



## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	3
Глава 1. Теоретические основы проблемы ценностных ориентаций как фактора совладающего поведения младших школьников .....	7
1.1 Проблема совпадающего поведения в психологической науке....	7
1.2 Особенности ценностных ориентаций младших .....	12
1.3 Специфика ценностных ориентаций младших школьников в контексте совладания с трудными жизненными ситуациями .....	25
Выводы по первой главе .....	32
Глава 2. Эмпирическое исследование изучению ценностных ориентаций как фактора совладающего поведения младших школьников	34
2.1 Задачи и содержание эмпирического исследования.....	34
2.2 Анализ изучения влияния ценностных ориентаций на совладающее поведение младших школьников .....	38
2.3 Методические рекомендации по формированию совладающего поведения младших школьников посредством ценностных ориентаций ...	44
Выводы по второй главе .....	51
Заключение .....	54
Список использованных источников .....	58

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Совладающее поведение вызывает стойкий интерес исследователей в различных областях психологии: педагогической, возрастной, социальной, медицинской, психологии личности. Исследования феномена совладания позволяют получить всестороннее представление о преодолении трудных жизненных ситуаций.

В настоящее время проблема совладающего поведения у подростков считается малоизученной, о чем свидетельствует малое количество исследований и научной литературы по поднимаемой теме. В России по проблеме совладающего поведения в настоящее время работают такие ученые как Р. М. Грановская и И. М. Никольская [29], и Т. Л. Крюкова [18], С. Г. Лутфуллина [22; 23], И. Г. Малкина-Пых [26] и др. Их исследования связаны с изучением механизмов защиты и совладающего поведения у детей и подростков.

Современная психологическая наука акцентирует внимание на изучении ценностных ориентаций личности как детерминант поведенческих стратегий в различных жизненных ситуациях. Важное значение этот аспект приобретает в контексте адаптации младших школьников к условиям образовательной среды, где успешное совладание с учебными и социальными задачами определяется, в том числе, и устойчивостью ценностных ориентаций.

В современном обществе вопросы развития и воспитания детей являются одними из наиболее актуальных. Особенно важным аспектом этого процесса является развитие у младших школьников совладающего поведения, которое позволяет им эффективно справляться с трудностями и стрессовыми ситуациями. Одним из факторов, влияющих на развитие такого поведения, являются ценностные ориентации (О. С. Ковальская [16], О. Н. Саковская [35]).

Младший школьный возраст считается наиболее сенситивным для формирования ценностных ориентаций как устойчивых свойств личности. Сформированная система ценностных ориентаций является одним из центральных звеньев, регулирующих поведение и деятельность (Б.С. Братусь [3], С. С. Бубнова [4], Ж. В. Горькая [9], Д. В. Каширский [15], Д. А. Леонтьев [20], О. Г. Холодкова [41] и др.).

Ценностные ориентации личности можно рассматривать в качестве ориентира ее поведения в трудных жизненных ситуациях.

В то время как ценностные ориентации личности могут рассматриваться в качестве фактора, обеспечивающего успешное или неуспешное совпадающее поведение, индивидуальный стиль совладания является одним из механизмов адаптации личности.

Противоречие исследования заключается в том, что, несмотря на острую актуальность развития совладающего поведения у младших школьников с опорой на ценностные ориентации каких-либо методических разработок и научных трудов по данной теме не выявлено, следовательно данное направление не являлось прежде предметом специального изучения.

Исходя из вышеизложенного и в связи с потребностью развития совладающего поведения у младших школьников, а также в связи с недостатком разработанного научно-методического обеспечения мы определили проблему исследования: каково влияние ценностных ориентаций младших школьников на совладающее поведение?

Проанализировав актуальность и разработанность выбранного направления исследования, а также выявив его противоречие и обозначив проблему, была сформулирована тема работы: «Ценностные ориентации как фактор совладающего поведения младших школьников».

Цель исследования: выявить и обосновать влияние ценностных ориентаций младших школьников на совладающее поведение.

Объект исследования: процесс развития совладающего поведения у младших школьников.

Предмет исследования: ценностные ориентации как фактор совладающего поведения младших школьников.

Для достижения поставленной цели необходимо решить ряд следующих задач:

1. Рассмотреть проблему совпадающего поведения в психологической науке.

2. Изучить особенности ценностных ориентаций младших школьников.

3. Раскрыть специфику влияние ценностных ориентаций младших школьников в контексте совладания с трудными жизненными ситуациями.

4. Проанализировать результаты диагностического исследования по определению влияния ценностных ориентаций на совладающее поведение младших школьников.

5. Разработать методические рекомендации по формированию совладающего поведения младших школьников посредством ценностных ориентаций.

Методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования, синтез, тестирование, количественный и качественный анализ данных, метод математической статистики (коэффициента ранговой корреляции  $r$ -Спирмена)

Практическая значимость: полученные теоретические и практические результаты исследования могут быть использованы в консультировании педагогического коллектива, родителей и самих

обучающихся по проблеме совладания с трудными жизненными ситуациями, с целью снижения негативных последствий переживания и повышения продуктивности стратегий преодоления.

База исследования: МБОУ «СОШ \_\_\_» г. Челябинска.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы, приложения.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ КАК ФАКТОРА СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

## 1.1 Проблема совпадающего поведения в психологической науке

Термин «совладающее поведение» подразумевающий преодоление субъектом трудных жизненных ситуаций, или копинг-поведение (от английского «to cope» – совладать, справляться), впервые был введен в употребление учёным Л. Мерфи (1962) при рассмотрении совладания с трудностями кризисов развития у детей. Изучение данного явления было продолжено Р.С. Лазарусом и С. Фолкман и развивалось в русле транзактной модели стресса, которая предполагала взаимодействие средовых и индивидуальных факторов и в рамках которой переживание стресса связывалось с интерпретацией субъектом внешнего стимула, события или ситуации как угрожающих и превосходящих его возможности [44].

В отечественной психологии данный термин появился в 90-е годы XX века в работах таких ученых, как Л. И. Анцыферова, К. К. Платонов, Б. М. Теплов и др. В настоящее время проблема совладающего поведения остается актуальной и рассматривается через социальную, семейную, педагогическую, детскую и др. отрасли психологии, такими психологами как: Н. Е. Водопьянова, А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюкова, И. Г. Малкина-Пых, С. К. Нартова-Бочавер, Е. А. Сергиенко, А. И. Ташева и др. [18].

Можно выделить два основных подхода к рассмотрению копинга: копинг как активное поведение (Р. С. Лазарус, С. Фолкман) и копинг как черта личности (Дж. Ньютон, Н. Е. Адлер, И. Н. Гурвич). Менее распространено рассмотрение копинга как защитного поведения. Согласно Р. С. Лазарусу и С. Фолкман, копинг понимается как активные стратегии

поведения, которые используются субъектом в ответ на определенную внешнюю ситуацию. Такие авторы, как Р. М. Грановская и И. М. Никольская, развивают эту мысль и отмечают, что совладающее поведение представляет собой определенный уровень саморегуляции и включает совокупность когнитивных и поведенческих действий, направленных на снижение воздействия стресса и адаптацию к ситуации, отличительными особенностями которых является осознанность, рефлексивность, целенаправленность, подконтрольность и активность во взаимодействии с реальностью, вследствие чего можно говорить о возможности обучения совладающему поведению [29]. На основании подхода Р. С. Лазаруса и С. Фолкмана к определению копинга была разработана первая стандартная методика по измерению данного феномена (1988), впоследствии была адаптирована отечественными авторами Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой (2004) [25].

В русле различных подходов существуют разночтения в определении копинга. Например, копинг может пониматься как адаптация в сложных условиях (Уайт, 1974), «постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия человека, направленные на то, чтобы справиться с определенными внешними или внутренними требованиями, оцениваемыми в качестве отягощающих или превышающих личностные ресурсы человека» (Р. С. Лазарус, С. Фолкман, 1984), «реакции (мысли, чувства, действия), к которым человек прибегает, сталкиваясь с проблемными ситуациями в повседневной жизни и особых обстоятельствах» (Э. Фриденберг, 1997) [19].

Несмотря на множество подходов, в научном сообществе есть единое мнение о том, что, несмотря на склонность индивида к определенному стилю копинга, следует учитывать возможность многообразного взаимодействия со средой в зависимости от его



актуального состояния и особенностей стрессовой ситуации, которые могут меняться на протяжении ее развития.

А. Н. Гарбер пишет, что существуют различные основания для классификаций способов поведения при совладании с трудной ситуацией (в литературе встречаются такие формулировки как «копинг-стратегия» или просто «копинг»). Многие классификации характеризуются дихотомичностью. Так, в рамках одной из них, копинг может быть направлен на совладание с собственной тревогой и эмоциями, вызванными стрессовой ситуацией (например, эмоциональная разрядка), то есть индивид направляет усилия на самого себя. Согласно Р. Лазарусу и С. Фолкман, это эмоционально-фокусированный копинг, направленный на снижение эмоционального дистресса. Сюда можно отнести избегание, дистанцирование, позитивное сравнение. Также копинг может быть направлен на изменение фрустрирующей среды (ориентирован вовне) – так называемый проблемно-фокусированный копинг (попытки определить проблему, найти альтернативное решение и применить его) [7, с. 17].

Обзор статьи Ю. А. Коломейцева и С. А. Корзун свидетельствует о том, что изучение стратегий совладающего поведения является важной частью проблем, связанных с копингом или совладающим поведением индивидов в условиях стресса (В. А. Бодров, С. Нартова-Бочавер, Р. Лазарус, С. Фолкман и др.) [17].

Проанализировав вышеизложенные подходы к определению совладающего поведения, можно сделать вывод, что так или иначе совладающее поведение – это навык человека не только адаптироваться к кризисным ситуациям, но и находить наиболее оптимальные пути выхода из них, посредством психических ресурсов самого человека: темперамента, механизмов защиты, жизненного опыта и т.д.

Л. А. Юрьева выделяет пять основных задач совладающего поведения:

- минимизация негативных воздействий обстоятельств и повышение возможностей восстановления активности, деятельности;
- терпение, приспособление или регулирование, преобразование жизненных ситуаций;
- поддержание позитивного, положительного образа «Я», уверенности в своих поддержание эмоционального равновесия;
- установление и сохранение достаточно тесных взаимосвязей с другими людьми [46].

Многие исследователи называют совладающее поведение «интегральной характеристикой личности» (Д. А. Леонтьев, С. Мадди, С. В. Книжникова, Т. В. Наливайко, С. А. Богомаз), то есть такой чертой личности, которая проявляется во многих сферах жизни человека и задействует разноплановые внутриличностные компоненты, например, самооценку, смысловую регуляцию, волю, техники совладания, социальные навыки и др. [17]. Исследователи отмечают, что совладающее поведение помогает преодолевать трудности, «трансформируя их в ситуации развития». Выражаем согласие с данной точкой зрения, потому что, как показывают исследования, психологическая стойкость перед опасными событиями включает в себя креативность, развитое копинг-поведение, способность выстраивать коммуникацию и др.

В современной психологии существует несколько подходов к изучению совладающего поведения. Рассмотрим их более подробно.

При рассмотрении совладающего поведения с точки зрения психоанализа, выделяют эго-ориентированный подход, в сути которого процесс совладания предлагается рассматривать как специфический

эгомеханизм, к которому прибегает человек, стараясь избавиться от внутреннего напряжения [50].

Диспозиционный подход основывается на теории о том, что существуют определенные диспозиции, помогающие человеку справиться со стрессовой ситуацией. В рамках данного подхода выделяются две концепции. Первая концепция была предложена Д. Бирном. В рамках этой концепции Д. Бирн выделил два способа совладания: избегание (непосредственно связан с психоаналитическим понятием вытеснение и заключается в реагировании избеганием, вытеснением, отрицанием и т.д. на стимулы, вызывающие тревогу) и приближение (заключается в преодолении стресса, путем максимально приближения к его источникам или желание контролировать источники стресса с помощью механизмов интеллектуализации, obsesивные действия или состояние навязчивой обеспокоенности) [7]. Вторая концепция, разработанная Миллером и Манганом, имеет схожее структурное строение. Концепция предполагает наличие двух стилей преодоления стресса – мониторинговый (или отслеживающий). Она заключается в чутком реагировании на любую стрессовую ситуацию, поиске или отслеживании человеком информации, связанной с ней.

Отличие этих концепций заключается в концентрации Миллера и Мангона, в большей степени, на процессах переработки информации в условиях угрожающих (стрессовых) ситуаций [9].

В рамках когнитивно-транзакционного подхода (ситуационного подхода), совладание определяется как динамический процесс, напрямую зависящий от особенностей стрессовой ситуации, а также от когнитивной оценки даваемой этой ситуации самим человеком. Р. Лазариус, являющийся одним из основоположников данного подхода, полагает, что

«характер оценки является важным фактором, детерминирующим тип совладания со стрессором и процесс совладания» [17].

Совладающее поведение реализуется через стратегии, образованные различными способами этого поведения. Выделяют так называемые базовые и специфические стратегии совладающего поведения.

К базовым стратегиям, выделенным Дж. Амирханом (1990), относят стратегии «решение проблем», «поиск социальной поддержки», «избегание». Стратегия «решение проблем» предполагает самостоятельные активные усилия человека по совладанию с трудной ситуацией; стратегия «поиск социальной поддержки» выражается в использовании способов, направленных на привлечение сторонней помощи для совладания с трудностью; стратегия «избегание» направлена на отвлечение от разрешения трудной ситуации и переключение на другие виды деятельности [1].

Р. Лазариус выделяет следующие стратегии совладающего поведения: адаптивные: планирование разрешения проблем; поиск социальной поддержки; принятие ответственности; положительная переоценка; дезадаптивные: бегство-избегание – конфронтация; дистанцирование; самоконтроль [27].

И. Г. Малкина-Пых предлагает следующую классификацию способов совладающего поведения:

- эмоциональный / проблемный: эмоционально-фокусированные способы поведения, направленные на урегулирование эмоциональной реакции; проблемно-фокусированные способы поведения, направленные на то, чтобы справиться или изменить стрессогенную ситуацию;

- когнитивный / поведенческий: «скрытые» внутренние способы поведения – когнитивное решение проблемы с целью изменения неприятной ситуации, вызывающей стресс; «открытые» поведенческие

способы – поведенческие действия и поступки, направленные на решение проблемной ситуации или снятие воздействия стрессогенных факторов;

– успешный / неуспешный: способы, ведущие к успешному разрешению трудной ситуации (конструктивные способы и стратегии, приводящие к преодолению трудной ситуации, вызывавшей стресс); способы, ведущие к неуспешному решению трудной ситуации (неконструктивные стратегии, препятствующие в конечном итоге преодолению стресса) [26].

Э. Фрайденберг в своих научных работах, рассматривая онтогенез совладающего поведения, полагает, что процесс его формирования протекает на протяжении всей жизни индивида, но именно для подросткового возраста феномен совладающего поведения является новообразованием [49].

Несмотря на то, что более активно совладающее поведение развивается в подростковом возрасте, младший школьный возраст представляет особый интерес для исследования предпосылок развития этого поведения. И тому есть ряд причин, связанных с возрастными психологическими особенностями младших школьников.

Таким образом, можно говорить о том, что исследователи в отношении совладающего поведения сходятся во мнении, что оно позволяет регулировать следствия жизненных ситуаций на основе личностного восприятия индивидом их степени сложности и реакции социума на возникшую ситуацию; целью совладающего поведения является удовлетворение потребностей или уменьшение угрозы из-за невозможности удовлетворения потребностей.

## 1.2 Особенности ценностных ориентаций младших школьников

Исследование сферы личностных приоритетов было востребовано во все времена. Основными подходами к изучению ценностных ориентаций являются философский, социологический и психологический. В рамках данного теоретического обзора мы будем обращаться преимущественно к взгляду на феномен со стороны психологического знания.

В основе формирования личности, как отмечает Е.В. Ярина, лежат ценностные ориентации, которые отражают уникальный взгляд на эволюцию общественных отношений и понимание личного места в социальной структуре. Эти ориентации служат ключевым элементом в определении мировоззрения любого индивида, обозначая его умение влиять на окружающий мир через социальные, интеллектуальные и творческие проявления. Через призму ценностей человека можно увидеть, как он осмысливает свою индивидуальность и взаимодействует с миром вокруг. Кроме того, ценностные ориентации не только отражают, но и формируют личностные качества, влияя на выбор жизненных путей и решения. Эти ориентации объединяют в себе этические, культурные и социальные аспекты, которые человек усваивает в процессе социализации. Они помогают индивиду определить свое отношение к ключевым аспектам жизни, таким как мораль, работа, семья и образование [48].

Ценностные ориентации представляют собой синтез понятий «ценность» и «ориентация».

В настоящее время существуют различные точки зрения, как на саму природу ценностей, так и их понятие. И интерпретируют ценности разные авторы по-своему. Так, например, С. Л. Рубинштейн под ценностями понимает «значимость чего-либо в мире для конкретного человека» [32, с.211].

С точки зрения А. Лэнгле, «ценности – это результат чувственного восприятия влияния чего-либо или кого-либо на жизнь субъекта» [37, с.5].

По мнению автора, суть восприятия ценностей именно в том, что их можно только чувствовать [24].

Обращаясь к экзистенциальному направлению психологии, В. Франкл утверждал, что ценности являются словесными обозначениями смыслов общества, которые создаются и преобразуются в течение всего времени существования человечества. Д. А. Леонтьев в труде «Психология смысла» пишет, что «личностные ценности представляют собой «консервированные» отношения с миром, обобщённые и переработанные совокупным опытом социальной группы» [20, с 226], что отражает взаимосвязь между внешними и внутриличностными компонентами ценностных ориентаций. Идеалы задают основной вектор деятельности, но не обозначают специальных параметров её реализации. С этим мнением согласны многие учёные: К. А. Альбуханова-Славская, Б. С. Братусь, В. П. Зинченко, Г. Риккерт, М. Рокич, В. А. Ядов и др. В качестве дополнения, А. Г. Здравомыслов обращает внимание, что немаловажную роль при формировании личностных смыслов играет собственный жизненный опыт [10].

Многообразие ценностей вызывает необходимость в их типологии. В литературе встречаются различные варианты классификаций. Так, например, в классификации, предлагаемой В. Н. Сагатовским, ценности классифицируются в зависимости от вида деятельности, исходя из чего автором выделяются: утилитарные, познавательные, управленческие, нравственные, эстетические, потребительские, творческие ценности [34].

Согласно положениям теории М. Рокича, существуют два типа ценностей: терминальные ценности, которые ориентируют деятельность человека путём создания жизненных целей, и инструментальные ценности, которые формируют паттерны поведения личности, способствующие достижению целей. Учитывая, что психика существует в двух измерениях,

Рокич относил терминальные ценности к её бессознательной части, а инструментальные – к сознательной. В итоге была сформирована методика, включающая два списка из 18 ценностей, в каждом из которых испытуемому необходимо ранжировать ценности по степени субъективной значимости. Таким образом, с помощью данной методики можно исследовать иерархию личностных приоритетов [45].

Д. В. Каширский акцентирует внимание на личностных ценностях, которые он считает интериоризированными и принятыми индивидом внутренними критериями должного. Автор считает, что эти внутренние критерии дают возможность человеку понимать разницу между добром и злом, истиной и заблуждением, пользой и вредом, достойным и недостойным [15].

Ш. Шварц делит все ценности на две большие группы: ценности, которые выражают интересы группы: традиции, конформность, благосклонность; ценности, которые выражают интересы индивида: достижения, гедонизм, власть, саморегуляция, стимулирование [42].

С. С. Бубнова дополняет данное представление, говоря, что существуют три ступени распределения ценностей: абстрактные ценности (духовные и общественные идеалы); внутриличностные ценности (качества, которые человек хотел бы иметь); индивидуальное поведение личности.

К. Роджерс, значимая личность в гуманистической психологии, представлял систему ценностей как сочетание внутренних («непосредственно переживаемые организмом») и внешних (заимствованные из среды) ориентиров, которые образуют индивидуальную самость человека [цит. по 27, с. 74].

Как отмечают Ш. Шварц и В. Билски, ценности играют важную роль в жизни любого человека, поскольку являются репрезентацией основных



потребностей: как в биологическом аспекте, так и в социальном. Причем, социальный аспект данной проблемы состоит в том, что потребности во взаимодействии и благополучии социальных групп человека стремится удовлетворить каждый. По словам Ш. Шварца и В. Билски, в процессе социализации мы осознаем эти потребности и превращаем их в сознательные цели и ценности, которым придаем определенную значимость [39].

Перейдем к определению понятия «ценностные ориентации».

Известно, что в 20-е годы XX века термин «ценностные ориентации» впервые был сформулирован американскими учёными Ф. Знанецким и У. Томасом, которые трактовали его как «более-менее точные формальные правила, с помощью которых группа старается удержать, регулировать, а также сделать более частыми соответствующие типы действий своих членов» [39, с. 75]. Данное определение отражает общественную сторону понятия, так как исследователи были представителями американской социологии [30].

Следует отметить, что в психологии наблюдается некоторая терминологическая путаница, связанная с использованием понятий «ценности» и «ценностные ориентации». Так, понятия «ценности» и «ценностные ориентации» нередко используют как синонимы. М. Рокич рассуждал, что ценностные ориентации – это «абстрактные идеи, не связанные с определённым объектом или ситуацией» [30]. О. Ю. Колодяжная, дополняя высказывание американского коллеги, выражает такой взгляд на данную проблему: «ценности» являются самостоятельными переменными, которые определённым образом комбинируются в психике индивида и формируют «ценностные ориентации», направляющие деятельность личности. Я. Мусек видел

разность этих понятий в том, что ценности свойственны обществу, а ценностные ориентации – конкретной личности [33].

В данном исследовании мы будем применять оба понятия как равнозначные. Они помогают определиться с тем, что для человека действительно важно, и чего он стремится достичь в жизни. При этом их можно рассматривать как ценности, которые различные социальные группы внутренне принимают и которые становятся частью личности отдельного члена группы [13]. То есть можно сказать, что направленность личности на определенные ценности являются ее «ценностными ориентациями – осознанными представлениями субъекта о собственных ценностях, о ценном для него» [20, с.34] (по определению Д. А. Леонтьева).

Б. С. Братусь к ценностным ориентациям личности относит осознанные общие смыслы жизни личности. Он отмечает, что ценностные ориентации складываются в зависимости от актуальных отношений, связей с миром в целом [3].

По Д. А. Леонтьеву ценностные ориентации (ценностные представления) – это индивидуальные формы репрезентации наиндивидуальных ценностей [30].

Согласно А. А. Воронковой, ценностные ориентации включают как сознаваемые (декларируемые) так и реально значимые ценности [5].

Ценностные ориентации – это структурированная система обобщенных ценностных представлений, выражающих субъективное отношение индивида к объективным условиям жизни А. С. Лебедев и В. И. Горбенко [19].

Ценностные ориентации выполняют следующие основные функции:

– организация и коррекция процесса целеполагания человека, который обеспечивает его устойчивость;

- регуляция и детерминация межличностных отношений человека, а также его отношения к себе;
- адаптация человека к постоянным экономическим, политическим, социальным трансформациям, происходящим в обществе, что позволяет гармонизировать возникающие на фоне этих трансформаций внутренние противоречия человека [9].

Основной функцией ценностных ориентаций считается регуляция социального поведения, так как, формируясь в обществе, ценности очерчивают границы дозволенного для каждой личности, в него входящей [14]. Ценности начинают направлять поведение индивида в том случае, если они перешли из «категории знания» в «категорию значимости», по Г. Олпорту. Другими словами, если в психике человека произошёл процесс интериоризации ценностей значимой группы людей, то это значит, что ценностные ориентации начали выполнять свою главную функцию [36].

С. С. Бубнова определяет ценностные ориентации как систему установок, которые определяют отношение человека к ценностям, его мировоззрение и поведение в соответствии с этими установками. Автор выделяет следующие виды ценностных ориентаций: материальные, социальные, интеллектуальные, религиозные, политические, моральные, практические [4].

Анализируя характеристики предмета нашего исследования, мы приходим к выводу, что среди научного сообщества психологов не сформировалось единого мнения относительно соотношения понятий «ценности» и «ценностные ориентации».

С течением времени личностные ориентиры преобразуются в определённую систему, основываясь на которой, человек делает смысложизненные выборы. Т. В. Калашникова и О. С. Кирсанова таким образом описывают системообразующую функцию ценностных

ориентаций [13]. Ценностная иерархия помогает человеку расставлять приоритеты при планировании деятельности.

Безусловно, формирование ценностей начинается с дошкольного возраста. Однако особую значимость в процессе становления и развития системы ценностей имеет младший школьный возраст.

Младший школьный возраст является периодом от 7 до 12 лет. В данный период протекают процессы активного развития и формирования индивидуальных, психологических и социально-нравственных качеств личности. Формирование личностных качеств и самой личности в целом происходит благодаря новым социальным связям и отношениям как со сверстниками, так и со взрослыми, приходя в школу как в социальную среду, в которой необходимо проявлять ответственность и поддерживать деловую атмосферу. Благодаря этому данный возраст определяет огромные возможности для формирования личности в целом [11].

Начальный школьный возраст – это период усвоения ценностей, имеющих духовно-нравственный контекст (по Л. Кольбергу – этап развития традиционной морали), но окончательная дифференциация ценностных ориентаций происходит не в начале, а в конце возрастного периода. Система ценностей, активно развивающаяся в течение жизни человека, имеет свое начало – стадию его первоначального становления (происхождения). На этом этапе развития возникают первые ценности – идеалы ребенка, которые с годами реализуются и усваиваются человеком, а к концу ранней юности они становятся «психологической системой» (Л. С. Выготский) [6].

Младший школьный возраст играет ключевую роль в развитии ценностной сферы личности, поскольку в результате прохождения данного возрастного этапа человек получает сформированное и развитое новообразование – ценностные ориентации личности. Также развитие

системы ценностных ориентаций личности связано с развитием других компонентов личности – направленности, целей, мотивов [21].

В этом возрасте происходит изменение образа жизни в сравнении с предыдущим этапом возрастного развития: отмечается появление новой социальной роли (ребенок становится учеником), происходит предъявление новых требований; принципиальной новизной отличается и доминирующий вид деятельности (учебная деятельность), которая в младшем школьном возрасте становится ведущей. В процессе обучения в школе приобретает комплекс новых знаний, навыков, происходит изменение социального статуса и восприятия своего места в системе взаимоотношений. Ценности и интересы ребенка существенно меняются, а его образ жизни тоже претерпевает изменения [13].

Для детей младшего школьного возраста важны ценности дружбы, взаимопомощи и справедливости. Они ищут поддержку и понимание у своих друзей, стремятся к формированию доверительных отношений и готовы помогать одноклассникам.

Основываясь на исследованиях Л. С. Выготского, Л. И. Божович, мы полагаем, что сензитивность младшего школьного возраста к присвоению ценностей обусловлена такими возрастными особенностями младших школьников, как произвольность психических явлений, конкретный характер познавательных процессов, внутренний план действий, сознательная постановка цели достижения успехов и волевая регуляция поведения; способность к обобщению переживаний, рефлексия, интенсивное формирование моральных чувств, безграничное доверие взрослым, самооценка, чувство компетентности, доминирование познавательной потребности, развивающееся самосознание, способность к разграничению игры и труда, выделение труда (в том числе и учебного) в самостоятельную, ответственную деятельность [6].

Ценностные ориентации младших школьников представляют собой определенную систему представлений о нравственных нормах и правилах социального взаимодействия и общения, ведь человек не рождается с готовыми ценностными представлениями, а вырабатывает их в процессе социального опыта. В неблагоприятных условиях система ценностных ориентаций личности может не развиваться в должной мере, но, напротив, данные условия, по мнению И. В. Федосовой, приобщают ребенка к миру антиценностей [40].

На формирование ценностных ориентаций младших школьников оказывают влияние как субъективные, так и объективные факторы. К объективным отнесены обстоятельства ближайшего окружения, материальное положение семьи, материально-техническая база учебного заведения, наличие сверстников. К субъективным, можно отнести совокупность мотивов и свойств ребёнка, его психофизические особенности [28].

Младшие школьники формируют свои ценности под влиянием семьи, общества и окружающей среды. Они начинают осознавать, что им важно и что они ценят больше всего. В этом возрасте дети сталкиваются с выбором между различными ценностями и иногда испытывают трудности в определении своих приоритетов [21].

На формирование ценностных ориентаций младших школьников оказывают влияние объективные и субъективные факторы: к объективным отнесены материально-техническая база учебного заведения, обстоятельства ближайшего окружения. К субъективным – индивидуально-психологические и возрастные особенности детей, совокупность их мотивов, качеств и свойств [11].

Особенно ярко в этом возрасте видна социализация эмоций. К третьему классу у школьников проявляется восторженное отношение к

героям, выдающимся спортсменам. В этом возрасте начинают формироваться любовь к Родине, чувство национальной гордости, формируется привязанность к товарищам. Дети 7–8 лет совершают положительные моральные поступки, чаще всего следуя прямым указаниям старших, в частности, учителя; ученики 3–4 классов гораздо в большей степени могут совершать такие поступки по собственной инициативе, не дожидаясь указаний со стороны. Активно формируются ценности, связанные с моралью, этикой и правилами поведения. В процессе обучения младшие школьники осваивают такие понятия как честность, уважение, ответственность и дружба, формируя свои ценностные ориентации в соответствии с нормами поведения [37].

Анализ психолого-педагогической литературы (В. А. Караковский, Б. Т. Лихачев, Н. Д. Никандров, В. А. Сухомлинский, Н. Е. Щуркова и др.) позволил нам выделить внешние (социум, среда, культура) и внутренние (интересы, свойства личности, потребности) условия формирования ценностных ориентаций. Без влияния внешних условий человек не может развиваться, это обусловлено социальной природой человека, его психикой (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, Д. Б. Эльконин и др.). Присвоение человеком социальных ценностных компонентов личности происходит вследствие его особенностей внутреннего мира, его индивидуальности. Внутренние условия формирования ценностных ориентаций синтезируются у ребенка в ходе его взросления [40].

Младшие школьники, находясь на стыке детства и юности, активно воспринимают и усваивают новые ценности, которые они встречают в своем окружении. В этом возрасте происходит формирование начальных представлений о правильном и неправильном, хорошем и плохом. Одной из особенностей ценностных ориентаций младших школьников является их зависимость от окружающей среды [23]. Ребенок воспринимает и

принимает ценности, которые ему предлагают родители, учителя, друзья. Однако, в этом возрасте также происходит активное формирование собственных ценностей, которые могут отличаться от привычных общепринятых. Младшие школьники часто ищут свое место в обществе и стремятся выделиться, что может отразиться на их ценностных ориентациях. Некоторые дети находятся под влиянием моды или средств массовой информации, что определяет их предпочтения и интересы. Также стоит отметить, что ценности младших школьников могут меняться с течением времени, поскольку они находятся в процессе активного познания мира и своего места в нем. Поэтому важно создавать для них подходящую обстановку, где они могли бы развивать свои ценностные ориентации, с учетом их индивидуальности и потребностей [30].

Активное развитие ценностей у детей младшего школьного возраста, которые ведут за собой формирование устойчивого нравственного поведения, обусловлено периодом активных изменений в личности 7–10-летних детей (самоконтроль и саморегуляция собственной деятельности, способность планировать и выполнять действия во внутреннем плане, рефлексия своих собственных психических явлений). Эти личностные новообразования, которые появляются в младшем школьном возрасте и представляют собой единый комплекс свойств и качеств личности, приводящий к изменениям в сознании, являются основой формирования в целом ценностно-смысловой сферы.

В отличие от подростков, дети младшего школьного возраста в большей степени ориентируются на ценности, транслируемые взрослыми, в частности, учителем [28].

Таким образом, ценностные ориентации – это те приоритеты, которые направляют любую деятельность индивида и благодаря которым человек социализируется в обществе. Ценности изначально формируются



в социуме, в его традициях и нормах, а затем становятся идеалами для конкретной личности. Наиболее явно ценностные ориентации проявляются в ситуациях выбора. Ученые разных психологических школ создали разнообразную палитру взглядов на проблемы природы, функций и иерархии ценностных ориентаций. Хотя во многих аспектах исследователи не смогли прийти к единому мнению, это даёт почву для теоретического и эмпирического осмысления данного конструкта молодыми учёными.

У младших школьников, как и у детей любого другого возраста, существуют определенные ценностные ориентации, которые формируются под воздействием различных факторов – семьи, образовательной среды, общественных ценностей и т.д.

Особенности младшего школьного возраста – периода, когда формируются основные ценности и установки личности, делают ценностные ориентации еще более значимыми. В этом возрасте дети активно осваивают нормы и правила поведения, они начинают строить свои отношения с окружающими и формируют собственную систему ценностей. Поэтому важно, чтобы ценностные ориентации способствовали развитию совладающего поведения и помогали ребенку эффективно справляться с проблемами и строить отношения с другими.

### 1.3 Специфика ценностных ориентаций младших школьников в контексте совладания с трудными жизненными ситуациями

Рассмотрев понятие совладающего поведения, можно говорить о том, что этот психологический компонент является, своего рода, механизмом адаптации человека к проявлениям окружающей среды. В свою очередь, адаптация, ее уровень влияют на становление человека, определяя его положение и роли в социуме, формируя систему ценностей.

Ценностные ориентации играют важную роль в формировании совладающего поведения младших школьников. Совладающее поведение представляет собой способность эффективно справляться с трудностями, стремиться к достижению поставленных целей и адаптироваться к изменяющимся условиям. Ценностные ориентации являются неким внутренним «компасом», который определяет цели и ценности, по которым ребенок ориентируется и принимает решения [38].

Исследования в области психологии и педагогики свидетельствуют о том, что взаимосвязь между ценностными ориентациями и совладающим поведением младших школьников является неотъемлемой частью их развития. Ценностные ориентации представляют собой набор ценностей, убеждений и установок, которые формируются в процессе взаимодействия с социокультурной средой и играют важную роль в определении жизненных приоритетов и целей. Совладающее поведение, в свою очередь, является способностью эффективно справляться с трудностями и стрессовыми ситуациями, умением контролировать эмоции и находить конструктивные решения [41].

Исследования Е. В. Широкова и Н. Н. Авраменко показывают, что младшие школьники, у которых сформированы положительные ценностные ориентации, обладают большей способностью к совладанию, так как они ориентируются на ценности, связанные с саморазвитием, сотрудничеством, эмпатией и ответственностью. Такие дети распознают свои эмоции и эмоции других людей, умеют контролировать свое поведение и адаптироваться к различным ситуациям. Они более успешно справляются с трудностями и стрессом, так как имеют позитивный взгляд на жизнь и верят в свои силы. Однако, если ценностные ориентации младшего школьника ориентированы на негативные ценности, такие как агрессия, эгоизм, безответственность, то это может негативно сказаться на

его совладающем поведении. Такие дети менее способны контролировать свои эмоции, проявляют агрессивное поведение и имеют трудности в общении с другими людьми. Поэтому, важной задачей педагогической работы с младшими школьниками является формирование положительных ценностных ориентаций, которые будут способствовать развитию их совладающего поведения [43].

М. С. Яницкий в ходе работы над изучением полифункциональности и динамичности ценностно-смысловой сферы отмечает особо принципиальное значение системы ценностей как руководящего сигнального органа нормализации всех стимулирующих влияний на активность человека, в результате чего формируется адекватная модель осуществления их в жизни. Кроме того, человек использует природное начало жизненного самоопределения человека, что в дальнейшем определяет особо важное определение будущей жизненной цели [47].

Исследования О. Н. Саковской показывают, что ценностные ориентации могут существенно влиять на выбор копинг-стратегий младшими школьниками. Дети, которые ценят успех и самоутверждение, чаще прибегают к задачно-ориентированным стратегиям, в то время как у детей, для которых важнее межличностные отношения, преобладают эмоционально-ориентированные стратегии [35].

О. Н. Саковская также отмечает, что выбор стратегии копинг-поведения зависит от множества факторов. Среди них исследователи отмечают большое значение системы жизненных ценностей личности. Они составляют основу смысловой направленности субъекта. При этом в качестве ядерных пластов личности выступают ценностно-смысловые структуры, а в качестве инструментальных – типичные способы поведения и эмоционального реагирования, личностные черты, способности и т.д. [35].

Ценностно-смысловую сферу личности образуют две главные составляющие: система ценностных ориентаций и система личностных смыслов. Личностные смыслы отражают субъективную значимость всех предметов, вещей и явлений для человека, а система ценностных ориентаций отвечает за направленность личностной активности. Также автор отмечает, что к ценностным-смысловым детерминантам личности, оказывающим влияние на выбор стиля копинг-поведения, относятся: результативность жизни – оказывает влияние на выбор копинга, ориентированного на решение проблем, эмоционально-ориентированного копинга; локус контроля – Я – влияет на выбор проблемно-ориентированного копинга; свобода – влияет на выбор эмоционально-ориентированного копинга; экзистенциальность – оказывает влияние на выбор проблемно и эмоционально ориентированных копингов, а также копинга, направленного на избегание [26].

Таким образом, можно сказать, что ценностно-смысловая сфера личности является центральным регулятором жизнедеятельности человека. Она обуславливает не только то, в какой мере человек воспринимает вызовы жизни как стрессовые для него, но и может быть ресурсом совладания, определять его способы.

Как замечает О. С. Ковальская, в процессе очерчивания ценностных ориентаций младших школьников проявления устойчивости перед трудностями могут носить агрессивно-демонстративный характер. Часто такие реакции нужны для того, чтобы обрести желаемый статус в референтной группе [16]. Причиной может служить фрустрация основных потребностей возраста: потребность быть частью группы, физиологическая потребность, желание самостоятельности, потребности в привязанности, успехе и раскрытии собственного «Я».

Ценностные ориентации, связанные с социализацией и эмоциональной интеллектуальностью, имеют особое значение для развития совладающего поведения у младших школьников. Социализационные ценности включают такие качества, как умение работать в коллективе, уважение к правилам и нормам, ответственность и эмпатия. Они помогают ребенку учиться сотрудничать с другими, устанавливать границы в отношениях и разрешать конфликты [15].

Ценностные ориентации младших школьников играют важную роль в их способности справляться с трудными жизненными ситуациями. В этом возрасте дети только начинают формировать свои ценности и установки, которые будут влиять на их поведение и реакции в различных ситуациях [4]. Ценности, такие как честность, порядочность, уважение к другим и трудолюбие, помогают младшим школьникам развивать навыки совладания с трудностями. Например, когда ребенок сталкивается с конфликтом или насилием со стороны сверстников, ценность честности позволяет ему отстаивать свою позицию и не поддаваться на давление. Уважение к другим помогает младшим школьникам строить взаимоотношения с окружающими и находить конструктивные способы решения проблем [16]. Трудолюбие, в свою очередь, помогает детям не отчаиваться перед трудностями, а находить способы преодоления трудных ситуаций. Ценностные ориентации играют важную роль в формировании личности ребенка и его способности справляться с трудностями в жизни. Поэтому, развитие и поддержка правильных ценностей у младших школьников должны занимать важное место в их образовании и воспитании. Только так они смогут развивать навыки совладания с трудными ситуациями и становиться уверенными и успешными взрослыми.

Как замечает О. С. Ковальская, в процессе очерчивания ценностных ориентаций младших школьников проявления устойчивости перед трудностями могут носить достаточно эмоциональный характер. Часто такие реакции нужны для того, чтобы обрести желаемый статус в референтной группе, привлечь внимание [16]. Причиной может служить фрустрация основных потребностей возраста: потребность быть частью группы, физиологическая потребность, желание самостоятельности, потребности в привязанности, успехе и раскрытии собственного «Я». В связи с этим формирующаяся психика начинает применять психологические защиты и техники совладающего поведения. Как следствие, проблемы, возникающие в жизни подростка, обычно решаются достаточно эмоционально [31].

В практике психологического консультирования обучающихся, находящихся в стрессовых или посттравматических состояниях, терапия часто направлена на формирование социальных умений, адаптивных копинг-стратегий. Многие навыки могут оказаться малоэффективными, если не будет сделан акцент на смысловой стороне действий («Зачем я это делаю?») [37]. Следовательно, степень зрелости ценностно-смысловой сферы влияет на функциональность жизнестойкости

Эмоциональная интеллектуальность, в свою очередь, позволяет ребенку эффективно управлять своими эмоциями и чувствами, адаптироваться к изменчивым ситуациям и принимать решения на основе здравого смысла. Она формируется через развитие эмоциональной саморегуляции, умение выражать и понимать эмоции, сопереживание и уважение к чувствам других [45].

Также исследователями была найдена взаимосвязь жизнестойкости с дивергентным мышлением – способностью находить множество решений

для какой-либо задачи [37]. Следовательно, изучаемый нами параметр может зависеть и от такой черты личности как креативность.

Ценностные ориентации младших школьников играют ключевую роль в выборе стратегий совладания в учебной и социальной сферах. Понимание этих взаимосвязей позволяет более целенаправленно подходить к обучению и воспитанию детей, формируя у них не только академические, но и социальные навыки, способствующие их полноценной адаптации и развитию. В дальнейшем, такие исследования могут способствовать созданию более эффективных образовательных и психолого-педагогических программ, которые будут учитывать индивидуальные ценностные ориентации учащихся [22].

Р. М. Байрамян и К. С. Чулюкин обращает внимание на то, что недоразвитие компонентов жизнестойкости влияет на модели поведения [2]. При дефицитной развитости компонента вовлечённости у обучающегося может возникнуть ощущение отчуждения, что приводит к нарушениям адаптации в коллективе, к конфликтности в поведении. Состояние беспомощности может появиться из-за слабой степени контроля обстоятельств, когда подросток не чувствует сферы своей ответственности. Установка на принятие риска при неблагоприятном исходе событий включает в себя описанные выше характеристики. Чтобы не допустить подобного сценария для обучающихся рекомендуется культивировать уверенность в себе, понимание особенностей своего характера (развитие самосознания), установку на достижение целей и навыки самоконтроля. В этом могут помочь педагоги-психологи и родители, которые поддерживают детей на всех этапах их развития [12].

Таким образом, ценностные ориентации имеют долгосрочное значение для развития совладающего поведения, они определяют, какими основными принципами младший школьник будет руководствоваться в

жизни и как он будет реагировать на трудности. Поэтому важно обучать младших школьников осознано размышлять о своих ценностях, а также помогать им осваивать социализационные и эмоциональные навыки, способствующие формированию совладающего поведения.

### Выводы по первой главе

Понятие ценности и ценностные ориентации младших школьников являются важной составляющей развития личности ребенка. Ценность – это то, что имеет для нас особое значение, что мы считаем важным и ценным в своей жизни. Ценностные ориентации – это набор установок, представлений и норм, которые определяют наше отношение к ценностям. В младшем школьном возрасте формирование ценностных ориентаций происходит на основе взаимодействия с окружающими средой, сверстниками и взрослыми. Для детей в этом возрасте очень важно понимать, что они сами также являются ценностными существами и их мнение имеет значение. Установление ценностных ориентаций помогает младшим школьникам осознать, что такое добро и зло, справедливость и несправедливость, ответственность и свобода, и какие принципы помогут им принимать правильные решения в различных ситуациях.

В современной психологии существует несколько подходов к изучению совладающего поведения: эго-ориентированный подход, диспозиционный подход, когнитивно-транзакционный подход и др

Стратегии совладающего поведения у младших школьников является следствием слияния таких факторов как личностные особенности, опыт, приобретённый в ходе жизни и стратегии совладания приобретенные в детстве от родителей. Стратегии совладающего поведения являются теми действиями, которые подросток предпринимает в трудных ситуациях и ведут к успешной или менее успешной адаптации



Совладающее поведение младших школьников является важной темой, требующей особого внимания. Возраст от 6 до 10 лет является периодом активного развития ребенка, когда он сталкивается с новыми вызовами и требованиями. В этом возрасте дети начинают общаться с окружающими и понимать свои эмоции и чувства. Однако, не все дети могут эффективно справляться с трудностями, и неконтролируемые эмоции и поведение могут стать проблемой как для ребенка, так и для его окружения. Поэтому важно обратить внимание на то, как помочь младшим школьникам развивать навыки совладания с трудностями. Это включает в себя умение распознавать свои эмоции, находить адекватные способы выражения своих чувств и находить решения в конфликтных ситуациях. Обучение совладающему поведению может помочь детям стать более уверенными, самостоятельными и успешными в школе и в жизни в целом.

Ценностные ориентации играют важную роль в формировании совладающего поведения у младших школьников. В данном контексте, совладающее поведение понимается как способность ребенка адаптироваться к стрессовым и неблагоприятным ситуациям, сохранять эмоциональное равновесие и находить конструктивные выходы из проблемных ситуаций. Ценности, которыми ребенок руководствуется, влияют на его способность справляться с трудностями.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ИЗУЧЕНИЮ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ КАК ФАКТОРА СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

### **2.1 Задачи и содержание эмпирического исследования**

Эмпирическое исследование изучению ценностных ориентаций как фактора совладающего поведения младших школьников организовывалось на базе общеобразовательного учреждения.

В исследовании приняло участие 17 обучающихся 4-го класса.

С целью установления взаимосвязи совладающего поведения и ценностных ориентаций у младших школьников нами было проведено исследование, которое включало в себя несколько этапов.

Первый этап – организационный (теоретический). В ходе данного этапа были определены предмет и объект исследования, изучена проблема и общие характеристики совладающего поведения и копинг стратегий, а также рассмотрена роль ценностных ориентаций и ценностей младших школьников. При обзоре научно-методической, психологической и педагогической литературы было изучено более 40 источников. Это позволило составить представление о современном состоянии исследуемой проблемы.

Так же, на данном этапе были определены методы исследования, в основу которого легли методики «Опросник копинг-стратегий детей младшего школьного возраста» авторов – И. М. Никольская, Р. М. Грановская и «Ценностные ориентации» М. Рокича. Были подготовлены бланки опросов для предоставления их респондентам.

Второй этап – практический (исследовательский), который, в свою очередь, был разделен на две части:

1. Проведение диагностики на изучение совладающего поведения младших школьников осуществлялось посредством «Опросника копинг-стратегий детей младшего школьного возраста» авторов – И.М. Никольская, Р.М. Грановская. Данная методика предназначена для диагностики доминирующих копинг-стратегий у детей младшего школьного возраста (приемов совладающего поведения) личности. При этом выделяется три группы копинг-стратегий (таблица 1).

Таблица – Группы копинг-стратегий

№п/п	Группы копинг-стратегий
1	Стратегия разрешения проблем – это активная поведенческая стратегия, при которой человек старается использовать все имеющиеся у него личностные ресурсы для поиска возможных способов эффективного разрешения проблемы.
2	Стратегия поиска социальной поддержки – стратегия, при которой человек для эффективного разрешения проблемы обращается за помощью и поддержкой к окружающим: семье, друзьям, значимым другим.
3	Стратегия избегания – поведенческая стратегия, при которой человек старается уйти от решения проблем.

В исследовании, проведенном И. М. Никольской и Р. М. Грановской, был разработан специализированный опросник, предназначенный для изучения поведения младших школьников в сложных для них ситуациях. Основная цель исследования заключалась в выявлении конкретных стратегий, к которым прибегают дети этой возрастной группы при столкновении с жизненными невзгодами и стрессовыми событиями. В результате анализа было определено 25 различных стратегий, которые могут применять младшие школьники для снижения уровня тревоги и преодоления возникающих перед ними препятствий. Эти стратегии представляли собой комплекс мер, направленных на адаптацию к

неблагоприятным условиям и поиск эффективных способов решения возникших проблем.

Важной частью опросника являлось предложение участникам выбрать те стратегии, которые они активно используют в моменты психологического дискомфорта и которые, по их мнению, наиболее эффективны в противостоянии трудностям. Это позволяло не только определить наиболее часто используемые методы справления со стрессом среди младших школьников.

Описание методики: методика содержит спектр утверждений (путей, позволяющих преодолеть жизненные проблемы) в количестве тридцати трех. Респонденты, оценивая их по критериям: «полностью согласен», «согласен» и «не согласен» должны оценить их применительно к себе. Далее при помощи «ключа» к тесту определяется предпочитаемый респондентом вид стратегии. Для получения общего балла по соответствующей стратегии подсчитывается сумма баллов. Минимальная оценка по каждой шкале – 11 баллов, максимальная – 33 балла.

Второй подэтап связан с проведением методики «Ценностные ориентации» М. Рокича (составлен Е. Хмелевым) [33]. Данная методика «позволяет исследовать направленность личности и определить ее отношение к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, восприятие мира, ключевые мотивы поступков, основу «философии жизни». М. Рокич различает два класса ценностей: инструментальные и терминальные.

Терминальные ценности – ценности, которые определяют конечную цель существования личности к которой человек стремится любыми путями на протяжении жизни (или основополагающая на определенном ее этапе).

Инструментальные ценности – это ценности, которые представляют собой средства достижения других целей или ценностей. Они не являются самоцелью, а используются для достижения каких-то конкретных целей или удовлетворения других потребностей. Примерами инструментальных ценностей могут быть трудолюбие, дисциплинированность, ответственность, образование, умения и навыки, этические принципы и другие качества и навыки, которые помогают людям добиваться поставленных перед собой задач и достигать желаемых результатов.

По сути, такое разделение ценностей отождествляет традиционное различие ценностей как «ценности – цели» и «ценности – средства».

Описание методики: в ходе применения методики респондент ранжирует две шкалы ценностей по восемнадцать в каждой. Самой важной ценности присваивается ранг – 1 и далее в порядке убывания до 18-ти. Это одна из тех методик, где наивысшая значимость имеет наименьшее значение. Такой подход упрощает процедуру тестирования для испытуемых.

Полученная в результате исследования индивидуальная иерархия ценностей может быть разделена на три равные группы: предпочитаемые ценности, значимые (ранги с 1 по 6); индифферентные, безразличные (7-12); отвергаемые, незначимые (13-18 ранг иерархии).

Полученные ранжированные данные для каждой из 36-ти ценностей ранги, отражающие значимость ценности для испытуемого, мы использовали для анализа взаимосвязей совладающего поведения и ценностных ориентаций младших школьников.

Третий этап – эмпирический (обработка полученных данных). Данные были зафиксированы в таблицы. По результатам выполнены диаграммы, которые более наглядно позволяют отразить результат исследования. Для расчетов эмпирических данных в качестве приема

математической статистики был использован метод ранговой корреляции Спирмена, который позволил определить корреляционную связь между совладающим поведением и ценностными ориентациями младших школьников.

Если показатель корреляции Спирмена близок к значению +1, то это говорит о высокой связи между анализируемыми параметрами. Если же показатель близок к значению -1, то это свидетельствует об отсутствии тесной связи между параметрами.

Эффективность данного метода доказана многими современными исследователями и является одним из лучших инструментов математической статистики, широко используемый в психологии.

Четвертый этап – заключительный (аналитический). На данном этапе были сделаны выводы по результатам исследования. Выявленные взаимосвязи ценностных ориентаций и совладающего поведения позволили в ходе анализа корреляционной плеяды сделать выводы по результатам исследования.

## 2.2 Анализ изучения влияния ценностных ориентаций на совладающее поведение младших школьников

Как мы уже имели возможность убедиться в главе 1, совладающее поведение имеет немаловажную роль в становлении личности и эффективности ее адаптации. В данном параграфе отражены результаты и анализ исследований по выбранным нами методикам.

В ходе проведения исследования по методике «Опросник копинг-стратегий детей младшего школьного возраста» нами были получены данные, отраженные в таблице 2. Полученные данные мы привели в средние показатели по типам копинг-стратегий.

Таблица 2 – Показатели выраженности копинг-стратегий

№ п/п	Имя Ф.	Разрешение проблем	Поиск социальной поддержки	Избегание проблем
1	2	3	4	5
		16	11	21
		8	16	32
		18	22	24
		17	31	18
		13	21	27
		16	19	32
		22	23	25
		15	30	18
		24	26	27
		18	21	24
		22	31	14
		20	26	24
		17	31	15

*Продолжение таблицы 2*

		19	30	18
		17	18	30
		27	15	21
		17	12	32
Ср. значение		18,0	22,5	23,6
		Очень низкий уровень – 2 чел. Низкий – 12 чел. Средний – 2 чел. Высокий – 1 чел.	Очень низкий уровень – 2 чел. Низкий – 3 чел. Средний – 7 чел. Высокий – 5 чел.	Очень низкий уровень – 2 чел. Низкий – 5 чел. Средний – 7 чел. Высокий – 3 чел.

На Рисунке 1 приведены средние показатели выраженности копинг-стратегий, полученные в результате тестирования младших школьников.

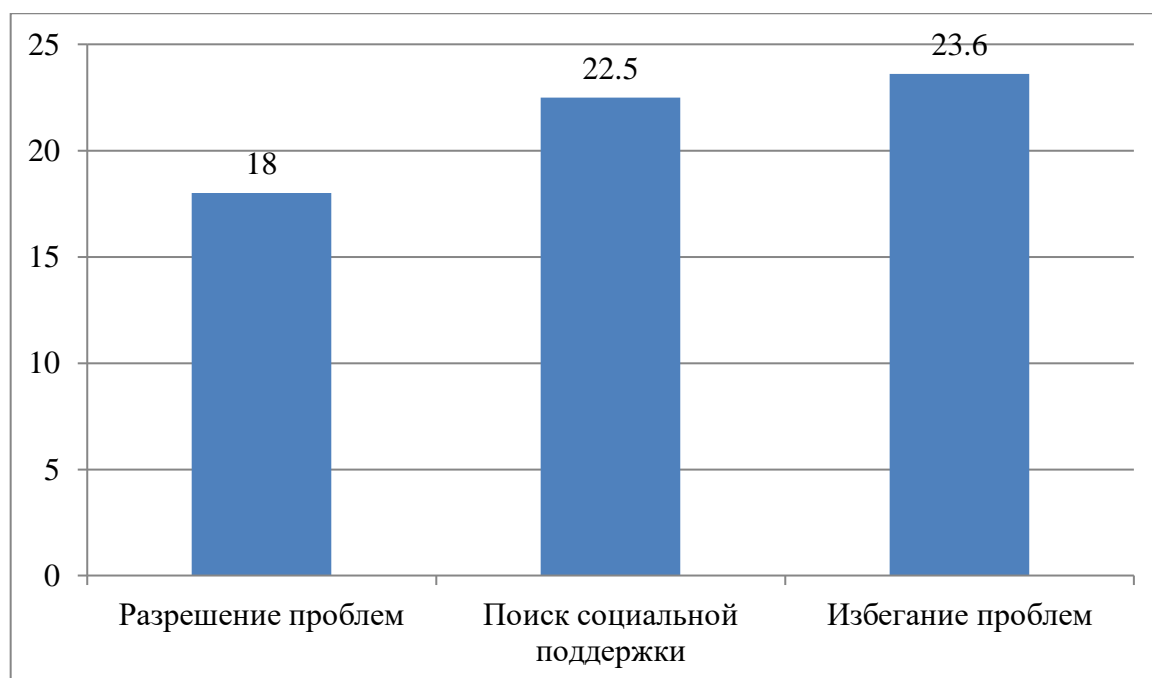


Рисунок 1 – Средние показатели выраженности копинг-стратегий младших школьников

Как можно отметить, наиболее сформированным копинг-стратегией совладающего поведения является «Избегание проблемы», что свидетельствует о популярности у таких детей младшего школьного возраста стратегий «Плачу и грущу» – 41,1 % (7 чел.), «Сплю» – 35,2 % (6 чел.).

Обучающиеся, использующие эту стратегию, могут пытаться игнорировать проблему, уходить от нее или избегать контакта с неприятными ситуациями или людьми. Хотя избегание может помочь временно избежать стресса или негативных эмоций, на долгосрочной перспективе это неэффективная стратегия решения проблем. Длительное использование стратегии избегания может привести к усугублению проблемы, развитию страхов и тревожности, а также затруднить адаптацию к новым ситуациям и развитию способностей по решению проблем. Поэтому важно помочь детям развивать более конструктивные копинг-стратегии для успешного преодоления трудностей.



На втором месте находится копинг-стратегия «Поиск социальной поддержки». Такие учащиеся предпочитают стратегии «Обнимаю или прижимаю к себе кого-то близкого, любимую вещь или глажу животное (собаку, кошку и пр.)» – 29,4 % (5 чел.), «Говорю с кем-нибудь» – 29,4 % (5 чел.), «Прошу прощения или говорю правду» – 17,6 % (3 чел.)

Самой эффективной стратегии «Принимаю решение» – 6,6 % (8 чел.) учащиеся младших классов отвели низкую позицию, поставив ее на предпоследнее место, что доказывает, что стратегию «Думаю об этом» используют – 17,6 % (3 чел.), «Делаю что-то подобное» также – 17,6 % (3 чел.).

Далее мы проанализировали результаты по методике «Ценностные ориентации» М. Рокича.

Таблица 3 – Показатели выраженности терминальных и инструментальных ценностей у младших школьников

№ п/п	Ценности терминальные	Ранг	Ценности инструментальные	Ранг
1	2	3	4	5
1.	Активная деятельностная жизнь	10	Аккуратность	10
2.	Жизненная мудрость	9	Воспитанность	3
3.	Здоровье	8	Высокие запросы	17
4.	Интересная работа	7	Жизнерадостность	8
5.	Красота природы и искусства	7	Исполнительность	15
6.	Любовь	4	Независимость	9
7.	Материально обеспеченная жизнь	11	Критичность/нетерпимость к недостаткам	16
8.	Наличие хороших и верных друзей	3	Образованность	5

*Продолжение таблицы 3*

1	2	3	4	5
9.	Общественное признание	8	Ответственность	4
10.	Познание	12	Рационализм	4
11.	Продуктивная жизнь	8	Самоконтроль	8
12.	Развитие	6	Смелость	3
13.	Развлечения	3	Твердая воля	8
14.	Свобода	6	Терпимость	5

15.	Счастливая семейная жизнь	14	Честность	6
16.	Счастье других	8	Чуткость	3
17.	Творчество	9	Широта взглядов	13
18.	Уверенность в себе	12	Эффективность в делах	6

Взяв средние значения терминальных и инструментальных ценностей подростков, мы видим, что: предпочитаемыми терминальными ценностями являются «развлечение», «наличие хороших и верных друзей», «любовь», «развитие» и «свобода». То есть, ценности, определяющие комфортное пребывание в социуме, обеспечивающие коммуникативные потребности и свободу самовыражения.

Наиболее низкий ранг, как незначимые терминальные ценности получили «развлечения», «красота природы и искусства», «познание», «интересная работа», «жизненная мудрость» и «счастье других». Это обусловлено, прежде всего, младшим школьным возрастом, когда внимание в большей степени сосредоточено на собственном благополучии и поиске профессиональных предпочтений, удовлетворении личностных интересов и потребностей.

При определении инструментальных ценностей, мы видим, что на первый план выходят «смелость», «ответственность», «воспитанность», «рационализм», «честность» и «эффективность в делах». Что говорит об ответственности и стремлении к достижениям в группе младших школьников. Кроме того, ярко выраженные, рационализм и смелость могут свидетельствовать о том, что у обучающихся копинг-стратегии могут быть наиболее эффективными, а скорость принятия решений выше.

Наименее значимыми являются такие инструментальные ценности как: «терпимость», «высокие запросы», «критичность», «исполнительность», «самоконтроль» и «чуткость». Наибольшую

вероятность данного выбора представляет стремление к самовыражению и признанию.

Те ценности, которые, так или иначе, связаны с образованием, материальными ресурсами и семьей занимают индифферентную нишу в системе ценностей. То есть, являются по своей сути безразличными для младших школьников. На них они почти не обращают внимания, не задумываются о их дальнейшем значении в жизни, что характерно подростковому возрасту – возрасту проб и ошибок, определению своего социального благополучия «здесь и сейчас».

Далее в качестве приема математической статистики нами был использован метод ранговой корреляции r-Спирмена, который позволил определить корреляционную связь между стратегиями совладающего поведения и ценностными ориентациями у младших школьников.

Были рассмотрены шесть пар возможных взаимосвязей и выявлены наиболее значимые: «стратегия разрешения проблем» и «терминальные ценности»; «стратегия поиска социальной поддержки» и «инструментальные ценности»; «стратегия избегания проблем» и «терминальные ценности».

Таблица 4 – результат анализа взаимосвязей с применением коэффициента ранговой корреляции r-Спирмена

№ п/п	Взаимосвязи	rs	t - значение
1	2	3	4
1	Стратегия разрешения проблем и терминальные ценности	0.131	корреляция статистически значима
2	Стратегия разрешения проблем и инструментальные ценности	-0.052	корреляция не достигает уровня статистической значимости
3	Стратегия поиска социальной поддержки и терминальные ценности	-0.593	корреляция не достигает уровня статистической значимости

*Продолжение таблицы 4*

1	2	3	4
4	Стратегия поиска социальной поддержки и инструментальные ценности	0,875	корреляция статистически значима
5	Стратегия избегания проблем и терминальные ценности	0,168	корреляция статистически значима
7	Стратегия избегания проблем и инструментальные ценности	-0,353	корреляция не достигает уровня статистической значимости

Стратегия разрешения проблем наиболее эффективна и часто используется в ходе реализации системы терминальных ценностей и их достижения. То есть, в ходе достижения высокого уровня жизненно важных ценностей, обучающиеся готовы самостоятельно решать проблемы. В то же время, видно, что они редко готовы прибегать к помощи на основе терминальных ценностей.

Инструментальные же ценности, наоборот, в наибольшей степени взаимосвязаны со стратегией поиска социальной поддержки, то есть личные ценностные предпочтения подразумевают возможность разрешения трудных ситуаций при помощи других, что позволяет предположить, что младшие школьники обладают достаточным уровнем коммуникативных компетенций и открытостью в общении.

### 2.3 Методические рекомендации по формированию совладающего поведения младших школьников посредством ценностных ориентаций

Формирование копинг-стратегий или совладающего поведения — это проблема стойко удерживающая интерес как теоретиков, так и практиков психологии на протяжении последних десятилетий. Быстро меняющиеся ценности и установки общества заставляют современное поколение людей с невероятной скоростью адаптироваться к новым условиям. Ежегодно в обществе рождаются десятки новых профессий и отмирают сотни старых. Развитие науки, достигло такого скоростного

развития, что в определенных науках классические истины уходят в прошлое, а на их место приходят новаторские идеи. В общем можно сказать, что мир окружающий современное человечество развивается так стремительно, что не всегда люди успевают переключиться с одних истин на другие. Безусловно, такая быстрая смена норм и правил подвергает человека стрессу.

Стрессовые ситуации оказывают как положительное, так и отрицательное воздействие на психику человека. Именно поэтому наша психика на протяжении жизни вырабатывает оптимальные стратегии совладания со стрессом.

Как и было описано выше, современная психология определяет несколько путей формирования этих стратегий: использование стратегий совладания, транслируемых родителями и другими значимыми взрослыми, опыт, приобретаемый на протяжении жизни, особенности личности. Однако, неоспоримым остается тот факт, что не каждая такая стратегия является продуктивной.

В научной литературе стратегии совладания делятся на адаптивные (стратегии, позволяющие человеку позитивно преодолеть стрессовую ситуацию) и дезадаптивные (стратегии, мешающие реальному преодолению стрессовой ситуации, основанные на подавлении эмоций).

Младший школьный возраст является благоприятной почвой для формирования адаптивных и дезадаптивных стратегий совладания. Неустойчивость психики подростка и те стрессовые события, которые он вынужден переживать на протяжении этого периода, могут негативно отразиться на всей его дальнейшей жизни.

Одним из эффективных способов формирования совладающего поведения у младших школьников являются ценностные ориентации. Ценности – это определенные убеждения и установки, которые

определяют, что для нас является важным и ценным. Ценностные ориентации помогают детям определить, что они хотят достичь и какие принципы они признают.

В соответствии с возрастными особенностями младших школьников, ценностными ориентациями могут быть:

1. Здоровье и физическое благополучие. Важно учить детей ухаживать за своим телом, правильно питаться и заниматься физической активностью. Это поможет им развить силу воли, самоконтроль и управление эмоциями.

2. Честность и справедливость. Младшие школьники должны понимать важность честных отношений и уважения к другим людям. Они могут быть привлечены к различным играм и заданиям, где должны принимать решения на основе справедливости.

3. Трудолюбие и ответственность. Детям следует понять, что достижение целей требует усилий и настойчивости. Они могут быть вовлечены в различные задачи добровольчества или проекты, которые помогут им развить ответственность и понять значение труда.

4. Уважение к различиям. Младшие школьники должны узнать, что каждый человек уникален и имеет свои особенности. Важно научить их уважать и ценить различия и непохожесть других людей.

5. Дружба и сотрудничество. Младшие школьники должны знать, что сотрудничество и дружба могут принести больше пользы, чем соперничество. Они могут быть вовлечены в групповые игры или проекты, чтобы они научились работать вместе и устанавливать позитивные отношения с другими детьми.

Далее остановимся на методах и стратегиях, которые помогут педагогам и родителям сформировать совладающее поведение у младших школьников через ценностные ориентации.

Безусловно, в рамках образовательного процесса необходима разработка программы обучения в соответствии с ценностной системой. Важно определить основные ценности, которые должны быть важны для младшего школьника, и интегрировать их в учебный процесс. Например, ценности дружбы, взаимовыручки, толерантности и уважения к другим людям могут быть основой для формирования совладающего поведения.

Реализация развивающей программы осуществляется в трех направлениях: групповая работа с участниками программы, индивидуальное консультирование участников программы, консультирование родителей участников программы.

Реализация развивающей программы может осуществляться в трех направлениях: групповая работа с участниками программы, индивидуальное консультирование участников программы, консультирование родителей участников программы.

На первом этапе осуществляется диагностика предполагаемых участников программы, а также проводится ознакомительное собрание психолога и родителей предполагаемых участников программы, с целью просвещения родителей о совладающем поведении, этапах работы в рамках развивающей программы и сбора разрешений на проведение занятий.

На втором этапе происходит непосредственно развивающая работа с сформировавшейся группой, в основе которой тренинговые занятия, группы встреч для совместного обсуждения сложностей, возникающих в жизни подростков, индивидуальная работа с участниками группы и их родителями.

Третий этап является заключительным и предполагает контрольную диагностику участников программы, подведение итогов проделанной работы, выработку рекомендаций для участников программы, их

родителей. На данном этапе важным является не только подведение итогов и получение обратной связи от участников группы, но осознание ими своих достижений, выработку положительной оценки к самому себе, а также понимание, что при возникновении трудностей, участник группы может обратиться к психологу за консультацией.

Кроме того, в образовательном процессе можно использовать различные истории и рассказы. Младшим школьникам легче усваивают ценностные ориентации через истории и рассказы. Педагоги и родители могут рассказывать детям истории, в которых герои проявляют совладающее поведение и решают конфликты с помощью ценностей, таким образом внушая детям, что такое поведение является правильным и желательным.

В формировании копинг-стратегий важным этапом является совместное применение копинг-стратегии со взрослым. Далее со временем учащийся сможет научиться самостоятельно пользоваться этими стратегиями копинга. При столкновении даже с повседневными трудностями, их реакции могут быть вспыльчивыми и непредсказуемыми. Вот почему важно помочь им разработать и освоить стратегии копинга. Это поможет школьнику лучше контролировать его эмоции и реакции, преодолевать стрессовые ситуации.

Для формирования совладающего поведения педагоги и родители могут представить положительные примеры из реальной жизни или организовать ролевые игры, где дети сами смогут испытать совладающее поведение и увидеть его эффективность.

В процессе ролевых перевоплощений, выполнений игровых задач ребенок непроизвольно обогащается способами выражения эмоций, адекватно оформляя экспрессивные действия. Игровые действия «как будто...» раскрепощает детей, снимая у них обязательность изучения и



делая данный процесс естественным и интересным. Игровые приемы увеличивают качество усвоения познавательного материала и закрепляют чувства детей. Одним из таких приемов может служить воображаемая ситуация. Например, воображаемое путешествие (путешествие в воображаемую Страну Рисования), встреча с воображаемыми героями (встреча со Звездным мальчиком).

Чтобы дети могли успешно справляться с трудностями, необходимо постепенно увеличивать сложность задач. Начиная с простых ситуаций, где требуется совладающее поведение, педагоги и родители могут продвигаться к более сложным, чтобы дети смогли развивать свои навыки и строить совладающее поведение в более сложных условиях. На данном этапе можно придумать вместе с ребенком мотивирующие высказывания (мотиваторы). Предложите ребенку придумать фразу, которую он может повторять про себя, когда он сталкивается со стрессовыми ситуациями. Например, «Никогда не сдаваться!» или «Я сделаю это!».

Важно поддерживать ребенка и выражать при необходимости, что его поведение является правильным и желательным. Педагоги и родители могут похвалить младшего школьника, когда он проявляет совладающее поведение, а также предоставить обратную связь, позволяющую детям видеть, где они могут улучшить свое поведение и каким образом они могут стать еще более совладающими.

Необходимо обращать внимание даже на самые маленькие достижения школьника. Большинство детей испытывают стресс, сталкиваясь со сложными заданиями. Но в конечном счете они берутся за дело, потому что прошлый успех придает им уверенности. Дети с расстройствами обучения нуждаются в такой же мотивации, но зачастую добиться успеха им бывает труднее. Не упускайте возможность похвалить ребенка даже за самые небольшие достижения, например, когда он решит

три примера подряд, не отвлекаясь. Когда ребенок сталкивается с большими проблемами, воспоминания о своих победах помогут ему не паниковать и чувствовать себя увереннее.

Далее приведем примеры практических рекомендаций для формирования совладающего поведения у младших школьников.

Разработайте ценностные ориентации, которые будут способствовать формированию совладающего поведения у младших школьников. Определите ключевые ценности, которые вы хотите внести в повседневную жизнь детей, такие как уважение к себе и другим, ответственность, толерантность, справедливость и доброта.

Включайте детей в процесс формирования этих ценностей. Обсуждайте со своими учениками, что важно для них и какие ценности они хотели бы видеть в своей школе и классе. Придайте им возможность предлагать свои идеи и думать о том, как они могут помочь созданию совладающего окружения.

Создайте плакаты или другие визуальные материалы, которые будут напоминать детям о ценностях, которые они выбрали. Разместите их в классе, коридорах или других местах, где дети будут видеть их ежедневно. Это поможет им постепенно осознавать и внедрять выбранные ценности в свою жизнь.

Вовлекайте детей в игры и упражнения, которые будут развивать их способности к совладающему поведению. Например, проводите ролевые игры, в которых дети будут сталкиваться с разными ситуациями, требующими применения ценностей, таких как уважение и толерантность. Поговорите с детьми о том, какие решения они приняли и как они чувствовали себя в разных ролях.

Обучайте детей навыкам эмоционального регулирования. Помогайте им осознавать свои эмоции и научайте способам контроля и управления

ими. Создавайте условия, в которых дети могут выразить свои чувства без страха или стыда, и обсуждайте, какие действия помогут им справиться с отрицательными эмоциями.

Поддерживайте и поощряйте младших школьников, когда они проявляют совладающее поведение. Отмечайте их усилия и достижения, чтобы поддержать их мотивацию и продолжение развития таких навыков. Поощрение может быть в виде похвалы, награды или дополнительных привилегий в классе.

Сотрудничайте с родителями, чтобы они также поддерживали формирование совладающего поведения у своих детей. Организуйте встречи и семинары, на которых родители могут узнать о ценностях, которые вы пропагандируете в классе, и поделиться своими идеями о том, как они могут помочь развитию этих ценностей в семейной среде.

Не забывайте о важности примера, который вы даете детям. Самим следуйте принципам совладающего поведения и практикуйте их в своей работе с младшими школьниками. Будьте терпимыми, уважительными и справедливыми в обращении с учениками, и они будут вас видеть в качестве ролевой модели.

Все эти рекомендации необходимо применять систематически и последовательно. Формирование совладающего поведения у младших школьников – это долгосрочный процесс, который требует упорства и терпения. Используйте описанные практические рекомендации каждый день, чтобы помочь детям развивать такие важные навыки при моделировании ценностей совладающего поведения.

Выводы по второй главе

Эмпирическое исследование изучению ценностных ориентаций как фактора совладающего поведения младших школьников организовывалось на базе общеобразовательного учреждения.

В исследовании приняло участие 17 обучающихся 4-го класса.

Нами были проведены и проанализированы методики «Опросник копинг-стратегий детей младшего школьного возраста» авторов – И. М. Никольская, Р. М. Грановская и «Ценностные ориентации» М. Рокича.

Наиболее сформированным копинг-стратегией совладающего поведения является «Избегание проблемы». На втором месте находится копинг-стратегия «Поиск социальной поддержки». Наименее сформированной копинг-стратегией является «Принимаю решение».

Полученные данные были обработаны при помощи метода математической статистики – корреляционного критерия r-Спирмена. Проведя корреляционный анализ взаимосвязи совладающего поведения и ценностей подростков с признаками творческой одаренности, мы сделали следующие выводы: в ходе определения взаимосвязей шести пар понятий, складывающихся из стратегий совладающего поведения типов ценностей, выявлено, что наиболее значимыми связями являются пары понятий; «стратегия разрешения проблем» и «терминальные ценности», «стратегия поиска социальной поддержки» и «инструментальные ценности», «стратегия избегания проблем» и «терминальные ценности»; стратегия разрешения проблем наиболее эффективна и часто используется в ходе реализации системы терминальных ценностей и их достижения; инструментальные ценности в наибольшей степени взаимосвязаны со стратегией поиска социальной поддержки. В целом, можно говорить о том, что в той или иной степени взаимосвязаны все понятия ценностей и стратегий копинг поведения.

Далее мы предложили ряд методических рекомендаций по формированию совладающего поведения младших школьников посредством ценностных ориентаций.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе данной исследовательской работы, нами были изучены взаимосвязи совладающего поведения и ценностных ориентаций у младших школьников. Для достижения этой цели нами решался комплекс задач, что позволило расширить представление о проблеме.

В ходе изучения литературы по проблеме исследования и знакомства с психолого-педагогическими подходами к ее решению, наиболее подробно были изучены понятия «совладающее поведение», «ценностные ориентации».

Совладающее поведение является важной составляющей развития младших школьников. В современном обществе, где дети сталкиваются с различными трудностями и стрессовыми ситуациями, необходимо помочь им научиться эффективно справляться с ними. Одним из подходов к формированию совладающего поведения является использование ценностных ориентаций.

Ценности играют важную роль в жизни каждого человека, определяя его отношение к миру и окружающим людям. Поэтому, включение ценностных ориентаций в процесс формирования совладающего поведения у младших школьников позволяет создать основу для развития их позитивных качеств и способностей. В данной статье мы рассмотрим методические рекомендации по использованию ценностных ориентаций для формирования совладающего поведения у младших школьников, а также приведем примеры практических заданий и упражнений, которые помогут им осознать и применять эти ценности в повседневной жизни.

В результате проведенного теоретического анализа было показано, что изучение совладающего поведения в период младшего школьного возраста является актуальным в связи с переживанием личностью гурмативного возрастного кризиса, который обостряется ввиду

социальных условий современной жизни. При этом ценностные ориентации могут рассматриваться как фактор выбора личностью способов совладания с трудными жизненными ситуациями.

Эмпирическое исследование изучению ценностных ориентаций как фактора совладающего поведения младших школьников организовывалось на базе общеобразовательного учреждения.

В исследовании приняло участие 17 обучающихся 4-го класса.

Нами были проведены и проанализированы методики «Опросник копинг-стратегий детей младшего школьного возраста» авторов – И. М. Никольская, Р. М. Грановская и «Ценностные ориентации» М. Рокича.

Наиболее сформированным копинг-стратегией совладающего поведения является «Избегание проблемы». На втором месте находится копинг-стратегия «Поиск социальной поддержки». Наименее сформированной копинг-стратегией является «Принимаю решение».

Полученные данные были обработаны при помощи метода математической статистики – корреляционного критерия r-Спирмена. Проведя корреляционный анализ взаимосвязи совладающего поведения и ценностей подростков с признаками творческой одаренности, мы сделали следующие выводы: в ходе определения взаимосвязей шести пар понятий, складывающихся из стратегий совладающего поведения типов ценностей, выявлено, что наиболее значимыми связями являются пары понятий; «стратегия разрешения проблем» и «терминальные ценности», «стратегия поиска социальной поддержки» и «инструментальные ценности», «стратегия избегания проблем» и «терминальные ценности»; стратегия разрешения проблем наиболее эффективна и часто используется в ходе реализации системы терминальных ценностей и их достижения; инструментальные ценности в наибольшей степени взаимосвязаны со стратегией поиска социальной поддержки. В целом, можно говорить о том,

что в той или иной степени взаимосвязаны все понятия ценностей и стратегий копинг поведения.

Далее мы предложили ряд методических рекомендаций по формированию совладающего поведения младших школьников посредством ценностных ориентаций.

Основополагающая идея методики заключается в привлечении детей к ценностным ориентациям, которые направляют их поведение и помогают им развивать навыки решения проблем и справления с эмоциональными трудностями. Ценностные ориентации являются своего рода маяком для младших школьников, привлекающим их внимание и оказывающим позитивное влияние на их поведение и мышление.

Одной из главных задач формирования совладающего поведения на основе ценностных ориентаций является развитие критического осознания. Дети должны научиться анализировать свои эмоции и реакции на различные ситуации, а также оценивать их адекватность и последствия. Это позволит им принимать взвешенные решения и действовать в соответствии с выбранными ценностями.

Однако важно понимать, что формирование совладающего поведения на основе ценностных ориентаций является длительным процессом, требующим постоянного поддержания и развития. Разработка комплексных программ, включающих в себя различные методики и инструменты, может помочь эффективно добиться поставленных целей.

Кроме того, важно осознавать, что совладающее поведение является одним из краеугольных камней в формировании гармоничной личности и успешной социализации младших школьников. Чем раньше начать разработку этого качества, тем устойчивей оно станет в их поведении и мышлении. Поэтому продолжение работы над формированием



совладающего поведения на основе ценностных ориентаций должно быть постоянным и систематическим.

Важность продолжения работы над формированием совладающего поведения на основе ценностных ориентаций не может быть недооценена. Методические рекомендации, изложенные в данной работе, представляют собой эффективный инструмент для развития у младших школьников навыков справляться с трудностями и строить конструктивные отношения.

Данные настоящего исследования могут быть использованы при разработке воспитательных программ для младших школьников, организации психологической работы по формированию стратегий копинг-поведения, и воспитательной работы (их сопровождения) как в условиях школы, так и в условиях дополнительного образования.

Таким образом, цель работы достигнута, поставленные задачи выполнены.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Амирхан Дж. Индикатор\_копинг-стратегий / Дж. Амирхан // – URL: [http://www.psytab.info/Методика\\_%22](http://www.psytab.info/Методика_%22) Индикатор\_копинг-стратегий%22 (дата обращения: 12.03.2024).
2. Байрамян Р. М. Совладающее поведение младших школьников в разных трудных жизненных ситуациях / Р. М. Байрамян, К. С. Чулюкин // Консультативная психология и психотерапия. – 2022. – Т. 30, № 2(116). – С. 24-44.
3. Братусь Б.С. Психологические аспекты нравственного развития личности / Б.С. Братусь. – Москва : Знание, 1977. – 64 с.
4. Бубнова С. С. Ценностные ориентации личности как многомерная нелинейная система / С. С. Бубнова ; РАН. Ин-т психологии. – Москва, 1998. – 24 с. – ISBN 5-201-022-89-8.
5. Воронкова А. А. Исследование ценностных ориентаций младших школьников / А. А. Воронкова, Ю. В. Зайченко, Е. Н. Ильина // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки : сборник статей по материалам LXXVI студенческой международной научно-практической конференции, Новосибирск, 11 апреля 2019 года. Том 4 (76). – Новосибирск: Ассоциация научных сотрудников «Сибирская академическая книга», 2019. – С. 110-116.
6. Выготский Л. С. Педология школьного возраста ; Лекции по психологии развития / Л. С. Выготский. – Москва : Канон-плюс, 2022. – 319 с. – ISBN 978-5-88373-717-5.
7. Гарбер А. Н. Совладающее поведение: аналитический обзор зарубежных исследований / А. Н. Гарбер // Актуальные вопросы современной психологии : материалы III Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2015 г.). – Челябинск : Два комсомольца, 2015. – С. 17–19.

8. Голубь А. А. Ценностные ориентации современных младших школьников / А. А. Голубь, А. А. Беляева // Современные инновации. – 2018. – № 1(23). – С. 84-86.
9. Горькая Ж. В. Психология ценностей : учебное пособие / Ж. В. Горькая. – Самара : Изд-во «Самарский университет», 2014. – 92 с.
10. Гуревич П. С. Психология личности : учеб. Пособие для студентов вузов / П. С. Гуревич. – Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2019. – 559 с. – ISBN 978-5-238-01588-0.
11. Ерзунова Е. А. Становление ценностных ориентаций младших школьников / Е. А. Ерзунова, Л. М. Голева // Хроники объединенного фонда электронных ресурсов Наука и образование. – 2010. – Т. 1, № 1(8). – С. 54.
12. Залялова Л. И. Многоактная структура совладающего поведения / Л. И. Залялова // Ломоносов – 2009 : Тезисы XVI Международной научной конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, Москва, 13–18 апреля 2009 года. – Москва: ООО «МАКС Пресс», 2009. – С. 805-807.
13. Калмыкова В. Н. Особенности ценностных ориентаций младших школьников / В. Н. Калмыкова // Наука и образование: новое время. – 2017. – № 6(23). – С. 572-578.
14. Камбарова, К. У. Ценностные ориентации — важнейший компонент структуры личности / К. У. Камбарова // Молодой ученый. – 2016. – № 11 (115). – С. 1808-1810.
15. Каширский Д. В. Психология личностных ценностей : автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Д. В. Каширский. – Москва, 2014. – 55 с.
16. Ковальская О. С. Ценностные ориентации личности как фактор совладающего поведения (в период ранней юности) : автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.01 / О. С. Ковальская : место

защиты: Ярослав. гос. пед. ун-т им. К.Д. Ушинского. – Ярославль, 2013. – 23 с.

17. Коломейцев Ю. А. Основные научные подходы к копинг-поведению (совладающему поведению) / Ю. А. Коломейцев, С. А. Корзун // Проблемы управления (Минск). – 2010. – № 2(35). – С. 226-229.

18. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения / Т. Л. Крюкова. – Кострома : Авантитул, 2004. – 343 с. – ISBN 5-98342-025-9.

19. Лебедев А. С. Формирование ценностных ориентаций молодежи / А. С. Лебедев, В. И. Горбенко. – Ленинград : Ленингр. орг. о-ва «Знание» РСФСР, 1990. – 15 с.

20. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – Москва : Смысл, 2019. – 487 с. – ISBN: 978-5-89-357385-5.

21. Лис Я. О. Ценностные ориентации младших школьников / Я. О. Лис, Л. И. Афанасьева // Повышение качества образования в современных условиях : сборник трудов V Всероссийской научно-практической конференции, Якутск, 14 февраля 2020 года / Северо-Восточный федеральный университет имени М. К. Аммосова. – Якутск: Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2020. – С. 288-289.

22. Лутфуллина С. Г. Копинг-поведение младших школьников / С. Г. Лутфуллина // Интеграция науки и общества в современных социально-экономических условиях : сборник научных статей. Том Часть III. – Москва : Издательство «Перо», 2021. – С. 72-77.

23. Лутфуллина С. Г. Особенности копинг-поведения младших школьников / С. Г. Лутфуллина, Л. В. Даршт // Интеграция психолого-педагогических наук и актуальных образовательных практик : сборник трудов Международной студенческой научно-практической очной

конференции, Оренбург, 13 апреля 2020 года / Оренбургский государственный педагогический университет. Том Выпуск 3. – Киров: Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2020. – С. 105-107.

24. Лэнгле, А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности / А. Лэнгле. – Москва : Генезис, 2017. – 159 с. – ISBN 978-5-98563-150-0.

25. Малиновская Е. Л. Совладающее поведение как предмет исследования психологии личности / Е. Л. Малиновская // Вестник Университета Российской академии образования. – 2016. – № 2. – С. 134-138.

26. Малкина-Пых, И. Г. Виктимология. Психология поведения жертвы / И. Г. Малкина-Пых. – 2-е изд. – Санкт-Петербург и др. : Питер, 2017. – 831 с.– ISBN 978-5-496-02118-0.

27. Москвитина О. А. Особенности совладающего поведения младших школьников / О. А. Москвитина, Т. В. Лещенко // Вестник практической психологии образования. – 2012. – № 1(30). – С. 56-61.

28. Невзорова А. В. Актуальный уровень ценностных ориентаций младших школьников / А. В. Невзорова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2023. – № 11(137).

29. Никольская И. М. Психологическая защита у детей / И. М. Никольская, Р. М. Грановская. – Санкт-Петербург : Речь, 2006. – 340 с. – ISBN 5-9268-0457-4.

30. Основные подходы к изучению ценностей и ценностных ориентаций личности // Социальные нормы в условиях современных рисков : Сборник статей II-ой Международной научно-практической конференции, Челябинск, 10 апреля 2018 года. – Челябинск: Общество с

ограниченной ответственностью научно-исследовательский центр «Антровита», 2018. – С. 29-33.

31. Райгородский Д. Я. Психология личности: хрестоматия / Д. Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ, 1999. – 447 с. – ISBN 5-89570-007-1.

32. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Москва : АСТ, 2022. – 959 с. – ISBN 978-5-459-01141-8.

33. Савельев Е. Г. Ценностные ориентации: ключевой элемент личностной структуры в контексте социологии / Е. Савельев // Научное сообщество студентов. Междисциплинарные исследования : Сборник статей по материалам CLXXXII студенческой международной научно-практической конференции, Новосибирск, 08 февраля 2024 года. – Новосибирск: ООО "Сибирская академическая книга", 2024. – С. 166-171

34. Сагатовский В. Н. Системный подход к классификации ценностей / В. Н. Сагатовский. – Москва : Мысль, 1979. – 119 с.

35. Саковская О. Н. Взаимосвязь копинг стратегий и ценностных оснований личности / О. Н. Саковская // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие : Материалы IV Международной научной конференции: в 2-х томах, Кострома, 22–24 сентября 2016 года / Ответственные редакторы: Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова. Том 1. – Кострома: Костромской государственный университет им. Н. А. Некрасова, 2016. – С. 375-377.

36. Слиж А. Л. Копинг-стратегии личности в младшем подростковом возрасте / А. Л. Слиж, В. В. Слиж // Материалы международного научного форума обучающихся «Молодежь в науке и творчестве» : сборник научных статей в 5 частях, Гжель, 30 мая 2023 года. – Гжель: Гжельский государственный университет, 2023. – С. 233-235

37. Соколова И. И. Формирование ценностных ориентации личности младшего школьника / И. И. Соколова // Начальная школа. – 2007. – № 6. – С. 82-84.

38. Сулипов Ш. Л. Формирование ценностных ориентаций младших школьников / Ш. Л. Сулипов // Теория и практика: совершенствование современного научного знания : Сборник научных трудов / Под общей редакцией С.В. Кузьмина. – Казань : Индивидуальный предприниматель Кузьмин Сергей Владимирович, 2017. – С. 229-232.

39. Федосова И. В. Проблема ценностных ориентаций в научной литературе / И. В. Федосова // Ценности и смыслы. – 2009. – № 2. – С. 75-92.

40. Федосова И. В. Формирование ценностных ориентаций младших школьников / И. В. Федосова // Начальная школа. – 2017. – № 6. – С. 17-20.

41. Холодкова О. Г. Становление ценностно-смысловой сферы личности младшего школьника : монография / О. Г. Холодкова. – Барнаул : АлтГПУ, 2015. – 167 с. – ISBN 978-5-88210-794-8.

42. Шварц Ш. Уточненная теория базовых индивидуальных ценностей: применение в России / Ш. Шварц, Т. П. Бутенко, Д. С. Седова, А. С. Липатова // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2012. – Т. 9. – № 2. – С. 43-70.

43. Широкова Е. В. Особенности совладающего поведения младших школьников / Е. В. Широкова, Н. Н. Авраменко // Вестник Калужского университета. Серия 1. Психологические науки. Педагогические науки. – 2020. – Т. 3, № 1(6). – С. 35-48.

44. Шлома А. В. Совладающее поведение: понятие, классификация стратегий копинг-поведения / А. В. Шлома // Региональные аспекты современных историко-правовых, филолого-культурологических,

психолого-педагогических, естественнонаучных и экономических исследований : Сборник материалов международной научно-практической конференции, посвященной 85-летию Брянского государственного университета имени академика И.Г. Петровского и 20-летию филиала университета в г. Новозыбкове : В 2-х частях, Новозыбков, 15–16 октября 2015 года. Том Часть 2. – Новозыбков: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Брянский государственный университет имени академика И.Г. Петровского», 2015. – С. 257-263.

45. Юричева А. А. Проблема исследования ценностных ориентаций младших школьников / А. А. Юричева // Молодой исследователь: от идеи к проекту : материалы I студенческой научно-практической конференции, Йошкар-Ола, 28 апреля 2017 года. – Йошкар-Ола: Марийский государственный университет, 2017. – С. 405-407.

46. Юрьева Л. А. Психологические подходы к изучению совладающего поведения / Л. А. Юрьева // Социально-экономические и гуманитарные практики инновационного развития России : Материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов, учителей и ученых, Казань, 19 мая 2016 года. – Казань: Издательство «Познание», 2017. – С. 335-338.

47. Яницкий М. С. Ценностные ориентации личности как динамическая система / М. С. Яницкий. – Кемерово : Кузбассвуиздат, 2000. – 203 с. – ISBN 5-202-01717-0.

48. Ярина Е. В. Теоретический анализ понятий «ценности» и «ценностные ориентации» / Е.В. Ярина // Ученые записки ОГУ. Серия: Гуманитарные и социальные науки. – 2014. – № 5. – С. 160-162.

49. Frydenberg E. Beyond Coping. Meeting goals, visions and challenges. — Oxford University Press, 2002. – P. 1–19.



50. George A. Bonanno и Charles L. Burton Regulatory Flexibility: An Individual Differences Perspective on Coping and Emotion Regulation // Perspectives on Psychological Science. – 2013. – № 8 (6). – P. 591-612с.