

ОСОБЕННОСТИ САМООТНОШЕНИЯ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ И СПЕЦИАЛИСТОВ ПО СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЕ

Д. А. Малиновская

*Белорусский государственный университет, пр. Независимости, 4,
220030, г. Минск, Беларусь; hsd.m.31@gmail.com
Научный руководитель – Т. В. Тратинко, старший преподаватель*

В статье рассматривается проблема самоотношения и копинг-стратегий у сотрудников учреждений социальной защиты. Приведены результаты исследования, которое направлено на выявление особенностей самоотношения и копинг-стратегий у сотрудников учреждений социальной защиты.

Ключевые слова: самоотношение; копинг-стратегии; сотрудники учреждений социальной защиты; профилактика.

В настоящее время в психологической науке не существует единого подхода и определения для понятия «самоотношение». Изучение работ, посвященных рассмотрению, а также изучение отношения человека к самому себе, говорит о большом количестве терминов, используемых для более глубокого описания его содержания. К данным терминам относятся следующие: общая самооценка, самоуважение, самопринятие, эмоционально-ценностное отношение к себе, уверенность в себе, самоуважение, аутосимпатия, самооценка и т.д. Также, в исследованиях самоотношения встречаются как терминологические, так и содержательные различия.

Термин «самоотношение» был введен грузинским психологом Н. И. Сарджвеладзе в 1974 году. Он определяет самоотношение как «отношение субъекта потребности к ситуации ее удовлетворения, которое направлено на самого себя».

Генезис самоотношения, его содержание и структура способны оказывать существенное влияние на формирование целостной гармоничной личности, ее общение, поведение, адаптационные возможности.

Значение изучения самоотношения в связи с профессиональной карьерой человека определяется его важной ролью в регуляции и саморегуляции деятельности человека вообще и профессиональной деятельности в частности. Образы самосознания человека одно из необходимых условий нахождения человеком наиболее подходящего для него места, в частности, в профессиональной общности, а также условие планирования и построения личных профессиональных планов.

Термин "coping" впервые был использован в 1962 г. Л. Мерфи [1] в контексте стремления индивида решить определенную проблему,

которое, с одной стороны, является врожденной манерой поведения (рефлекс, инстинкт), а с другой - приобретенной, дифференцированной формой поведения (владение собой, сдержанность, склонность к чему-либо). Фактически Л. Мёрфи уже на начальном этапе изучения копинга обратил внимание на его связь с индивидуально-типологическими особенностями личности и предыдущим опытом преодоления стрессовых ситуаций, а также выделили две составляющие копинг-механизма – когнитивную и поведенческую.

Человек в своей профессиональной деятельности сталкивается с ситуациями, которые требуют от него активных и гибких способов психологической адаптации. Способы взаимодействия человека с трудными жизненными ситуациями выступают как в виде психологической защиты, так и в виде конструктивной активности личности (копинга), направленной на совладание с ситуацией. Преобладание гибких, адекватных и конструктивных стратегий совладающего поведения напрямую связано с эффективностью деятельности.

Каждый человек может использовать комбинацию различных копинг-стратегий в зависимости от ситуации. Ключевым фактором является эффективность стратегий и их соответствие конкретным требованиям профессиональной адаптации.

Сотрудниками учреждений социальной защиты являются: психологи, юристы, педагоги, медицинские работники, работники органов социальной защиты, работники правоохранительных органов и т.д.

Сотрудники учреждений социальной защиты играют важную роль в обществе, помогая людям в трудных ситуациях и помогая им справиться с социальными проблемами. Они обладают навыками и знаниями, необходимыми для оказания поддержки и решения конкретных проблем клиентов.

Основные обязанности сотрудников учреждений социальной защиты включают оценку потребностей клиентов, планирование и координацию программ и услуг, проведение индивидуальных или групповых консультаций, а также поддержку и содействие клиентам в получении необходимых ресурсов и услуг.

Для работы в этой сфере необходимо иметь хорошее понимание социальных проблем, способность эмпатии и эффективное общение с клиентами. Сотрудникам учреждений социальной защиты также требуется умение работать в команде и сотрудничать с другими профессионалами в области здравоохранения, образования и юстиции.

Важно отметить, что профилактика профессиональных деформаций должна стать частью регулярной практики и культуры заботы о со-

циальных работников. Работодатели и руководители также должны обеспечивать поддержку, обучение и ресурсы для сотрудников, чтобы сохранить их физическое и психическое здоровье. Некоторые меры профилактики профессиональных деформаций в социальной работе представлены в нашей работе.

Нами было проведено эмпирическое исследование самоотношения и копинг-стратегий у сотрудников учреждений социальной защиты.

В исследовании приняли участие 50 работников ТЦСОН Московского района г. Минска (25 - специалиста по социальной работе; 25 - социальных работников).

В проведенном эмпирическом исследовании использовались следующие диагностические методы:

Опросник способов совладающего поведения WCQ Р. Лазаруса [1]. Опросник предназначен для определения способов (копинг-механизмов, копинг-стратегий) преодоления трудностей в различных сферах: трудности в работе, трудности в обучении, трудности в общении, трудности в любви и т.д. Копинг-тест Лазаруса показывает насколько часто используется каждая из копинг-стратегий и насколько эффективно.

Опросник самоотношения (ОСО) В. В. Столин, С. Р. Пантилеев [2].

Опросник самоотношения направлен на выявление уровня самоотношения испытуемого к самому себе. Разработан В.В. Столиным и С. Р. Пантилеевым в 1985 году. Опросника позволяет выявить три уровня самоотношения, отличающихся по степени обобщенности:

- 1) глобальное самоотношение;
- 2) самоотношение, дифференцированное по самоуважению, ауто-симпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе;
- 3) уровень конкретных действий (готовности к ним) в отношении к своему «Я».

Для проведения статистического анализа применялся U-критерий Манна-Уитни. Критерий предназначен для оценки различий между двумя выборками по уровню какого-либо признака, количественно измеренного.

В результате проведенного эмпирического исследования нами было выявлены следующие различия копинг-стратегий и самоотношения, у специалистов по социальной работе и социальных работников:

- Шкала дистанцирование ($U=176$, $p<0.01$), у социальных работников.
- Шкала самоконтроль ($U=174.5$, $p<0.01$), у специалистов по социальной работе.
- Шкала поиск социальной поддержки ($U=187$, $p<0.05$), у социальных работников.

- Шкала принятия ответственности ($U=297.5$, $p<0.05$), у специалистов по социальной работе.
- Шкала бегство-избегание ($U=208$, $p<0.05$), у социальных работников.
- Шкала планирование решения проблемы ($U=210.5$, $p<0.05$), у специалистов по социальной работе.
- Шкала глобальное самоотношение ($U=164$, $p<0.01$), у специалистов по социальной работе.
- Шкала III: Ожидание (+) отношения ($U=204$, $p<0.05$), у социальных работников.
- Шкала IV: Самоинтерес ($U=192$, $p<0.05$), у специалистов по социальной работе.
- Шкала 4: Саморуководство ($U=98.5$, $p<0.001$), у специалистов по социальной работе.
- Шкала 6: Самоинтерес ($U=143.5$, $p<0.01$), у специалистов по социальной работе.

У специалистов по социальной работе и у социальных работников сформированы адаптивные копинг-стратегии, помогающие им при выполнении служебных обязанностей: планирование решений, принятие ответственности, самоконтроль.

У специалистов по социальной работе и у социальных работников присутствуют высокие показатели по шкалам: глобальное самоотношение, самопринятие, самоинтерес, что способствует здоровой оценке себя и своих возможностей, помогает при выполнении должностных обязанностей. Что подтверждается низкими показателями по шкале самообвинения.

Так же отметим различия: у специалистов по социальной работе в отличие от социальных работников выражен показатель саморуководства, что свидетельствует о более высокой потребности в контроле себя, а иногда и регуляции действий других. У социальных работников в отличие от специалистов по социальной работе выражен показатель ожидания и отношение – ориентация на внешнее подкрепление осуществляемых действий.

Так же были выявлены следующие статистически значимые различия в двух группах: специалисты по социальной работе и социальные работники.

У специалистов по социальной работе преобладают следующие показатели: самоконтроль, принятие ответственности, планирование решения проблемы, глобальное самоотношение, самоинтерес, саморуководство.

У социальных работников преобладают: дистанцирование, поиск социальной поддержки, бегство-избегание, ожидание (+) отношения.

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать вывод, что существуют особенности самоотношения и копинг-стратегий у сотрудников учреждений социальной защиты.

Библиографические ссылки

1. *Лазарус Р.* Теория стресса и психофизиологические исследования. Эмоциональный стресс: физиологические и психологические реакции. М., 2006. 167 с.
2. *Пантелеев С. Р.* Самоотношение как эмоционально-оценочная система. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1991. 100 с.