**БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИАЛЬНЫХ НАУК**

**Кафедра социальной работы и реабилитологии**

Аннотация к дипломной работе

**Взаимосвязь психологического благополучия и копинг-стратегии у выпускников гимназии**

Мишина Диана Александровна

Научный руководитель:

старший преподаватель Ачинович Тереза Иосифовна

Минск, 2022

Аннотация

Взаимосвязь психологического благополучия и копинг-стратегии у выпускников гимназии / Мишина Диана Александровна; Факультет философии и социальных наук, Кафедра социальной работы и реабилитологии; науч. рук. Т.И. Ачинович

**Объект** исследования - психологическое благополучие.

**Предмет** исследования - взаимосвязь психологического благополучия и копинг-стратегий у выпускников гимназии.

**Цель исследования** - выявить взаимосвязь психологического благополучия и копинг-стратегий у выпускников гимназии.

**Основные результаты.** В ходе исследования были определены различия в использовании копинг-стратегий выпускниками гимназии с различными уровнями психологического благополучия: низкий уровень выраженности автономии присущ выпускникам с дезадаптивным вариантом поиска социальной поддержки; низкий уровень выраженности положительных отношений – у выпускников с дезадаптивным вариантом планирования решения проблем; высокий уровень выраженности личностного роста – у выпускников с адаптивным вариантом самоконтроля; низкий уровень выраженности самопринятия – у выпускников с дезадаптивным вариантом принятия ответственности. Выявлены статистически значимые связи между факторами психологического благополучия и копинг-стратегиями.

Дипломная работа включает в свою структуру следующие элементы: введение, основную часть, состоящую из двух глав, заключение, список использованных источников из 61 наименований. Общий объем дипломной работы – 87 страниц

**Ключевые слова:** ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ, КОМПОНЕНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ, СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ, КОПИНГ-СТРАТЕГИИ, ЭФФЕКТИВНОСТЬ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ.

The relationship of psychological well-being and coping strategies among graduates of the gymnasium / Mishina Diana Alexandrovna; Faculty of Philosophy and Social Sciences, Department of Social Work and Rehabilitation; scientific adviser T.I. Achinovich

**Object** of the research: psychological well-being.

**Subject** of the research: the relationship between psychological well-being and coping strategies among gymnasium-leavers.

**Purpose of research:** to identify the relationship between psychological well-being and coping strategies among gymnasium-leavers.

**The results:** In the course of the empirical research differences in the use of coping strategies by gymnasium school-leavers with different levels of psychological well-being were determined: a low level of autonomy is inherent in gymnasium-leavers with a maladaptive search for social support; low level of expressiveness of positive attitudes – among gymnasium-leavers with a maladaptive variant of problem solving planning; a high level of expressiveness of personal growth – among gymnasium-leavers with an adaptive variant of self-control; a low level of self-acceptance is observed among gymnasium-leavers with a maladaptive option of taking responsibility. Statistically significant correlations between factors of psychological well-being and coping strategies among gymnasium-leavers were also revealed.

The thesis includes in its structure the following elements: introduction, the main part, consisting of two chapters, conclusion, list of sources used from 61 items. The total volume of thesis is 87 pages.

**Keywords:** PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, COMPONENTS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, COPING BEHAVIOR, COPING STRATEGIES, EFFICIENCY OF COPING BEHAVIOR

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абульханова-Славская, К.А. Принцип субъекта в философско-психологической концепции С.Л. Рубинштейна // К.А. Альбуханова-Славская //Материалы: сб. ст. / Под ред. Б.Ф. Ломова. М.: Наука, 1989. – С. 433.
2. Батурин, Н.А. Теоретическая модель личностного благополучия /Н.А. Батурин, С.А. Башкатов, Н.В. Гафарова // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. – 2013. – Т. 6, №. 4. – С.4-13.
3. Бенко, Е.В. Обзор зарубежных публикаций, посвященных исследованию благополучия / Е.В. Бенко // Вестник ЮУГУ. Серия: Психология. – 2015. – №2. – С. 5-13.
4. Бессонова, Ю.В. О структуре психологического благополучия / Ю.В. Бессонова // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве. – Екатеринбург : УГПУ. – 2013. – С. 30-35.
5. Битюцкая, Е.В. Когнитивное оценивание и стратегии совладания в трудных жизненных ситуациях: автореф. дис. … канд. психол. наук :19.00.01 / Е.В. Битюцкая. – М. : МГУ, 2007. – 30 с.
6. Блинова, В.Л. Особенности жизнестойкости и копинг-поведения личности при разных типах готовности к саморазвитию / В.Л. Блинова // Филология и культура. – 2011. – № 26. – С. 378-383.
7. Божович, Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе / Л.И. Божович // Вопросы психологии. – 1979. – № 4. – с.23-34.
8. Борисова, И.В. Взаимосвязь психологического благополучия и копинг-поведения у студентов / И.В. Борисова // Проблемы психологического благополучия : материалы международной научно-практической конференции / Уральский государственный педагогический университет; редакол. С.А. Водяхина [и др.]. – Екатеринбург, 2021. – С. 88-93.
9. Брэдбурн, Н. Структура психологического благополучия / Н. Брэдберн. – Ярославль : Инфра, 2005. – 13 с.
10. Бутрим, Г.А. Неадаптивные копинг-стратегии как факторы суицидального риска у молодых людей / Г.А. Бутрим, А.А. Колмаков // Психолого-социальная работа в современном обществе: проблемы и решения: сборник материалов международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19-21 апреля 2012 г. / СпбГИПСР; редкол.: Ю.П. Платонов [и др.]. – СПб. : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2012. – С. 34-38.
11. Ветрова, И.И. Сравнение динамики психологических механизмов регуляции поведения (совладания, психологических защит и контроля поведения) у подростков в лонгитюдном исследовании и методом срезов / И.И.  Ветрова // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова : Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2012. – №4. – С. 233-237.
12. Водяха, С.А. Предикторы психологического благополучия студентов / С.А. Водяха // Педагогическое образование в России. – 2013. – №1. – С. 70-74.
13. Высотина, А.В. Социально-психологические аспекты формирования адаптивных копинг-механизмов у подростков с разным уровнем тревожности: выпускная квалификационная работа бакалавра : 44.03.02 / А.В. Высотина. –Красноярск : СФУ, 2018. – 93 с.
14. Гребенников, Л.Р. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика / Л.Р. Гребенников, Е.С. Романова. – Мытищи: Изд-во «Талант», 1990. – 144 с.
15. Григоренко, Е.Ю. Психологическое благополучие студентов и определяющие его факторы / Е.Ю. Григоренко // Проблемы развития территории. – 2009. – №. 2. – С. 98–105.
16. Дубровина, И.В.Психологическое благополучие школьников : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / И. В. Дубровина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 140 с.
17. Жуковская, Л.В. Шкала психологического благополучия К. Рифф / Л.В. Жуковская, Е.Г. Трошихина // Психологический журнал. – 2011. – №2. – С. 82-93.
18. Зотова, О.Ю. Психологическое благополучие личности / О.Ю. Зотова. – Екатеринбург : Гуманитарный университет, 2017. – 312 с.
19. Идобаева, О.А. Психолого-педагогическая модель формирования психологического благополучия личности: дис. … докт. психол. наук :19.00.07 / О.А. Идобаева. – М., 2013. – 389 с.
20. Исаева, Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни / Е.Р. Исаева. – СПб.: Издательство СПбГМУ, 2009. – 136 c.
21. Карапетян, Л.В. Исследование благополучия в отечественной психологии / Л.В. Карапетян // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. – 2017. – №. 2. – С.132-137.
22. Карвасарский, Б.Д. Копинг-поведение (механизмы совладания) как сознательные стратегии преодаления стрессовых ситуаций и методы их определения: пособие для врачей и психологов / Б.Д. Карвасарский, В.А. Абабков, А.В. Васильева и др. – Санкт-Петербург : НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2016. – 28 с.
23. Кашпурова, Е.Н. Характеристика основных подходов к понятию психологического благополучия / Е.Н. Кашпурова // Психология сегодня: сборник научных статей 13 Всероссийская научно-практическая конференция / отв. за вып. А.М. Павлова. – Екатеринбург: ФГАОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т», 2011. – С. 50-55.
24. Кислицына, О.А. Измерение качества жизни и благополучия: международный опыт / О.А. Кислицына. – М.: Институт экономики РАН, 2016. – 62 с.
25. Корзун, С.Н. Взаимосвязь копинг-стратегий, психологического благополучия и осмысленности жизни / С.Н. Корзун. – URL :https://elib.bspu.by/bitstream/doc/16756/1. – Дата доступа :14.04.2022.
26. Корниенко, Д.С. Личностные предикторы психологического благополучия / Д.С. Корниенко //Фундаментальные исследования. – 2014. –№ 11. – С. 429-432.
27. Крюкова, Т.Л. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения / Т.Л. Крюкова // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26. – №. 2. – С. 5-15.
28. Крюкова, Т.Л. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк // Журнал практического психолога. – 2007. – № 3. – С. 93-112.
29. Крюкова, Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние и психологические, социокультурные перспективы /Т.Л. Крюкова // Вестник Костромского государственного университета им.Н.А. Некрасова. – 2013. – №. 5. – С. 184-188.
30. Куликов, Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью / Л.В. Куликов // Общество и политика. – СПб: Изд-во С.-Петербургского ун-та. –2008. – С. 476-510.
31. Лепешинский, Н.Н. Адаптация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф / Н.Н. Лепешинский // Психологический журнал. – 2007. – №3. – С. 24-37.
32. Литвинова, Н.Ю. Психологические факторы субъективного благополучия / Н.Ю. Литвинова // Известия СУ. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2015. – №2. – С. 147-149.
33. Нартова-Бочавер, С.К. «Copingbehavior» в системе понятий психологии личности / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. –1997. – Т. 18. – №. 5. – С. 20-30.
34. Никольская, И.М. Совладающее поведение в защитной системе человека / И.М. Никольская // Психология совладающего поведения: Материалы Междунар. науч.- практ. конф. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2007. – С. 52-54.
35. Новак, Н.Г. Основные подходы к определению психологического благополучия личности в современной психологии / Н.Г. Новак // Психологический журнал. – 2008. – №2. – С.21-25.
36. Павлоцкая, Я.И. Психологическое благополучие в юношеском возрасте: система отношений и социальная активность / Я.И. Павлоцкая // От истоков современности. – 2015. – С. 107-110.
37. Процукович, Е.П. Взаимосвязь копинг-стратегий с субъективным благополучием / Е.П. Процукович // Наука и современность. – 2011. – №6. – С. 132-136.
38. Пучкова, Г.Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности: дис. … канд. психол. наук : 19.00.01 / Г. Л.Пучкова. – Хабаровск, 2003. – 163 с.
39. Сенгеева, О.Л. Современные подходы в изучении психологического благополучия и совладающего поведения / О.Л. Сенгеева // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. – 2012. – №5. – С. 28-31.
40. Сирота, Н.А. Копинг-поведение в подростковом возрасте / Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский. – Санкт-Петербург :СБбГУ, 2014. – 283 с.
41. Соколова, М.В. Шкала субъективного благополучия / М.В. Соколова // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М. : Изд-во Института психотерапии, 2002. – С. 467-470.
42. Трущенко, М.Н. Проблема совладающего поведения в психологической литературе / М.Н. Трущенко //Психологические науки: теория и практика : матер. Междунар. науч. конф. – М. : Буки-Веди, 2012. –С. 13-16.
43. Хазова, С.А. Копинг-ресурсы субъекта: основные направления и перспективы / С.А. Хазова // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. – 2013. – №5. – С. 188-191.
44. Хазова, С.А. Когнитивные ресурсы совладающего поведения: эмпирические исследования / С.А. Хазова. – Кострома: КГУ им. Н.А.Некрасова, 2010. – 150 с.
45. Холодная, М.А. Стили совладания в юношеском возрасте в контексте проблемы интеллектуального контроля совладающего поведения // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А.Л. Журавлева и др. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. – С. 84-96.
46. Церковский, А.Л. Современные взгляды на копинг-проблему / А.Л. Церковский // Вестник ВГМУ. – 2006. – Т. 5.– № 3. – С. 112–121.
47. Шамионов, Р.М. Субъективное благополучие личности :психологическая картина и факторы / Р.М. Шамионов. – Саратов : Научнаякнига, 2008. – 296 с.
48. Шевеленкова, Т.Д. Психологическое благополучие личности / Т.Д. Шевеленкова, Т.П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. –№3. – С. 95-129.
49. Ширинская, Н.Е. Структура психологического благополучия студентов / Н.Е. Ширинская // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. XLI междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск: СибАК, 2014. – №6. – С. 62-73.
50. Amirkhan, J.H. A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator / J.H. Amirkhan // Journal of personality and social psychology. – 1990. – Т. 59 (5). – Р. 1066-1074.
51. Diener, E. Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicators / E. Diener, E. Suh // Social Indicators Research. – 2013. – V.40. – № 1-2. – Р. 189-216.
52. Endler, N.S. Multidimensional Assessment of Coping: A Critical Evaluation / N.S. Endler, J.D. Parker // J. of Personality and Social Psychology. – 1990. – Vol. 58. – № 5 – Р. 844-854.
53. Folkman, S. Personal control and stress and coping processes: a theoretical analysis / S. Folkman // J. of Person. аnd soc. Psychology. – 1984. – № 4. –Vol. 46. – Р. 839-852.
54. Hobfoll, S. Stress, social suppot, and women / S. Hobfoll. – Washington DC: Hemisphere, 1988. – 178 p.
55. Lazarus, R.S. Stress, Appraisal and Coping / R.S. Lazarus, S. Folkman. – N.Y., 1984. – 218 p.
56. Lazarus, R.S. The concept of coping / R.S. Lazarus, S. Folkman // Stress and Coping. – 1991. – P. 189-206.
57. Ryan, R.M.Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being/ R.M. Ryan, E.L. Deci // American Psychology. – 2000. – № 55. – P. 68-78.
58. Roothman, B.Gender differences inaspects of psychological well-being/ B.Roothman, D.K. Kirsten, M.P.Wissing//South African journal of psychology. – 2003.– Т. 33. – №. 4. – С. 212-218.
59. Ryff, C.D. Psychological well-being in adult life/ C.D. Ryff //Current directionsin psychological science. – 1995. – Т. 4. – №. 4. – С. 99-104.
60. Seligman, M. Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being/ M. Seligman. – Atria Books, 2012. –368 P.
61. Wardle, J.The impact of obesity on psychological wellbeing / J. Wardle, L. Cooke //Best practice & research clinical endocrinology & metabolism. – 2005. – Т.19. – №. 3. – С. 421-440.