический журнал, 2008, № 5,- 234 с.
59. Прохоров, А.О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности / А. О. Прохоров. — М. : PerSe, 2005. — 350 с.
60. Родина, Н. В. К проблеме соотношения понятий «копинг-стратегии» и «защитные механизмы». Психодинамический подход // Тенденції розвитку психології в Україні: історія та сучасність : матеріали всеукраїнської науково- практичної конференції. -К. : Либідь, 2006. —264 с.
61. Рокич, М. Природа человеческих ценностей / М. Рокич // Свободная пресса. – 1973. – №5. – 317 с.
62. Рубинштейн С.Л. Человек и мир /Сергей Леонидович Рубинштейн. – М.: ДиректМедиа, 2008. – 360 с.
63. Селье, Г. Стресс без дистресса [Текст] /Г. Селье. – М. Прогресс, 1979. – 123 с.
64. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Копинг-поведение и психопрофилактика психосоциальных расстройств у подростков // Обзорение психиатрии и медицинской психологии 1994. – № 1. -246 с.
65. Сирота, Н. А. Программа формирования здорового жизненного стиля /Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. — М., 2000. - 219 с.
66. Тиллих П. Избранное. М.: "Юрист", 1995, 413 с.
67. Фанталова Е.Б. Об одном методическом подходе к исследованию мотивации и внутренних конфликтов (на контингенте больных артериальной гипертонией и здоровых лиц) // Психологический журнал. 1992. Т. 13, No. 1.- 255 с.

68. Фомина, А.Н. Жизнестойкость личности. Монография. – М.: МПГУ, 2012. – 152 с.
69. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 450 с.
70. Чудновский В.Э. Становление личности и проблема смысла жизни: избр. тр. М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2006. - 342 с.
71. Шадриков В. Д. Введение в психологию: способности человека / В. Д. Шадриков. – М.: Логос, 2002. – 160 с.