**Реципроктные отношения между адаптацией и утверждением**

**Я в подростковом возрасте**

Харламенкова Н.Е., к.пс.н.

Адаптация человека к условиям жизни основана на взаимном изменении личности и ее окружения и, нередко, описывается как процесс, направленный на эффективное преодоление трудностей посредством успешного принятия решений, проявления инициативы, ответственности и способности к антиципации последствий принимаемых решений.

Адаптация может осуществляться на самых разных уровнях взаимодействия организма и среды (биологическом, психофизиологическом, социальном и др.). Социальная адаптация – процесс эффективного взаимодействия с социальной средой, который сопровождается удовлетворением основных социогенных потребностей человека, оправдывающего ролевые ожидания группы, и проявляется в переживании состояния самоутверждения и свободы выражения творческих способностей.

В кризисные моменты личностного развития разрешение человеком проблемы адаптации может рассматриваться в качестве одного из важных показателей преодоления им жизненных трудностей и мотивационных конфликтов. Особо проблемным периодом развития считается подростковый возраст. Характеристика подросткового возраста как периода неустойчивого развития личности встречается в работах, посвященных этой стадии жизни [12, 14, 17]. Серьезные соматические, гормональные, физиологические и иные конституциональные изменения нередко опережают адекватные психические и поведенческие реакции, приводя к дезадаптации личности.

По сравнению с другими периодами развития адаптация подростка к новым условиям жизни имеет свои специфические черты, при этом общие признаки нормальности и адаптивности не изменяются [2, 4, 8]. «Нормальность зависит от уровня энергии, степени контроля, способности к интеграции опыта и … готовности встречать проблемы и трудности» [3, с.23]. С нашей точки зрения основными концептами адаптации являются - открытость опыту, уверенность, стабильность, контроль и коммуникабельность.

Наряду с развитием способности подростка к адаптации усиливается стремление к самопрезентации, самопредъявлению и самоутверждению, т.е. к различным стратегиям Я.

Самоутверждением называется стремление человека к высокой оценке и самооценке своей личности и вызванное этим стремлением поведение. В литературе [1] обсуждаются различные типологии самоутверждения личности. В частности Р. Альберти и М. Эммонс выделили три основных способа (типа) самоутверждения личности: 1) неуверенное поведение, для которого характерны ориентация личности на конформность, тенденция скрывать собственное мнение и сдерживать эмоциональные реакции, выбор неопределенных и невыразительных форм речевого общения; 2) ассертивное поведение как умение “отвечать без заминки”, говорить “достаточно громко и естественным для себя тоном» [1, с. 18] 3) агрессивный стиль поведения как умение “отвечать прежде, чем собеседник успел закончить свою мысль”, громко говорить вызывающим тоном, смотреть на других свысока, пренебрежительно отзываться о предмете разговора (осуждать, порицать, принижать), навязывать собственное мнение, быть чрезмерным в выражении чувств.

Наряду с этой точкой зрения существует мнение [5, 10], что потенциально человек обладает разными стратегиями – неуверенной, конструктивной или доминантной, и лишь акцентуация одной из них может рассматриваться в качестве критерия отнесения человека к какому-либо типу самоутверждения – самоподавлению, конструктивному самоутверждению или доминированию.

Цель настоящего исследования состояла в выявлении связи между различными стратегиями самоутверждения подростка - неуверенной, конструктивной, доминантной, - и особенностями адаптации - открытостью опыту, уверенностью, контролем, стабильностью и коммуникабельностью.

В качестве гипотезы исследования было выдвинуто предположение о том, что неуверенная и доминантная стратегии утверждения Я либо не связаны с адаптивностью вовсе, либо имеют отрицательные связи с отдельными ее проявлениями.

Выборка состояла из 97 подростков 12-13 лет (43 мальчиков и54 девочек).

Методика. Применялся проективный метод «Нарисуй человека» со стандартной инструкцией [3, 6, 7, 15, 18]. Выполненный рисунок человека (у мальчиков обычно – мужского пола, у девочек – женского) анализировался по следующим диагностическим показателям: 1 - цвет (1 балл - черно-белое изображение, 2 балла – фигура раскрашивается одним цветным карандашом, 3 балла – двумя и т.д.); 2 – размер фигуры (1 балл – 8-12 см, 2 балла – 13-20 см, 3 балла – больше 20 см), 3 – расположение фигуры на листе по вертикали (1 балл – расположение в верхней части листа, 2 балла – в середине листа, 3 балла – внизу листа); 4 – расположение фигуры по горизонтали (1 балл – слева от средней линии, 2 балла – в середине, 3 балла – справа); 5 – расположение рук относительно тела (1 балл – руки свободно отведены от тела, 2 балла – расположены вдоль тела, 3 балла – руки спрятаны за спиной или в карманах, 4 балла – руки отсутствуют); 6 – прорисовка рук (1 балл – прорисованы руки, кисти рук, пальцы, 2 балла – руки изображены схематично, пальцы соединены в кисть, 3 балла – руки изображены без кисти, 4 балла – руки отсутствуют); 7 – дифференцированность фигуры (1 балл – хорошо прорисованы все части тела, 2 балла – голова прорисована лучше, чем туловище, 3 балла – туловище прорисовано лучше, чем голова, 4 балла - нарисована только голова); 8 – прорисовка ног (1 балл – ноги, ступни хорошо прорисованы, 2 балла – ноги нарисованы, ступни намечены, 3 балла – ноги не нарисованы или закрыты платьем); 9 – устойчивость фигуры (1 балл – устойчивая фигура, 2 балла – неустойчивая, слегка наклоненная, 3 балла - крайне неустойчивая, сильный наклон фигуры, отсутствие ног).

Выделенные нами показатели являются операциональными единицами адаптивности личности: показатели «расположение фигуры по горизонтали» и «цвет» операционализируют конструкт «открытость опыту»; показатели «расположение фигуры по вертикали» и «размер фигуры» – уверенность; показатели «прорисовка ног» и «устойчивость» - стабильность; показатель «дифференцированность фигуры» - контроль и показатели «положение рук» и «прорисовка рук» - коммуникабельность.

Для диагностики стратегий утверждения Я применялся опросник «Стратегии самоутверждения личности», который позволяет оценить способы самоутверждения личности по пяти параметрам: умение отказывать в просьбе (шкала 1 - 8 утверждений); общее самоутверждение: умение обратиться с просьбой, попросить о помощи в “сервисных” ситуациях (шкала 2а - 6 утверждений) и выражение негативных чувств и мыслей (критика, недовольство, гнев) (шкала 2b - 8 утверждений); выражение положительных чувств (радости, сочувствия) (шкала 3 - 8 утверждений); инициация социального общения (шкала 4 - 6 утверждений).

Для статистического анализа результатов использовали ранговый коэффициент корреляции Спирмена, t - критерий Стьюдента.

**Анализ результатов**

При анализе результатов мы исходили из того, что половые и возрастные особенности человека могут определять характер его социальной адаптации, поэтому предварительно вся выборка была разделена на подгруппы – подгруппу мальчиков и подгруппу девочек.

Таблица 1

Связь между стратегиями самоутверждения и показателями адаптации в группе девочек (n = 54)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | -0.9 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | -0.78 | 0.73 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | 0.01 | -0.06 | -0.14 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | 0.14 | -0.18 | -0.26 | -0.02 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | 0.24 | -0.28 | -0.31 | -0.07 | 0.53 | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 7 | -0.02 | 0.03 | 0.12 | -0.14 | 0.13 | 0.3 | 1 |  |  |  |  |  |
| 8 | 0.01 | 0 | 0.05 | -0.21 | 0.12 | -0.08 | 0.08 | 1 |  |  |  |  |
| 9 | 0.13 | -0.1 | -0.06 | -0.26 | 0.07 | -0.15 | -0.11 | 0.75 | 1 |  |  |  |
| 10 | 0.32 | -0.29 | -0.22 | -0.44 | 0.18 | 0.03 | -0.06 | 0.48 | 0.61 | 1 |  |  |
| 11 | 0.11 | -0.13 | 0.1 | -0.23 | 0.07 | 0.05 | -0.04 | 0.43 | 0.61 | 0.71 | 1 |  |
| 12 | 0.15 | -0.16 | 0.06 | -0.24 | -0.03 | -0.13 | -0.04 | 0.39 | 0.6 | -0.15 | -0.21 | 1 |

1 – неуверенная стратегия, 2 – конструктивная стратегия, 3 – доминантная стратегия, 4 – цвет рисунка, 5 – размер, 6 – расположение рисунка по вертикали, 7 – расположение рисунка по горизонтали, 8 – положение рук, 9 – прорисовка рук, 10 – дифференцированность фигуры, 11 - прорисовка ног, 12 – устойчивость фигуры. Все связи обнаружены при α≤0.05.

В подгруппе девочек выявлены связи (Табл. 1) между стратегиями утверждения Я и отдельными параметрами адаптации. Конструктивная стратегия отрицательно связана с расположением рисунка по вертикали и дифференцированностью фигуры, т.е. с низким уровнем уверенности (чем больше конструктивных стратегий, тем выше самооценка) и с уровнем контроля (чем больше конструктивных стратегий, тем выше контроль). Неуверенная стратегия положительно связана с дифференцированностью фигуры (чем больше неуверенных стратегий, тем меньше контроль), а доминантная – с расположением рисунка по вертикали (чем больше доминантных стратегий, тем выше уверенность). Подводя предварительные итоги можно сказать, что в поведении девочек 12-13 лет связь адаптивности со стратегиями утверждения Я проявляется только через показатели уверенности и контроля, причем, чем конструктивнее поведение, тем они выше. Конструкты «открытость опыту» и «стабильность» не связаны с самоутверждением девочки-подростка.

Таблица 2

Связь между стратегиями самоутверждения и показателями адаптации в группе мальчиков (n = 43)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | -0.82 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | -0.71 | 0.49 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | 0.32 | -0.4 | -0.2 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | 0.15 | -0.29 | -0.11 | -0.22 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | 0 | -0.12 | 0 | -0.17 | 0.55 | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 7 | 0.09 | -0.24 | 0.06 | 0.13 | 0.42 | 0.29 | 1 |  |  |  |  |  |
| 8 | -0.21 | 0.08 | 0.2 | -0.24 | 0.03 | 0.12 | 0.07 | 1 |  |  |  |  |
| 9 | -0.09 | -0.04 | -0.01 | -0.12 | 0.03 | 0.12 | 0 | 0.8 | 1 |  |  |  |
| 10 | -0.13 | 0.04 | 0.11 | 0.01 | 0 | 0.06 | 0.15 | 0.53 | 0.53 | 1 |  |  |
| 11 | -0.23 | 0.13 | 0.11 | -0.34 | 0.32 | 0.17 | 0.23 | 0.51 | 0.56 | 0.43 | 1 |  |
| 12 | -0.02 | 0.05 | 0.02 | -0.25 | 0.27 | 0.05 | 0.07 | 0.37 | 0.46 | 0.25 | 0.62 | 1 |

1 – неуверенная стратегия, 2 – конструктивная стратегия, 3 – доминантная стратегия, 4 – цвет рисунка, 5 – размер, 6 – расположение рисунка по вертикали, 7 – расположение рисунка по горизонтали, 8 – положение рук, 9 – прорисовка рук, 10 – дифференцированность фигуры, 11 - прорисовка ног, 12 – устойчивость фигуры. Все связи обнаружены при α≤0.05.

В подгруппе мальчиков (Табл. 2) связи между стратегиями самоутверждения и адаптивностью менее выражены, чем в подгруппе девочек. Конструктивная стратегия значимо связана с показателем «цвет», т.е. с эмоциональностью, открытостью опыту (чем более конструктивно поведение мальчика, тем он менее эмоционален, более сдержан). Неуверенная стратегия также значимо связана с показателем «цвет», но эта связь отрицательная (чем более неуверенно поведение, тем оно более эмоционально, импульсивно). Доминантная стратегия не обнаруживает значимой связи с показателями адаптации мальчика-подростка, т.е. он может быть доминантным в обоих вариантах – адаптивном и неадаптивном.

В подгруппе мальчиков обнаружены связи двух стратегий утверждения Я - неуверенной и конструктивной - с показателями конструкта «открытость опыту». Связей стратегий утверждения Я с такими показателями адаптивности мальчиков как «уверенность», «контроль» и «стабильность» выявлено не было.

В целом по выборке были получены данные, которые подтверждают выдвинутую гипотезу о том, что неуверенная и доминантная стратегии утверждения подростком своего Я либо вообще не имеют связей с показателями адаптивности, либо имеют с ней отрицательные связи. Однако эта гипотеза полностью подтвердилась лишь в группе девочек, и только частично – в группе мальчиков.

Подобные половые различия могут быть вызваны тем, что развитие мальчиков и девочек имеет как общие, так и специфические черты, которые в нашем исследовании следует сформулировать в терминах адаптации и самоутверждения. Статистически значимые различия по показателям адаптивности и самоутверждения Я представлены в Таблице 3.

Таблица 3

Сравнение показателей адаптивности и стратегий утверждения Я девочек и мальчиков.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Показатели | T | α | Показатели | t | α |
| 1.Цвет | 0.8 | 0.2 | 7.Дифференц. фигуры | 0.4 | 0.5 |
| 2.Размер фигуры | 1.4 | 0.09 | 8.Прорисовка ног | 2.6 | 0.01\* |
| 3.Расположение по вертикали | -0.3 | 0.4 | 9.Устойчивость фигуры | 1.7 | 0.05\* |
| 4.Расположение по горизонтали | 1.3 | 0.1 | 10. Неуверенные стратегии | -0.13 | 0.5 |
| 5.Расположение рук | 3.3 | 0.0005\* | 11. Конструктивные стратегии | 0.57 | 0.3 |
| 6.Прорисовка рук | 2.3 | 0.01\* | 12.Доминантные стратегии | -0.21 | 0.4 |

Знак \* указывает на статистически значимые различия

Различия между мальчиками и девочками обнаружены по показателям коммуникабельности («расположение рук», «прорисовка рук») и показателям стабильности («прорисовка ног», «устойчивость фигуры»). В соответствии с этими данными девочки выглядят как более замкнутые, менее общительные и стабильные, чем мальчики.

Обсуждение результатов

Вопрос о том, как приспособиться к интенсивным жизненным изменениям и при этом остаться автономной, независимой, цельной личностью в той или иной мере возникает перед каждым человеком. В разные периоды жизни эта тема занимает то лидирующее, то второстепенное место в ряду других человеческих проблем. Особенность ее звучания в подростковом возрасте определяется многочисленными переменами, к которым девочка или мальчик не всегда бывают готовы, но перед необходимостью принятия которых они поставлены. В научных работах, выполненных в разных исследовательских парадигмах, задачи развития личности в этом возрасте формулируются в принятых для того или иного направления понятиях, при этом общий смысл этих задач практически не меняется. Это – переструктурирование Эго и формирование стабильной, интегрированной структуры характера; утверждение гетеросексуальной идентичности; ослабление привязанности к родителям.

Подростки 12-13 лет, лишь за некоторым исключением, все относятся к раннему подростковому или даже к предподростковому возрасту, который характеризуется неадекватностью функционирования ранее принятых защит и адаптивных стратегий. Именно в этом возрасте отмечается начало интенсивных телесных изменений, сопровождающихся амбивалентными эмоциональными реакциями. Могут наблюдаться так называемые «рост подвижности аффекта» и «колебания настроения» [9], проявляющиеся либо в экстернализации эмоций, чрезмерной экспрессивности, либо в интернализации переживаний и замкнутости.

Предположительно различия между подгруппами, полученные в нашем исследовании, отражают известную закономерность гетерохронного полового созревания мальчиков и девочек, ведь у последних половая зрелость происходит на два с лишним года раньше, чем у первых. Было показано, что для девочек (по сравнению с мальчиками) характерно снижение коммуникативных реакций и устойчивости. Они, согласно нашим недавним исследованиям, отличаются не только от мальчиков-сверстников, но и от девушек 16-18 лет «и выглядят такими же эмоциональными и уверенными, но при этом более закрытыми, нестабильными, чрезмерно контролирующими себя и менее коммуникабельными» [11, с. 93].

Различия между мальчиками и девочками в соотношении показателей адаптации и стратегий самоутверждения, также могут быть следствием неравномерно происходящего полового созревания подростков, но, кроме того, и результатом несовпадения мужской и женской линии в развитии идентичности.

У девочек были обнаружены связи между всеми тремя стратегиями самоутверждения и отдельными показателями адаптации. Конструктивные стратегии самоутверждения ассоциируются с уверенностью, высокой самооценкой и осуществлением контроля поведения и внутренних процессов. Неуверенная стратегия отрицательно связана с контролем, и актуализируется в тех ситуациях, где регуляция поведения либо не осуществима (экстремальные случаи), либо не важна (контроль осуществляет другая, более сильная фигура – родители или представители противоположного пола). Доминантная стратегия ассоциативно связана со сверхуверенностью, силой Эго, и может рассматриваться как адаптивная реакция в ситуации безусловного лидерства девочки. Показатели «открытость опыту» и «стабильность» не имеют значимых связей с утверждением Я, поскольку, в исследовании выяснилось, что именно они подвержены наибольшей подвижности в период перехода от детского возраста к подростковому.

У мальчиков было выявлено меньше связей адаптивности с самоутверждением, что, по нашему мнению, объясняется как различиями в интенсивности полового созревания мальчиков и девочек, так и особенностями формирования мужской идентичности. Стабильность и общительность мальчиков указывают на сниженный уровень внутренней конфликтности и напряженности, обусловленные задержкой полового созревания этой подгруппы подростков по сравнению с подгруппой девочек. Наличие отрицательных связей конструктивного самоутверждения с показателями открытости опыту, и положительных связей того же показателя с неуверенной стратегией иллюстрируют наше предположение о специфичности мужского пути развития, цель которого состоит в развитии автономного, независимого Эго. Отсутствие связей доминантной стратегии самоутверждения с показателями адаптивности мальчика объясняется тем, что подобный способ самоутверждения может быть как позитивным, так и негативным.

В целом можно сказать, что обнаружены связи между стратегиями самоутверждения и такими показателям адаптивности как «открытость опыту», «контроль» и «уверенность». Соотношений показателей стабильности и коммуникабельности со стратегиями самоутверждения личности не выявлено, и отсутствие этих связей при повторных исследованиях выборки может служить основанием для вывода о не значимости уровня общительности и устойчивости личности для ее утверждения в социуме.

**Список литературы**

Альберти Р., Эммонс М. Самоутверждающее поведение. СПб., 1998.

Бобнева М.И. Социальные нормы и регуляция поведения. М., 1978.

Маховер К. Проективный рисунок М., Смысл, 1996.

Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. Ереван, 1988.

Никитин Е.П., Харламенкова Н.Е., Феномен человеческого самоутверждения. СПб., Алетейя, 2000.

Проективная психология // Под ред. Л.Беллак, Л.Абт. Перевод с англ. // М., 2000.

Романова Е.С., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике М., Дидакт, 1992.

Социальная дезадаптация: нарушение поведения у детей и подростков // Под ред. А.А.Северного. М., 1996.

Тайсон Ф., Тайсон Р. Психоаналитические теории развития. Екатеринбург, 1998.

Харламенкова Н.Е., Никитина Е.П. Разработка валидной процедуры оценки самоутверждения личности // Психологический журнал, 2000, Т. 21, № 6. С. 67-76.

Харламенкова Н.Е., Стоделова Т.С. Проблема адаптации личности при нормальном и аномальном половом развитии // Современная личность: социальные представления, мышление, развитие в норме и патологии, М., 2000. С. 91-98.

Adelson J. Handbook of Adolescent Psychology. N.Y., Wiley, 1980.

Moffitt T. Individual Differences are Acceptuated during Periods of Social Change: The Same Case of Girls at Puberty // J. of Pers. And Soc. Psychol., 1991, 61, p. 157-168.

Caspi A., Lynam D., Moffitt T., Silva Ph. Unravelling Girls' Delinquency: Biological, Dispositional and Contextual Contributions to Adolescent Misbihavior // J. of Developmental Psychol., 1993, Vol. 29, N 1, p.19-30.

Koff E., Rierdom J., Silvestone E. Changes of Representation of Body Image as a Function of Menarched Status // Developmental Psychology, 1978, 14, p. 635-642.

Koppitz E.M. Psychological Evaluation of Children's Human Figure Drawings. N.Y., 1968.

Larson R., Ham M. Stress and “Storm and Stress” in Early Adolescence: The Relationship of Negative Events with Dysphoric Affect // J. of Developmental Psychol., 1993, Vol. 29, N 1, p. 130-140.

Petersen A.C. Adolescent Development // Annual Review of Psychology, Vol.39, 1988, p.583-607.

Yama M.F. The Usefulness of Human Figure Drawings as the Index of Overall Adjustment // J. of Personality Assessment, 1990, 54 (1&2), p. 78-86.