

ID: 2017-01-1151-T-11392

Тезис

Коваленко С.Р., Аранович И.Ю.

### Исследование ведущих копинг — стратегий среди школьников в ГАУ СО СОЦ «Ударник»

*ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России*

Подростковый период — это возраст самых больших неопределенностей, когда человек может с легкостью совершить криминальные действия, суицидальные попытки из-за воздействия на него большого количества стресса и неэффективных способов совладания с ним.

**Цель исследования:** выявить ведущие копинг - стратегий среди школьников в ГАУ СО СОЦ «Ударник».

**Материал и методы.** В исследовании приняли участие дети 9 — 17 лет, находящиеся в летнем лагере в ГАУ СО СОЦ «Ударник». Всего было протестировано 46 человек, среди которых 19 мальчиков и 27 девочек. Для исследования была использована методика определения индивидуальных копинг - стратегий Э. Хейма (1988 год), в адаптации Л. И. Вассермана.

**Результаты.** Среди когнитивных способов совладания со стрессом большинство респондентов (9 человек) выбрали "придача смысла", как ведущую когнитивную копинг — стратегию. Она является относительно адаптивным вариантом поведения, конструктивность которого зависит от значимости и выраженности ситуации преодоления.

Из эмоциональных копинг — стратегий больше всего человек (29) выбрали «оптимизм» – эмоциональное состояние с активным возмущением и протестом по отношению к трудностям и уверенностью в наличии выхода в любой, даже самой сложной, ситуации. Это адаптивная копинг — стратегия, которая помогает быстро и успешно совладать со стрессом.

Среди поведенческих копинг — стратегий преобладал выбор «отвлечение» (15 человек), также являющийся относительно адаптивной формой поведения.

**Заключение.** Таким образом, для респондентов характерно использование относительно адаптивных ведущих копинг — стратегий преодоления стресса.

**Ключевые слова:** копинг-стратегии, подростки