

АНТИЦИПАЦИОННАЯ СОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ
В СТРУКТУРЕ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Надежда Павловна Ничипоренко, Владимир Давыдович Менделевич

ГОУ ВПО «Казанский государственный медицинский университет Росздрава»,
кафедра медицинской и общей психологии, 420012, г. Казань, ул. Бутлерова, 49,
e-mail: zomis777@gmail.com, mend@tbit.ru

Реферат. Проанализированы результаты исследования антиципационной состоятельности и копинг-поведения как элементов единой системы стабилизации личности. Выявлены корреляции между антиципационной состоятельностью и различными стратегиями копинга, а также гендерные особенности системы стабилизации личности. Результаты исследования позволяют рассматривать антиципационную состоятельность как форму предупреждающего копинга, обязательный элемент и индикатор психологического здоровья и благополучия личности.

Ключевые слова: антиципация, прогнозирование, антиципационная состоятельность, копинг-поведение, психологическое здоровье, индивидуальные различия, гендерные особенности.

Ш•ХЕСНЕ• ҮЗ-ҮЗЕН КУЛГА АЛУ
СТРУКТУРАСЫНДА АНТИЦИПАЦИОН НИГЕЗЛЕЛЕК

Надежда Павловна Ничипоренко,
Владимир Давыдович Менделевич

Казан дәүләт медицина университеты һәм гомуми
психология кафедрасы, 420012, Казан ш.һ.ре, Бутлеров
урамы, 49, e-mail: zomiz777@gmail.com

Ш•хесне тотрыкландыруны• бердәм системасы элементлары буларак антиципацион нигезлелек һәм копинг-үз-үзеңне тотыш хал•тен өйрәнү н•ти•л•рен• анализ ясала. Антиципацион нигезлелек һәм копингны• төрле стратегиялар• арасында корреляциялар, шулай ук ш•хесне тотрыкландыру системасыны• гендерлы үзенч•лекл•ре ачыклана. Тикшерү н•ти•л•ре антипацион нигезлелекне алдан уздыру копингыны• бер фомасы, ш•хесне• психологик с•лам•тлегеңе• м•бүри элементы һәм индикаторы буларак карарга мөмкинлек бир•ләр.

Төп төшенч•ләр: антиципация, прогнозулау, копинг-үз-үзеңне тоту, психологик с•лам•тлек, ш•хси аерымлыктар, гендерлы үзенч•лекләр.

ANTICIPATION OPULENCE IN THE STRUCTURE
OF PERSONAL COPING-BEHAVIOUR

Nadeshda Pavlovna Nichiporenko,
Vladimir Davydovich Mendelevich

«Kazan state medical university of Russian health protection»,
chair of medical and general psychology, 420012, Kazan,
Butlerov Street, 49, e-mail: zomis777@gmail.com

The article represents analysis of the results of the investigation on the anticipation opulence and coping-behavior of a personality as the elements of the complex system of personal

stabilization. The correlative communications between the anticipation opulence and various strategies of coping as far as the gender peculiarities of personality's system of stabilization are revealed. The results of this study allow examining the anticipation opulence as a form of preliminary coping and a necessary element and indicator of personal psychological health and well-being.

Key words: anticipation, prediction, anticipation opulence, coping-behavior, psychological health, individual differences, gender peculiarities.

Проблема адаптации личности к трудным жизненным ситуациям сформулирована достаточно давно [4, 16]. Современные исследования в этой области, ведутся в двух ракурсах — с позиции как нормы, так и патологии, на стыке психологии и медицины [1, 5, 7, 9, 10, 12]. В более широком контексте эта тема изложена в работах Л.И. Анцыферовой, рассматривающей общепсихологические и возрастные закономерности решения жизненных задач и проблем [2, 3]. О.А. Конопкин оперирует понятием «общая способность к саморегуляции произвольной активности», понимая под ним способ овладения деятельностью, ... способность самостоятельно решать нестандартные задачи, осуществлять деятельность в нестандартных условиях, требующих смены способов действия [6]. Наиболее часто для описания поведения человека в стрессовых ситуациях используют два близких по содержанию понятия: психологическая защита и совладающее (копинг) поведение [11]. Различия между защитой и копингом заключаются в разной степени осознанности, рефлексивности, целенаправленности, подконтрольности, активности во взаимодействии с реальностью. Существенное же отличие состоит в том, что психологическая защита — это способ регуляции аффективного конфликта, в то время как копинг — осознанная стратегия взаимодействия с реальностью [14].

Нарушение гомеостаза в организме может привести к запуску либо автоматических адаптивных реакций, либо целенаправленных адаптивных действий. В первом случае речь идет о неосознанных поведенческих реакциях — психологических защитных механизмах, во втором — об осознанном поведении совладания. Для успешного осуществления совладающего поведения (копинга) необходимо соблюдение трех условий: во-первых, человек должен достаточно полно осознавать возникшие трудности, во-вторых, знать способы эффективного совладания с ситуациями данного типа и, в-третьих, уметь своевременно применять их в конкретных обстоятельствах [4]. Как показывают современные исследования, стили совладания зависят от того, как ту или иную ситуацию воспринимает сам человек, т.е. от субъективной оценки трудной жизненной ситуации. Из этого следует, что репертуар копинг стратегий — динамичная структура, а эффективный копинг — это репертуар стратегий, которые человек сознательно и гибко использует для поддержания необходимого для него качества жизни [15].

Таким образом, поведение совладания является, скорее, заключительной частью цепи реакций субъекта на стрессогенные обстоятельства: стимул (ситуация, стрессор) — стрессовая реакция — психологическая защита — копинг-поведение. Однако в идеальной модели адаптивное поведение имеет следующую структуру: сигналы-предвестники ситуации — антиципация — предупреждающая реакция — стимул (ситуация, стрессор) — отсутствие стрессовой реакции — адаптивное поведение. Схема упрощена, но позволяет увидеть принципиальные отличия адаптивной реакции от существенно менее эффективного поведения. И это принципиальное отличие обеспечивается антиципационной состоятельностью личности — способностью сформировать прогноз и реализовать адаптивную реакцию до наступления потенциально травмирующих событий. Эта идея отнюдь не нова и лаконично сформулирована в житейском высказывании, что мудрость человека проявляется не в том, как он справляется с проблемными ситуациями, а в том, что он в них не попадает.

В исследовании, целью которого являлось изучение взаимосвязи антиципационной состоятельности с предпочтением тех или иных стратегий совладающего поведения, участвовали 104 человека (женщин — 61, мужчин — 43).

Средний возраст — 35,9 года, по социальному составу разнородны. Методологической основой исследования были теория антиципационной деятельности Б.Ф. Ломова [8], концепция неврозогенеза В.Д. Менделевича [9, 10], модель психического и закономерности ее развития в онтогенезе Е.А. Сергиенко, Е.И. Лебедевой, О.А. Прусаковой [13]. Гипотезой исследования служило предположение о том, что обследуемые с высоким уровнем развития антиципационных способностей станут предпочитать конструктивные копинг-стратегии, направленные на разрешение стрессовой ситуации, в то время как низкая прогностическая компетентность будет сопряжена с использованием неконструктивного совладающего поведения.

Для изучения копинг-поведения был использован опросник (Норман С., Эндлер Д.Ф., Джеймс Д.А., Паркер М.И.; адаптированный вариант Крюковой Т.А.) из 48 пунктов, позволяющий определять степень предпочтения совладающих стратегий по трем основным и двум дополнительным шкалам. Основные шкалы: копинг, ориентированный на решение задачи; копинг, ориентированный на эмоции, и копинг, ориентированный на избегание. К дополнительным относятся субшкалы, выделенные в шкале избегания: собственно избегание травмирующей ситуации и социальное отвлечение. Для изучения прогностической компетентности использовался тест антиципационной состоятельности (ТАС) В.Д. Менделевича.

По средним значениям антиципационной состоятельности выборка достоверно не отличалась от нижней границы нормы в выборке стандартизации ТАС, но имела более низкие значения по сравнению с таковыми у здоровых лиц [10] по параметру личностно-ситуативной антиципационной состоятельности ($t = 3,7$; $p < 0,01$). По выборке в целом испытуемые отдавали предпочтение конструктивным копинг-стратегиям, направленным на решение задач (среднее арифметическое значение — 58,1), на втором месте по степени предпочтения был копинг, ориентированный на избегание (44,2), на третьем — копинг, ориентированный на эмоции (43,7). Статистически достоверные различия в предпочтении того или иного типа совладающего поведения между мужчинами и женщинами были обнаружены по шкале копинга, ориентированного на эмоции: женщины достоверно чаще использовали подобные стратегии ($t = 2,2$; $p < 0,05$).

АНТИЦИПАЦИОННАЯ СОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ В СТРУКТУРЕ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Показатели пространственной антиципационной состоятельности у женщин оказались ниже, чем у мужчин ($t = -4,83$; $p < 0,01$). Мужчины более успешно прогнозировали пространственные характеристики среды, закономерности перемещения объектов и собственные движения. Результаты корреляционного анализа приведены в табл. 1.

Таблица 1

Взаимосвязь параметров антиципационной состоятельности и стратегий копинг поведения в общей выборке (104 чел.)

Параметры	Копинг, направленный			Субшкала социального отвлечения
	на решение задач	на эмоции	на избегание	
Пространственная АС	0,14	-0,28 **	-0,18	-0,15
Временная АС	0,13	-0,20 *	-0,08	-0,00
Личностно-ситуативная АС	0,15	-0,14	-0,02	0,01
Общая АС	0,21*	-0,27 **	-0,11	-0,06

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$. То же в табл. 2.

развития антиципационных способностей возрастает количество «степеней свободы» в сопряженности тех или иных личностных особенностей, их взаимная детерминация становится нелинейной, появляется множество опосредующих факторов, возрастают возможности компенсации, организация системы психической адаптации личности усложняется и становится более гибкой, в то время как недостаточный уровень развития прогностической компетентности связан с дефицитностью, ригидностью и сниженной эффективностью системы психической адаптации личности в целом.

Интересным оказался гендерный аспект анализа полученных данных. Сравнив силу и количество достоверных взаимосвязей в мужской и женской выборках, мы получили следующие результаты (табл. 2).

У мужчин взаимосвязи компонентов антиципационной состоятельности с характеристиками копинг-поведения более интенсивны и многочисленны (5 достоверных корреляций у мужчин и

Таблица 2

Взаимосвязь параметров антиципационной состоятельности и базовых копинг-стратегий в мужской и женской выборках

Виды антиципационной состоятельности	Копинг, направленный					
	на решение задач		на эмоции		на избегание	
	муж.	жен.	муж.	жен.	муж.	жен.
Пространственная	0,46**	-0,08	-0,25	-0,16	-0,36**	-0,08
Временная	0,11	0,13	0,06	-0,33*	0,02	0,14
Личностно-ситуативная	0,43**	-0,03	-0,21	-0,10	-0,22	0,14
Общая	0,49**	0,00	-0,21	-0,26	-0,27*	0,01

Выдвинутое нами предположение о связи антиципационной состоятельности с копинг-стратегиями подтвердилось лишь частично. Мы не обнаружили высоких и многочисленных корреляций между изученными параметрами. По результатам корреляционных зависимостей можно констатировать, что общая прогностическая компетентность способствует предпочтению личностью конструктивных копинг-стратегий, направленных на анализ сложившейся проблемной ситуации и решение задач. В то же время антиципационная несостоятельность связана с условно-конструктивным копингом, ориентированным на эмоции, и эти характеристики более согласованы (коэффициенты корреляции достигают уровней статистической значимости), чем конструктивные стратегии с развитой прогностической компетентностью. По мере

лишь один значимый коэффициент у женщин), и характер этих связей отличен от закономерностей, которые мы описали выше для объединенной выборки. Для мужчин высокий уровень прогностической компетентности и предпочтение конструктивного копинга, направленного на разрешение проблемной ситуации, — взаимосвязанные признаки. Высокие коэффициенты корреляции свидетельствуют о том, что они, в свою очередь, могут быть детерминированы другими факторами более высокого порядка, например, особенностями формально-логического и социального интеллекта. Низкая пространственная антиципационная состоятельность у мужчин связана с деструктивными стратегиями избегания проблем, уклонения от поиска решений сложившейся ситуации. С учетом того, что моторная неловкость сама по себе является

признаком психологической нестабильности, подобная взаимосвязь выглядит вполне логичной, однако в женской выборке аналогичная сопряженность носит случайный характер.

Полученные результаты можно интерпретировать следующим образом.

Во-первых, есть основания полагать, что прогностическая компетентность и копинг-поведение являются компонентами единой системы стабилизации личности, выполняя в ней различные функции. Антиципационная состоятельность позволяет человеку предвидеть возможные стрессовые события и подготовиться к ним, повышая общую стрессоустойчивость личности и снижая риск психологической травматизации. Во-вторых, внутренняя организация системы стабилизации личности неодинакова у мужчин и женщин. У мужчин компоненты этой системы более взаимосвязаны и образуют более плотную структуру. У женщин антиципационная состоятельность и копинг-поведение практически не связаны друг с другом, могут иметь различные детерминанты и большее, чем у мужчин, число опосредствующих факторов в своих проявлениях. Иными словами, если мужчина обладает хорошо развитыми способностями предвидеть события и предпринимать соответствующие усилия по предотвращению стрессогенной ситуации, то он будет так же эффективен в своем поведении и по разрешению уже возникшей проблемы. Подобная закономерность многовероятно не подтвердится для женщин: их развитая способность к упреждению проблемных ситуаций вовсе не гарантирует конструктивного поведения по совладанию со стрессом.

Таким образом, прогностическая компетентность выполняет стабилизирующие функции до наступления травмирующих событий, в то время как система психологических защит (бессознательно) и копинг-поведение (целенаправленно и осознанно) обеспечивают стабилизацию личности и выработку адаптивных форм поведения *post factum*. Адаптивная функция антиципационной состоятельности состоит в программировании оптимального для будущей ситуации поведения, в связи с чем прогностическая компетентность, несомненно, является формой упреждающего копинга. Основной задачей системы стабилизации личности является обеспечение адаптационных процессов на уровне

психического отражения. Правомочен вывод о том, что антиципационная состоятельность выступает обязательным элементом и индикатором психологического здоровья и благополучия личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Абитов, И.Р.* Антиципационная состоятельность в структуре совладающего поведения (в норме и при психосоматических и невротических расстройствах): Автореферат дисс. ... канд. психол. наук. — Казань, 2007. — 21 с.
2. *Анцыферова, Л.И.* Личность в трудных жизненных ситуациях: переосмысление и преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. — 1994. — №1. — С. 3—18.
3. *Анцыферова, Л.И.* Мудрость и ее проявления в разные периоды жизни человека // Психологический журнал. — 2004. — Т. 25, №3. — С. 17—24.
4. *Гульдан, В.В.* Исследование некоторых механизмов регуляции поведения при психопатиях: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. — М., 1975.
5. *Исаева, Е.Р.* Копинг-механизмы в системе приспособительного поведения больных шизофренией: Дисс. ... канд. психол. наук. — СПб, 1999. — 147 с.
6. *Конопкин, О.А.* Осознанная саморегуляция как критерий субъектности // Вопр. психол. — 2008. — №3. — С. 22—34.
7. *Лебедев, И.Б.* Психологические механизмы, стратегии и ресурсы стресс преодолеляющего (копинг-поведения) специалистов экстремального профиля: Дисс. ... докт. психол. наук. — М., 2002. — 432 с.
8. *Ломов, Б.Ф.* Антиципация в структуре деятельности / Б.Ф. Ломов, Е.Н. Сурков. — М., 1980. — 279 с.
9. *Менделевич, В.Д.* Антиципационные механизмы невротогенеза // Психологический журнал. — 1996. — №4. — С. 107—115.
10. *Менделевич, В.Д.* Неврология и психосоматическая медицина / В.Д. Менделевич, С.Л. Соловьева. — М.: МЕДпресс-информ, 2002. — 608 с.
11. *Никольская, И.М.* Психологическая защита у детей / И.М. Никольская, Р.М. Грановская. — СПб, 2001. — 507 с.
12. *Певзнер, А.Е.* Психологические факторы стереотипной и вариативной стратегий поведения: Дисс. ... канд. психол. наук. — СПб, 1996. — 143 с.
13. *Сергиенко, Е.А.* Модель психического в онтогенезе человека / Е.А. Сергиенко, Е.И. Лебедева, О.А. Прусакова. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. — 415 с.
14. *Соколова, Е.Т.* Феномен психологической защиты // Вопр. психол. — 2007. — № 4. — С. 66—79.
15. *Холодная, М.А.* Структура стратегий совладания в юношеском возрасте (к проблеме валидности опросника «Юношеская копинг-шкала») / М.А. Холодная, О.Г. Берестнева, Е.А. Муратова // Вопр. психол. — 2007. — №4. — С. 143—156.
16. *Ямпольский, Л.Т.* Сравнительный анализ адаптивного поведения здоровых и больных шизофренией: Дисс. ... канд. психол. наук. — М., 1974.

Поступила 11.08.10.