

НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ИНСТИТУТ ПСИХОАНАЛИЗА»

Факультет психотерапии и психологического консультирования

(ФИО студента)

ТЕМА

КУЛЬТУРНАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ ЖИТЕЛЕЙ КРУПНОГО ГОРОДА КАК
РЕСУРС И АНТИРЕСУРС В ПРЕОДОЛЕНИИ ЖИЗНЕННЫХ
ТРУДНОСТЕЙ

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Выпускная квалификационная работа - МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

по направлению подготовки 37.04.01 «Психология»

студента группы № ПМ5А20/11КП

Профиль «Консультативная психология»

Научный руководитель

кандидат психологических наук,

доцент кафедры психотерапии и

психологического

консультирования

(уч. степень, звание)

(ФИО)

Москва 2023
СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ3

ГЛАВА I. ПРОБЛЕМА ИССЛЕДОВАНИЯ КУЛЬТУРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ЖИТЕЛЕЙ КРУПНЫХ ГОРОДОВ КАК УСЛОВИЯ РАЗРЕШЕНИЯ ЖИЗНЕННЫХ ТРУДНОСТЕЙ.....7

1.1 Понятие «культурная идентичность» в отечественной и зарубежной науке7

1.2 Сущность и психологическое содержание понятия «трудные жизненные ситуации», «ресурс и антиресурс личности», «стратегии совладающего поведения»17

1.3 Исследование факторов культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей28

Выводы по теоретическому исследованию39

ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ КУЛЬТУРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ВЗРОСЛЫХ ЖИТЕЛЕЙ КРУПНОГО ГОРОДА КАК РЕСУРСА ИЛИ АНТИРЕСУРСА ЛИЧНОСТИ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ СО СТРАТЕГИЯМИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ41

2.1 Организационно-методическое обеспечение исследования41

2.2 Результаты исследования особенностей когнитивного оценивания трудных жизненных ситуаций у взрослых жителей крупного города47

2.3 Результаты исследования особенностей преодоления трудных жизненных ситуаций у взрослых жителей крупного города49

2.4 Результаты исследования культурно-ценностных ориентаций у взрослых жителей крупного города52

2.5 Результаты исследования о принадлежности к определённой культуре у взрослых жителей крупного города54

2.6 Результаты корреляционного анализа взаимосвязи культурной идентичности с когнитивной оценкой трудных жизненных ситуаций, стратегиями преодоления стрессовых ситуаций и культурно-ценностных ориентаций58

2.7 Практические рекомендации по формированию культурной идентичности жителей крупных городов как ресурс личности в преодолении жизненных трудностей62

Выводы по эмпирическому исследованию69

ЗАКЛЮЧЕНИЕ70

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....75

ПРИЛОЖЕНИЯ1

ВВЕДЕНИЕ

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Актуальность темы исследования. Категория «культурная идентичность» употребляется в значении «культурной тождественности». Это центральное качество личности, в котором проявляется неразрывная связь человека с окружающим его социальным и культурным миром. Основными симптомами кризиса идентичности являются: отчуждение личности от собственной истории, неспособность отождествить себя с базовыми жизненными ценностями, инверсия духовных идеалов и утрата смысла бытия у значительной части населения; экспансия неспецифических для русской культуры ценностей - культа насилия, жестокости, наживы, гедонизма и индивидуализма; отсутствие национальной идеологии, фиксирующей в норме индивидуальную и общественную перспективу бытия.

Сущность культурной идентичности состоит в осознанном принятии личностью установленных в группе культурных норм и стандартов поведения, языка, ценностей, особенностей мировоззрения, понимании собственной «Я» в рамках принятых культурных характеристик. Личность отождествляет себя с культурными образцами конкретного общества, признает себя его частью. Культурная идентичность в результате приводит к закреплению устойчивых качеств, обуславливающих особенности поведения, общения личности и т.п. [12]. Невозможность отождествить себя в культурном плане рождает внутриличностные конфликты, разрушает образ «Я», стимулирует процессы негативной культурной идентичности - в форме наркомании, проституции, алкоголизма и т.д., то есть выступает как ресурс и антиресурс личности в преодолении жизненных трудностей.

Культурная идентичность обретается посредством постепенного приобщения человека к миру культуры, причем каждому витку этого процесса соответствуют свои формы и содержание культурной деятельности, которые актуализируются учетом особенностей личностного развития и требований общества. Следовательно, процесс инкультурации осуществляется в поле напряжения этих полюсов, его можно представить, как противоречивое встречное движение внеличных культурных

смыслов и встречной активности личности.

Представление о культурной идентичности является сложным и многогранным психологическим феноменом, изменчивым, динамическим образованием, создающим и отражающим сложную жизнь личности. Представления формируются, обогащаются и развиваются по мере накопления человеком определенного жизненного опыта. Поэтому для наличия представлений о способах поведения в трудных жизненных ситуациях, человеку необходим опыт столкновения с ними. Успешность совладания во многом зависит от так называемого когнитивного оценивания, под которым понимается процесс восприятия и интерпретации особенностей ситуации, выявление негативных и позитивных ее сторон, определение смысла и значения происходящего. Представление личности о собственных ресурсах совладания, о наличии или отсутствии «помогающих факторов» и/или «мешающих факторов» влияет на успешность его реализации. Так, препятствием для реализации имеющихся и доступных ресурсов становится восприимчивость и зависимость от общественного мнения, невозможность отступить от принятых норм и культурных ценностей, становящихся по сути стереотипами, боязнь презрения со стороны окружающих. На современном этапе практически отсутствуют исследования, посвященные взаимосвязи компонентов культурной идентичности, выражающихся в ресурсе личности в преодолении жизненных трудностей.

Проблема исследования заключается в вопросе о том, каково влияние культурной идентичности на взрослых жителей крупного города как ресурса личности в преодолении жизненных трудностей.

Цель исследования – анализ особенностей культурной идентичности на взрослых жителей (35-50 лет) крупного города как ресурса личности в преодолении жизненных трудностей.

Объект исследования – культурная идентичность как психологический феномен.

Предмет исследования – культурная идентичность взрослых жителей

крупного города как ресурс личности в преодолении жизненных трудностей.

Задачи исследования:

1. Охарактеризовать понятие «культурная идентичность» в отечественной и зарубежной науке.
2. Выделить сущность и психологическое содержание понятия «трудные жизненные ситуации», «ресурс и антиресурс личности», «стратегии совладающего поведения».
3. Изучить исследование факторов культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей.
4. Организовать и провести эмпирическое исследование особенностей культурной идентичности взрослых жителей крупного города как ресурса или антиресурса личности во взаимосвязи со стратегиями совладающего поведения.
5. Провести корреляционный анализ взаимосвязи культурной идентичности, когнитивной оценки трудных жизненных ситуаций, стратегиями преодоления стрессовых ситуаций и культурно-ценностным ориентаций.
6. Разработать рекомендации по результатам исследования.

Гипотеза исследования: существуют особенности культурной идентичности взрослых жителей крупного города, обусловленные ресурсностью личности в преодолении жизненных трудностей.

Методы исследования:

1. Теоретические методы – анализ научной литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические методы – тестирование.
3. Методы математической статистики – методы описательной статистики, (среднее арифметическое, процент), непараметрический U-критерий Манна-Уитни, коэффициент корреляции Спирмена.

Методики исследования:

1. Методика «Когнитивное оценивание трудных жизненных

ситуаций».

2. Методика «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций СПСС» (SACS) (С. Хобфолл).

3. Тест культурно-ценностных ориентаций Дж. Таусенда в адаптации Л.Г. Почебут.

4. Анкета о принадлежности к определённой культуре.

Методологическая основа исследования. Специфика исследуемой проблематики не позволяет автору остаться в рамках какого-либо одного методологического подхода и требует, на наш взгляд, синтеза различных теоретико-методологических оснований. Нами приняты во внимание исследовательские традиции философии, психологии, социологии, культурологии.

Характеристика выборка исследования: 36 женщин и 28 мужчин в возрасте от 35 до 50 лет, проживающих в крупном городе:

1 группа – 36 женщины;

2 группа – 28 мужчин.

ПИЩЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Исследование проводилось в 2022/2023 году. Все испытуемые проживают в г. Санкт-Петербурге и Ленинградской области.

База исследования: г. Санкт-Петербург, психологический центр «Карповка».

Практическая значимость исследования: результаты исследования могут быть использованы в деятельности психологических консультантов с целью повышения ресурса личности в преодолении жизненных трудностей, учета особенностей культурной идентичности мужчин и женщин в формировании ресурса личности, развития стратегий преодоления стрессовых ситуаций жителей крупных городов. Разработанные рекомендации представлены техниками самостоятельного расширения ресурсных практик преодоления трудных жизненных ситуаций в условиях крупного города.

ГЛАВА I. ПРОБЛЕМА ИССЛЕДОВАНИЯ КУЛЬТУРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ЖИТЕЛЕЙ КРУПНЫХ ГОРОДОВ КАК УСЛОВИЯ РАЗРЕШЕНИЯ ЖИЗНЕННЫХ ТРУДНОСТЕЙ

1.1 Понятие «культурная идентичность» в отечественной и зарубежной науке

Понятие идентичности в целом, как и культурной идентичности в частности рассматривается в рамках различных дисциплин – психологии, философии, социологии, культурных исследований и др. Данный вопрос уже длительное время входит в круг научных интересов многих исследователей, рассматривается с точки зрения многочисленных подходов, но несмотря на это, до сих пор остается полностью нерешенным.

Идентичность (англ. identity – тождество) – многозначное понятие, которое выражает идею тождества и постоянства, отражает преемственность в развитии личности и ее самосознания. Различные подходы к феномену позволяют выделить его ключевые характеристики, а именно тождество призванию, определяющих услуги и особенности коммуникации как поведенческую характеристику личности. Отмечается существование трех дилемм идентичности: постоянство и изменение, дифференциация и интеграция, субъект и социальный контекст. В рамках отечественной психологии идентичность может также обозначаться в терминологии самоопределения и самосознания [29].

По мнению Э. Фромма, идентичность появляется в ходе развития и способствует реализации главной личностной потребности, а именно определению социальной ниши, в которую входит человек. Исследователь указал на существование сложной взаимосвязи феномена идентичности с конкретными историческими условиями, ощущением свободы и чувством одиночества [54].

Дж. Мид и Ч. Кули рассматривали проблему в контексте взаимодействия личности и общества. Исследователи рассматривали феномен идентичности в социально-психологическом плане, применяя

ПИШЕМ ВКР – САМИ.РФ

традиционный термин «самость». Идентичность понимается и как результат социальной интеракции, и как фактор, непосредственно обуславливающий социальную интеракцию [28]. Под идентичностью рассматривается способность личности воспринимать собственное поведение и жизнь как взаимосвязанное, единое целое [43].

По мнению Э. Эриксона, идентичность представляет собой основу любой личности, она демонстрирует ее психосоциальное благополучие. Идентичность определяется как система представлений о себе, убеждений, ценностей, целей, которая субъективно переживается как ощущение тождественности и постоянства своей личности при восприятии других людей, признающими данное тождество. Так, идентичность является сложным личностным образованием, содержащим развернутые во временной перспективе представления личности о себе (прошлое, настоящее, будущее Я), а также цели, ценности и убеждения [59].

Идентичность может рассматриваться и в терминологии Я-концепции, в которую включаются три элемента. Образ Я рассматривается как когнитивная совокупность представлений личности о себе. Аффективный аспект самооценки обозначает набор эмоций, связанных с принятием или осуждением представлений. Потенциальная поведенческая реакция вызывается образом Я и самооценкой. Я-концепция формируется под воздействием внешних факторов, особенно взаимодействием со значимыми другими. Она направлена на достижение внутренней согласованности личности [9].

Согласно Л. Шнейдер, идентичность представляет собой сложную психическую реальность, которая включает мифологические и современные уровни сознания, индивидуальные и коллективные, онтогенетические и социогенетические основания. Выделенные идентичности взаимодействуют и создают определенную иерархию. Данная система динамична, она подвержена трансформации в зависимости от политических, экономических и социокультурных условий [58].

Критерии идентичности, по мнению С. Хантингтона, включают шесть групп:

- аскриптивные (биологические качества);
- культурные (язык, религия, национальность, цивилизация);
- территориальные;
- политические;
- экономические;
- социальные (социальный статус, социальная группа) [56].

В научной литературе выделяется несколько механизмов формирования идентичности:

- идентификация со значимыми другими, приводящая к некритическому некритическое, часто неосознанному восприятию ценностей, убеждений и взглядов;

- интериоризация мнений других людей о себе, что приводит к формированию «отраженного» или «зеркального Я», то есть представлений личности о себе через призму других людей;

- самоопределение в форме принятия решений относительно себя, собственных качеств, убеждений, целей и ценностей, что запускается при кризисе идентичности и приводит к формированию достигнутой идентичности; на эмоциональном уровне может принимать форму совокупности амбивалентных эмоций, когда мучительные переживания сопровождаются чувством творческого подъема [4].

В современном мире в связи с такими тенденциями, как глобализация, динамизм и конфликтность вопрос о развитии человека сточки зрения психология может рассматриваться как поиск устойчивой жизненной позиции личности. Для достижения устойчивости требуется осознание идентичности, включающей различные компоненты: менталитет, мировоззрение, национальное сознание, национальный характер, язык, историческая память, культурные образцы, традиции, нормы поведения и коммуникации. В рамках идентичности особое место отводится культурной

составляющей.

Культура – это ценности, убеждения, модели мышления и поведения, которые усваиваются и разделяются и которые характерны для группы людей. Он служит для придания идентичности группе, обеспечивает выживание и усиливает чувство принадлежности. Идентичность – это определение самого себя. Это система отсчета человека, с помощью которой он воспринимает себя. Идентичности конструируются за счет неразрывной связи языка, социальных структур, гендерной ориентации и культурных моделей. Между культурой и идентичностью существует сложная взаимосвязь.

Культурная идентичность в целом представляет собой осознание личностью своей принадлежности к определенной культуре – народа, нации, страны. Язык, традиции и обычаи, верования, особенности менталитета, общения и поведения образуют духовный мир личности, причисляющей себя к той или иной культуре. «Я-осознание» обеспечивается осознанной идентификацией с определенной социальной группой, которая органически вписана в культуру. В результате личность приобретает возможность установить свое место в социокультурном пространстве, сформировать ценностное отношение к самому себе, другим людям, обществу и миру в целом [12].

Важно подчеркнуть, что идентификация с определенной культурой происходит на фоне одновременного отграничения от других, формируется противопоставление «свои» и «чужие». Осознание культурной идентичности наступает при столкновении с другой группой. Принадлежность к одной культуре основана на сравнении с другими, принятием ее уникальности, целостности и высокой значимости [3].

Культурная идентичность – это самоидентификация, чувство принадлежности к группе, которая подтверждает себя. Это степень, в которой человек является представителем данной культуры в поведенческом, коммуникативном, психологическом и социологическом отношении. Она

состоит из ценностей, смыслов, обычаев и верований, используемых для связи с миром. Она отражает общий исторический опыт и общие культурные коды, которые дают нам как единому целому стабильную, неизменную, постоянную систему отсчета и смысла. На суждения людей о том, принадлежат ли они или другие к культурной группе, может влиять внешний вид, происхождение от предков или личное поведение (одежда, речь, праздники и торжества). Историческое событие, политические условия, кто присутствует, ситуация/место взаимодействия и публичный дискурс также влияют на культурную идентичность.

Культурная идентичность динамична и постоянно развивается. Она охватывает всю продолжительность жизни человека и меняется каждый момент в зависимости от социального контекста. Культурная идентичность – это постоянно меняющееся понимание своей идентичности по отношению к другим.

Любая культура является индивидуальным регулятором взаимодействия людей в обществе. Только в случае их усвоения и следования нормам, по мнению Д.А. Леонтьева, возможно принятие группой личности. При этом, подчеркивается такая особенность, как способность личности добровольно подчиняться установленным правилам и стремиться к принадлежности к группе, что обнаруживается во всех культурах. Данное обстоятельство связано с социальным способом жизни людей и необходимостью собственной идентификации с определенной культурной группой [16].

Культурно-исторический подход в отечественной школе психологии, прежде всего, связан с именем Л.С. Выготского. Исследователь считал необходимым признать социальную и историческую преемственность в развитии структур человеческого сознания, ее влияния на психику предметно-практической деятельности. В рамках развития личности ребенком происходит усвоение культурных знаков [14]. Самосознание, согласно В.В. Столину, представляет собой культурный феномен,

обеспечивающий постоянство поведения и чувство ответственности личности за воспринятые социальные ценности. Начиная с детского возраста человек усваивает культурные нормы и эталоны, способы коммуникации и поведения. Социализация затрагивает все стороны жизни и различные личностные аспекты. Посредством уподобления происходит процесс приобщения к культуре [51].

С.Л. Рубинштейн указывает на активность субъекта самоопределения и вводит понятие «субъекта жизненного пути». Обращаясь к определенности поведения, исследователь отмечает соотношение внешней и внутренней обусловленности деятельности личности. Подчеркивается значимость внутренней обусловленности, позволяющей трансформировать внешние воздействия, что служит основой самоопределения личности. По мнению С.Л. Рубинштейна, самоопределение выступает в качестве самодетерминации, собственной активности личности, так как она не просто находится в определенном отношении к миру, но и способна определить свое отношение к нему. В нем заключается сознательное самоопределение.

Активное самоопределение личности проявляется в реальных действиях, при этом, приводит к формированию и развитию внутренних условий, позволяющих в дальнейшем упрочить самоопределение [49].

Идентичность формируется на стыке национально-исторической, социально-психологической, социально-культурной, политико-культурной и других сфер жизни человека. Она включает устоявшиеся черты национальной культуры, этнические характеристики, мифы, обычаи и традиции, верования, моральные и ценностные установки и т.п. В совокупности они определяют особенности характера личности. И.С. Кон рассматривает культурную идентичность в качестве одной из основных «модальностей идентичности», а именно как систему свойств, позволяющим человеку приобщиться к определенной культурной общности, статье социально-культурным индивидом [26].

Е.П Матузкова соглашается с тем, что культурная идентичность

является модальностью, необходимым элементом идентичности в целом, индивидуальной и коллективной в частности. Подчеркивается динамичность феномена, связанная с рефлексией. Исследователь полагает, что индивидуальная и коллективная культурные идентичности тесно связаны, но, при этом, их нельзя отождествлять. Индивидуальная культурная идентичность рассматривается как целостный образ самого себя, объединенный с культурой в ее универсальной и локальной диалогичности (Я – культурный человек, в том числе в рамках требований определенной культуры). Индивидуальная культурная идентичность является результатом когнитивно-эмоционального процесса осмысления и отождествления личности себя с социально одобренной системой ценностей. Данная принадлежность не только представляет собой продукт самоосмысления, но и признается другими членами культурной группы [41].

Культурная идентичность может классифицироваться по субъектам: личность, микросоциальная группа, макросоциальная группа, этническая группа, цивилизация. То есть выделяются личностный, микросоциальный, макросоциальный, этнический или национальный и цивилизационный уровни культурной идентичности. Так, при речи об этнической или национальной идентичности часто, прежде всего, подразумевается культурная идентичность как ее основа. Тем не менее, между данными понятиями в научной литературе отмечают и определенные различия [3].

Теория культурной идентичности предполагает связь между межкультурной компетентностью и культурной идентичностью. Теория занимается изучением того, как люди используют коммуникативные процессы для построения и согласования своей культурной групповой идентичности и отношений в определенных контекстах. Согласно универсальной теории, культура является одной из многих идентичностей, выражаемых в коммуникативных встречах. Культурная идентичность становится очевидной через социальное сравнение, люди сравнивают статусное положение своих групп с положением других групп. Сообщение

человека во время взаимодействия будет содержать несколько культурных идентичностей, таких как националистическая, расовая, этническая, классовая, половая, гендерная, политическая и религиозная. Поскольку люди реализуют множественные идентичности, то не все они распознаются в одной группе.

Ранние версии теории культурной идентичности были сосредоточены на интерпретативной теоретической перспективе (процессы культурной идентичности описывались, а не подвергались критике), социальном конструировании и индивидуальных дискурсивных описаниях опыта. В последние годы наблюдается переход к усилению критической точки зрения – внимание к контекстуальной структуре, идеологиям и статусной иерархии.

Как выделяет О.А. Москвитина, внутри одного и того же общества культурные ценности варьируются от одного слоя общества к другому. Например, в эгалитарном обществе с его либеральными ценностями, молодое поколение из элитарных кругов знакомо с лучшими образцами популярной культуры, которую они используют в своих собственных образовательных целях. Однако они предпочитают придерживаться строгих правил, не характерных для других социальных слоев, в отношении культурного капитала и приобретаемых ими навыков, которые пригодятся в их будущей жизни [62]

Нельзя не согласиться с замечанием Д.А. Леонтьева, что человек не просто социален, а полисоциален, то есть существует не в одной социокультурной среде, а может передвигаться из одной среды в другую. В данном случае возможно наличие ряда различий и ценностей в группах. Часть людей всю жизнь находится в одном и том же окружении. Тем не менее, в рамках урбанизации в городах могут перемешиваться различные группы. В части из них сохраняется традиционный образ жизни, в других устанавливаются новые правила, изменяются ценностные установки и др. Более того, в рамках различных групп, к которым относится личность, может наблюдаться столкновение норм в форме взаимоисключающих требований

[35].

Негативным последствием урбанизации и глобализации называется распространение состояния неопределенности. В результате утраты стабильности, размывания представлений личности о себе и недейственности всеобщих норм и ценности рушится культурный стержень, обуславливавший функционирование различных культурных общностей. В ходе глобализации осуществляется трансформация мировоззрения как групп, так и личностей, возникают культурные и идеологические конфликты в сфере идентичности [29, с. 26]. Исследования городских культур, естественно, сосредоточены на определяющих их институтах, городе и образе жизни или культурных формах, которые развиваются в городах. Городская наука неуклонно продвигалась к концепции городов и городских культур, свободной от этноцентризма, имеющей широкую кросс-культурную и историческую достоверность [40].

Типология городских культур зависит от концепции городов как центров выполнения культурных ролей, встречающихся только в городах,

обществах государственного уровня. Такие общества, в отличие от не городских культур имеют неравенство в экономическом богатстве и политической власти, первое обычно проявляется в классовых разделениях, второе – в специализированных институтах социального контроля (правлящие элиты, правительственная бюрократия). Поскольку города не встречаются в обществах без государственной организации, термины «городские культуры» и «общества на государственном уровне» тесно связаны — первые подчеркивают модели верований, вторые подчеркивают социальную организацию в таких обществах [52].

Общества на государственном уровне различаются по характеру и степени экономического и политического неравенства, и эта изменчивость объясняет различные типы городских культур и культурных ролей, о которых говорится ниже. Названия типов городских культур обозначают преобладающую культурную роль, которую играют города в этой городской

культуре, таким образом, «ритуальный город» или «административный город». Очевидно, что города в любом обществе сочетают в себе некоторое количество ритуальных ролей с административными функциями. Однако смысл используемых стереотипов заключается в том, что при определенных сочетаниях неравенств возникают определенные городские культуры, и определенные культурные роли городов характеризуют или типизируют их. Таким образом, ярлык «административный город» олицетворяет основную (но не исключительную) культурную роль, которую играют города в формировании культурной идентичности, тогда как «промышленные города» представляют доминирующую городскую культурную роль в капиталистических национальных государствах [54].

Приведенная типология проводит важное различие между городскими культурами, существовавшими до возникновения мировой капиталистической системы в XVI веке, и теми, которые появились позже.

До того, как развилась мировая капиталистическая система, общества на государственном уровне не были интегрированы в экономическую и политическую систему. Появление капиталистической мировой системы привело к специализированной мировой экономике, в которой одни общества государственного уровня представляли ядро, а другие представляли собой экономически, а часто и политически подчиненную периферию. До мироустройства городские культуры различались в основном на основе внутренних различий в политическом и экономическом неравенстве. Кроме того, после миросистемы городские культуры различались по своему расположению либо в ядре, либо на периферии, в любой форме выражаясь посредством культурной идентичности жителей городов [60].

Культурная идентичность обсуждается, создается и укрепляется в общении с другими, когда мы социально взаимодействуем. Она является проявлениями социальной реальности. Формирование культурной идентичности включает в себя выбор культур, с которыми человек идентифицирует себя, и решение присоединиться к культурному сообществу,

к которому он принадлежит. Верования и обычаи одного или нескольких сообществ также могут быть адаптированы. Представители доминирующей культуры или культуры большинства могут перенимать элементы культуры меньшинств, такие как одежда или музыка. Каждый человек принадлежит к многочисленным перекрывающимся и непересекающимся культурным и субкультурным группам. Поэтому у него разные идентичности на разных уровнях, составляющие его культурную идентичность [59].

Таким образом, в рамках настоящего исследования понятие культурной идентичности рассматривается как осознание личностью своей принадлежности к культуре и социуму, сформировавшим ценностные установки, которые актуальны в поликультурном пространстве. Культурная идентичность представляет собой главную модальность идентичности современного человека, которая способствует развитию устойчивости и целостности личности.

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

1.2. Сущность и психологическое содержание понятия «трудные жизненные ситуации», «ресурс и антиресурс личности», «стратегии совладающего поведения»

В настоящее время в психологии возрастает интерес к изучению феномена совладающего поведения личности. В рамках данного направления сформировался особый терминологический аппарат, который несмотря на определенные различия во взглядах активно употребляется в современных исследованиях. В рамках настоящей работы особую значимость приобретают понятия «трудные жизненные ситуации», «ресурс и антиресурс личности», «стратегии совладающего поведения».

Совладание состоит из ответа личности на определенную ситуацию. Вопросы о способах преодоления стресса рассматривались с начала формирования психологии и психоаналитики. Тем не менее, непосредственно понятие совладания или копинга (англ. to cope – совладать, справляться) было введено в научный дискурс только в 1960-е гг. Оно

применялось для указания на отдельные механизмы психологической защиты. При этом, границы между совладающим поведением и психологической защитой все еще остаются довольно размытыми [8].

Принято считать, что совладание – это способ, которым люди справляются со стрессом и обычно используется для обозначения того, как справляться с более сложными стрессовыми ситуациями. Стратегии совладания можно разделить на два типа: ориентированные на проблему и эмоционально ориентированные.

Идеи С.Л. Рубинштейна об активности личности в выборе жизненного пути получили развитие в работе К.А. Абульхановой-Славской. Исследователь соглашается, что личность не просто подвергается воздействию внешних обстоятельств, но и активно участвует в их преобразовании. При этом, она способна формировать собственную позицию в доступных границах. Как субъект, личность организует течение жизненного

пути, что приводит к ее индивидуальности. Активность личности проявляется в способах содействия внешних и внутренних факторов и тенденций, превращения их в движущие силы. Закономерно, что у разных людей способы данной активности варьируются, они могут дополнять друг друга или быть разрозненными. Возможна преобладающая опора на социальное окружение или на собственные внутренние силы, как и их балансирование или поиск разрешения постоянно возникающих между двумя формами противоречий [1].

Д. Магнуссон рассматривает трудные жизненные ситуации как совокупность элементов окружающей среды на определенном этапе жизненного пути личности, то есть как пространственно-временной конструкт. При этом, существуют различные типы ситуаций. Актуальная ситуация представляет собой часть целостного окружения, доступного сенсорному восприятию в определенный временной промежуток, в жизненной ситуации важную роль играет концепция мира [39]. Мир предстает перед субъектом как ряд дискретных ситуаций. Они различаются

по уровню требований к активности личности в рамках конкретной жизненной ситуации, что позволяет отличать повседневные и трудные типы [6].

Понятие трудной жизненной ситуации прочно вошло в современный научный обиход, но несмотря на это, существуют различные подходы к его определению. Они могут рассматриваться с объективистской и субъективистской точки зрения, но в то же время в них имеется определенное сходство. Так, ключевыми характеристиками понятия называются нарушение естественного жизненного хода, причинение страданий личности, отсутствие контроля, возможная опасность, а также вариативность по интенсивности, длительности, уровню влияния, сфере возникновения и т.п. [22].

Так, в рамках психологии трудная жизненная ситуация рассматривается как совокупность значимых проблемных событий и связанных потребностей, представлений и ценностей, изменяющих поведение личности, которые не могут быть решены посредством привычной деятельности. В результате возникшей неопределенности возможно появление стресса, нарушения профессиональной и социальной деятельности, недейственность типовых поведенческих программ. Из-за блокирования автоматической деятельности и нарастания психологического напряжения осуществляется попытка применения оригинальной стратегии для совладания с ситуацией [25]. При этом, важно отметить, что не всегда стресс является негативным феноменом, так как стрессовая реакция может проявляться независимо от характера ситуации, с которой столкнулась личность. Возникновение стресса, прежде всего, зависит от степени интенсивности ситуации и необходимости адаптации личности [27].

Трудные жизненные ситуации, согласно К. Муздыбаеву, варьируются по воздействию, в связи с чем могут употребляться различные понятия. Негативные жизненные события представляют собой нарушающие нормальное течение жизни ситуации, причиняющие психологическую или

физическую боль. В случае насильственного, опасного и ошеломляющего события речь идет о травмирующих событиях. Острые, не поддающиеся контролю ситуации, которые одновременно несут оттенок чрезвычайности и необходимости быстрого принятия действий, называются кризисными. Они создают высокий уровень стресса. Наиболее серьезными являются бедствия, когда угрозе подвергается все общество или его часть, нарушаются «ключевые жизненные функции» [44, с. 100].

Одним из трех ведущих подходов в изучении феномена совладания является теория Р. Лазаруса и С. Фолкман. Исследователи рассматривают совладание как постоянно меняющиеся когнитивные и поведенческие усилия по управлению конкретными внешними и/или внутренними требованиями, которые оцениваются личностью как обременительные или превышающие ресурсы человека, независимо от итогового результата. То, как люди на самом деле совладают с ситуацией, во многом зависит от доступных ресурсов и ограничений препятствующих их использованию ресурсов в контексте конкретной жизненной ситуации. Под ресурсами понимаются как имеющиеся средства, так и способности к их получению [61].

Учитывая нынешнюю популярность транзакционных взглядов, совладание часто определяется как «постоянно меняющиеся когнитивные и поведенческие усилия по управлению конкретными внешними и/или внутренними требованиями, которые оцениваются как обременительные или превышающие ресурсы личности» [61, с. 148]. Преодоление включает в себя процессы на многих уровнях. Совладание имеет тесно интегрированную физиологическую, психологическую и социальную основу. Многие особенности психологического функционирования, такие как эмоции, мотивация, внимание, воля, познание и коммуникация, организованы таким образом, чтобы они могли способствовать преодолению трудностей. Например, эмоции сигнализируют и организуют взаимодействия, имеющие адаптивное значение. Многие аспекты социальных отношений и культурных систем также способствуют преодолению трудностей. Например, отношения

привязанности обеспечивают надежное убежище и защиту во времена бедствий [14].

Совладание имеет как нормативные, так и индивидуальные отличительные особенности. С точки зрения нормы, люди готовы адаптироваться. На самом деле, стресс, вероятно, необходим для тех видов устойчивого конструктивного взаимодействия, которые способствуют развитию. Однако человеческая реакция на стресс также может представлять собой уязвимость, слишком сильный стресс может подавить людей и нанести им вред. Кроме того, существуют огромные различия в том, как физиологические, психологические, социальные и культурные ресурсы для преодоления трудностей распределяются между отдельными людьми и социальными группами [10].

Наконец, совладание – это процесс, который разворачивается с течением времени. Преодоление требует реального времени; любая конкретная стрессовая транзакция включает в себя последовательность взаимодействий от момента к моменту. Преодоление трудностей также происходит в течение эпизодического времени; удовлетворение потребностей включает в себя длительную серию конкретных транзакций в режиме реального времени. Совладание также меняется со временем развития: средства совладания, а также личные и социальные ресурсы, задействованные во время усилий по совладанию, демонстрируют радикальные изменения и качественные сдвиги на протяжении всей жизни [8].

Учитывая его сложность и центральное значение для адаптации, неудивительно, что к преодолению трудностей подходили с самых разных теоретических точек зрения. Это было определено как специфическая транзакция между человеком и контекстом, личность в действии в условиях стресса, набор стратегий, иерархически организованный набор процессов эго, показатель компетентности, функция эмоций, результат темперамента, выражение физиологии стресса и качество регуляции действий. Хотя было

высказано предположение, что совладание – это прежде всего проявление других явлений, большинство исследователей энергично утверждают, что процессы совладания имеют независимый причинно-следственный статус. Более конкретно, они утверждают, что умение справляться с трудностями существенно влияет на то, как разрешаются стрессовые взаимодействия, и является ключевым фактором, влияющим на долгосрочное психическое и физическое здоровье, благополучие и развитие перед лицом трудных жизненных ситуаций [9].

В отличие от двух предыдущих точек зрения, метод копинг-процесса утверждает, что копинг-процесс реагирует как на требования окружающей среды, так и на личные факторы, такие как ценности и убеждения. Таким образом, стратегии преодоления являются гибкими и раскрываются со временем либо в ответ на изменение оценок, либо в зависимости от процессов развития. Стратегии совладания являются упреждающими, а не просто реакцией на непредвиденные обстоятельства окружающей среды. Можно считать ситуацию как благоприятную, и в этом случае копинг не требуется, или как включающую в себя угрозу, вред или потерю, или как вызов, и все это может вызвать различные стратегии копинга. Поскольку этот подход подчеркивает гибкий характер совладания, основное внимание уделяется тому, как люди справляются с конкретными трудными жизненными ситуациями, и, как упоминалось ранее, несколько исследований показали, что стратегии совладания действительно различаются в зависимости от ситуации [32].

Существует множество различных концепций копинг-стратегий, но пять основных типов копинг-стратегий – это совладание, ориентированное на проблему, совладание, сфокусированное на эмоциях, социальная поддержка, религиозное совладание и создание смысла. Совладание, сфокусированное на проблеме, также называемое инструментальным действием, включает в себя действия и познания, направленные на решение проблемы, такие как поиск информации, прямое действие или разбиение проблемы на более

управляемые части, стратегия, называемая «дроблением». Иногда задержка или подавление действий может быть полезной стратегией, направленной на решение проблемы. Например, намеренное затягивание прямой конфронтации с кем-либо может привести к более быстрому решению проблемы, чем действие в гневе [31].

Копинг, ориентированный на эмоции, включает в себя широкий спектр стратегий, направленных на управление эмоциональной реакцией на проблему. Некоторыми примерами являются избегание, уход в себя, выражение эмоций и употребление таких веществ, как алкоголь или еда. Как и следовало ожидать, стратегии избегания часто связаны с плохими результатами, но другие стратегии, ориентированные на эмоции, такие как выражение эмоций через дневник или письмо, могут быть связаны с положительными результатами [17].

Социальная поддержка включает поиск как эмоциональной, так и конкретной помощи от других или совета. Результат этих типов копинг-стратегий часто зависит от социального контекста. Например, доверие другим после травмы обычно связано с лучшими результатами, но, если доверенное лицо отвечает отрицательно, эмоциональный стресс может усилиться [15].

Изучение религиозного копинга является относительно новым. Он может содержать элементы социальной поддержки или совладания, ориентированного на проблемы и эмоции, и направлен на сохранение или трансформацию смысла перед лицом невзгод. В целом религиозное преодоление связано с положительными результатами, но у него есть и отрицательные стороны [14].

Последняя категория, означающая изменение совладания, наименее изучена. Иногда его называют «когнитивной переоценкой» и он включает в себя попытку увидеть позитивные или значимые аспекты ситуации, особенно при наличии тяжелых или хронических стрессоров. Как и в случае с религиозным преодолением, способ создания смысла может повлиять на его

связь с результатами. Осознание того, как проблема вписывается в более широкую модель жизни, может быть болезненным процессом, но, в конце концов, может быть одним из способов, которым люди вырастают из стрессовых или травмирующих переживаний [29].

С.А. Хазова выделяет три подхода к пониманию ресурсов в психологии, а именно через мощность, способность и свойство. В первом случае ресурс рассматривается как интеллектуальная деятельность, а его мощность определяется качеством протекания процессов. Ресурс приравнивается к адаптационному потенциалу. При изучении ресурсов через категорию способностей выделяются когнитивные, эмоциональные и волевые ресурсы, уровень развития которых может варьироваться. Наиболее типичным является подход к ресурсам с точки зрения свойств, то есть качеств. Ресурсы потенциально доступны и применяются для достижения позитивного результата [55].

Ресурсы с точки зрения психологии закономерно обладают высокой значимостью. Они направляются для совладания с трудными жизненными ситуациями, улучшения психологического состояния личности. Нехватка ресурсов ведет к многочисленным негативным последствиям, в том числе снижению благополучия, ухудшению здоровья, проявлению стресса и др. Ресурсы выполняют буферную, фильтрующую и мотивационную функции [34]. Антираесурсы в свою очередь мешают личности, но их выявление достаточно затруднено, так как требует особого анализа, поиска ошибок. Так, различия между ресурсами и антиресурсами личности заключаются в эффективности их применения для преодоления возникающих трудных жизненных ситуаций.

Невозможно перечислить все ресурсы, на которые люди опираются, чтобы справиться с различными жизненными ситуациями. Ресурсы достаточно многомерны. Тем не менее, в литературе выделяются их основные категории. Р. Лазарус и С. Фолкман разделяют их на личностные и средовые. В первую очередь личностные ресурсы человека включают

здоровье и энергию (физический ресурс), позитивные убеждения (психологический ресурс), а также навыки решения проблем и социальные умения (компетенции). Другие категории имеют средовый характер и включают в себя социальные (социальная поддержка) и материальные ресурсы (финансы) [61].

Д.А. Леонтьев акцентирует внимание на том, что свойство быть ресурсом приобретает объектами и личностными чертами только при заданных цели и мотивах. Отмечается описательный характер понятия. Ресурсы разделяются на универсальные, эффективные в различных ситуациях, и узконаправленные. Исследователь выделяет четыре основных класса ресурсов: физиологические, психологические, социальные и предметно-материальные. При этом, нехватка одного типа ресурсов может быть компенсирована за счет других [36].

Следует подчеркнуть, что даже несмотря на наличие ресурсов их может быть недостаточно для совладания с жизненными трудностями по ряду причин. Полноценному использованию ресурсов могут препятствовать личностные и средовые факторы. Личные ограничения относятся к интернализированным культурным ценностям и убеждениям, которые запрещают определенные типы действий или чувств, а также к психологическим дефицитам, которые являются продуктом уникального развития человека. Они служат ориентирами, определяющими, когда определенное поведение и чувства уместны, а когда нет. Ограничения существуют и для внешних ресурсов. Так, могут иметься конкурирующие потребности в одних и тех же ресурсах. Из-за того, что многие ресурсы конечны, производится выбор в отношении того, как их распределить. На практике возможны различные препятствия, независящие от личности и мешающие эффективному использованию ресурсов [61].

Как указывает Е.В. Либина, варианты разрешения трудных жизненных ситуаций личностью разделяются на два противоположных типа, а именно совладающий и защитный. Так, различаются стратегии совладания и

защитные механизмы, функционирование которых отличается друг от друга. При этом, стратегии могут отличаться по модальности (когнитивная, эмоциональная, поведенческая), интенсивности (активная, пассивная), направленности (на себя, других, предмет) [38]. Стратегии совладающего поведения рассматриваются в качестве конструктивных приспособлений, позволяющих личности справиться с возникающими требованиями, преодолеть трудности, повысить собственную самооценку. Ключевой чертой совладающего поведения считается осознанность, возможность изменений, способствующих эффективности решения проблем [37].

В научной литературе приводятся различные варианты классификации типов совладания, при этом, не существует общепринятого понимания феномена. Так, помимо разграничения на направленность на решение проблемы или изменение собственного отношения, выделяют оценку ситуации, вмешательство в ситуацию, избегание. Одной из классификаций является установление источников ресурсов: сферы познания, чувства, социальные отношения, духовности, физическое бытие [24].

Представляется необходимым согласиться с позициями С.К. Нартовой-Бочавер, К. Муздыбаева и других исследователей, что до настоящего времени не сформировано всеобъемлющей классификации феномена. Перечисление различных вариантов является нерациональным.

Эффективность реализации различных стратегий совладающего поведения зависит от контекста. В одних условиях одна из возможных стратегий может быть продуктивной, тогда как в других – дезадаптивной [2]. Выбор стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями зависит от различных факторов. Непосредственный характер события влияет на реакцию человека. При этом, значимую роль играют и личностные характеристики. Как справедливо отмечает Л.И. Анцыферова, в зависимости от типа личности варьируется осмысление и интерпретация трудностей, применение различных стратегий совладания [5].

Адекватность стратегий во многом зависит от адаптивных

возможностей личности. особенностей восприятия и оценки ситуации. Подчеркивается роль примера [9]. Согласно К. Алдуин, в связи с тем, что выбор стратегий совладающего поведения связан с социальными процессами, влияние культурного фактора также значимо. Способность людей приобретать навыки преодоления жизненных трудностей и их успех зависят от эффективности решений, предлагаемых культурой, и адекватности сформированных социокультурных институтов. Культуры могут различаться по типичным стратегиям совладания, сосредоточенных как на эмоциях, так и на проблемах, отношению к контролю и инструментальной деятельности [60].

Социокультурные группы способствуют формированию не только согласованных систем убеждений относительно происхождения и значения факторов трудных жизненных ситуаций, но и представлений относительно наиболее подходящих средств преодоления как связанных эмоций, так и непосредственных проблем. Подобные представления могут быть специфичными для конкретной ситуации. Кроме того, попытки справиться с ситуацией способами, противоречащими общему культурному идеалу, могут усилить напряженность, даже если использование этих стратегий совладания при использовании их представителями других культур продемонстрировало высокую эффективность [60].

В данном плане вызывает интерес труд Ф.Е. Василюка, ставящего вопрос о культурном факторе влияния на переживание различного рода ситуаций. Исследователь указывает, что в специфических культурных средствах переживания сосредоточен историко-культурный опыт общества по преодолению типичных жизненных ситуаций. Они создают формообразующую структуру, определяющую совладание с жизненными трудностями. Самосознание личности в целом обусловлено принадлежностью к тому или иному обществу [13].

На современном этапе в теоретических конструкциях эмпирических исследованиях определены основные характеристики самочувствия человека

в сложных жизненных ситуациях: изменение субъективного ощущения, личностные изменения регрессивного характера, для которых характерна эгоцентричность; организация жизнедеятельности в сторону ее сужения; регрессивные изменения физического состояния; изменение субъективного ощущения течения времени.

Также выделены следующие основные способы психологического реагирования личности на трудную жизненную ситуацию: автоматическая реакция – включение эго-защитных тенденций, саморазрушающее поведение, активация системы психологической защиты; осознанная реакция – актуализация психологического потенциала и использование психологических ресурсов. В системе совладающего поведения определены пути развития психологических ресурсов: изучение собственных психофизиологических возможностей; формирование чувства личной ответственности; формирования жизнестойкости как способности противостоять трудностям, не деградируя; открытие нового смысла жизни; ориентация на обобщенную прогрессивную модель личностного изменения и роста; создание прогрессивного жизненного мышления.

Таким образом, стратегии совладающего поведения применяются при возникновении на жизненном пути человека препятствий, которые причиняют различного рода страдания. Для преодоления трудных жизненных ситуаций происходит обращение к доступным личностным и средовым ресурсам, которые могут быть использованы нерационально или являться помехой, то есть антиресурсом. Выбор стратегий совладающего поведения основывается на совокупности внутренних и внешних факторов.

1.3 Исследование факторов культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей

Культурная идентичность является значимым аспектом личности, который может использоваться при преодолении различных трудных жизненных ситуаций. Принадлежность к той или иной культурной общности

может стать как ресурсом, так и антиресурсом в процессе совладания. Наибольший интерес вызывает изучение феномена на примере жителей крупных городов, которые имеют поликультурный характер.

Проблема культурной идентичности в рамках определения территориальной принадлежности жителей в древней науке рассматривалась косвенно, затем стала важной темой в Новое и Новейшее время. В середине XX в. производились многочисленные исследования феномена идентичности: социальная идентичность (П. Бергер, Р. Тернер), индивидуализация личности (А. Камю, К. Ясперс), психологический аспект (З. Фрейд, Э. Фромм). Этнокультурная идентичность в рамках социально-философского и философско-культурологического направления стала активно рассматриваться в 1960-1970-е гг. Начали осмысливаться этнонациональные и этнокультурные процессы именно в аспекте принадлежности к месту жительства [20].

Культура в этом контексте относится к убеждениям, нормам, поведению и привычкам, которые данная группа людей считает приемлемыми. В то время как идентичность заключается в знании того, что приемлемо и истинно для вас самих. Мы формируем культурную идентичность, когда подсознательно интерпретируем и включаем сигналы из окружающего мира в нашу собственную идентичность, чтобы мы могли принадлежать. Культурная идентичность может развиваться, поскольку культура постоянно развивается и динамична. И хотя есть люди, которые идут по жизни, даже не задумываясь о своей культурной идентичности, в большей мере они склонны осознавать это, когда ей бросают вызов. Обычно это происходит, когда человек оказывается в разных частях мира или среди групп с разными культурными нормами. Наша культурная идентичность важна, потому что она влияет на то, как мы интерпретируем такие ситуации и реагируем на них, что может повлиять на то, насколько мы адаптируемся в реальной жизни [14].

Как отмечает И.В. Малыгина, в рамках данной проблематики

сформировались и закрепились два основных подхода. Этнос может пониматься как объективная историческая реалья в теории этноса и примордиализме (Ю.В. Бромлей, С.А. Арутюнов). Понимание этноса как воображаемого сообщества характерно для конструктивистской и инструменталистской методологии, теории этничности (Э. Дж. Хобсмаум, Ф. Барт). Этносимволизм занимает промежуточное положение между примордиализмом и конструктивизмом (Э. Смит). В рамках этого подхода в доиндустриальную эпоху сформировались многочисленные этнические общности – население, объединенное культурой, мифами, это «этнические ядра» [42].

В научных кругах существует критика различных подходов. Так, в отношении примордиализма указывается, что понятие априорности проблематично, так как большинство этнических идентичностей подвергаются обновлению и трансформации в каждом поколении. Понятие невыразимости критикуется, потому что на практике якобы изначальные привязанности вызваны конкретной ситуацией. Диффетизм – концепция, которая подразумевает мистификацию эмоций или веру в социобиологические мировоззрения; это слабый аргумент и тупик для анализа. Хотя умеренная форма примордиализма кажется реалистичной, расширение ряда понятий позволяет перешагнуть традиционные взгляды на существенность различий. Жесткие определения не могут адекватно объяснить этнические изменения и распад или последствия иммиграции и смешанных браков [18].

Инструментализм в свою очередь ставится под сомнение в связи с тем, что он не может объяснить этническую «долговечность». Игнорируются массовые эмоции, вызванные этническими связями и культурными символами. Также принимается этнический характер организаций. Этническая идентичность и аспекты веры и культурной практики довольно долго существуют во многих культурах. Этническая идентичность формируется вокруг реального общего социального пространства, общностей

социализации, сообществ с одним языком и культурой. При этом данное явление имеет публичное присутствие, существует социальная отнесенность в серии презентаций (публичные заявления, утверждения, изображения) как членами данных этнических групп, так и лицами, не входящими в их число [43].

Каждый раз, когда группа людей объединяется для достижения общей цели, начинает формироваться культура. Независимо от того, насколько велика или мала группа, в ней возникают убеждения, нормы, ценности и модели поведения. Что делает культуру сложной, так это то, что многие из этих определяющих характеристик остаются невысказанными. Группа бессознательно вырабатывает определенные стандарты того, что является нормальным и приемлемым, на основе социальных сигналов. Затем, благодаря нашему постоянному контакту с группой, человек начинает принимать эти стандарты как часть нашей культурной идентичности. Другие виды культурной идентичности происходят до того, как человек ориентируется в своей жизни на социальных конструкциях вокруг него. По мере накопления опыта или развития навыков и интересов человек присоединяется к определенным сообществам и покидает его, потому что у него есть или нет общности с членами их групп.

Дж. Коллиер и М. Томас объединили этнографию коммуникации и социального конструирования, чтобы сформулировать свойства культурной идентичности. Эти свойства относятся к тому, как члены группы сообщают о своей личности.

1. Признание и приписывание: эти две концепции касаются того, что конструирует или формирует культурную идентичность, и способов, которыми эти идентичности передаются. Признание – это то, как человек формулирует или выражает свои взгляды на групповую идентичность. Это то, как человек представляет себя другому. Приписывание – это то, как другие воспринимают человека. Это то, как человек относится к другим. Такой базис может также включать стереотипы. Например, как как одна

нация воспринимает другую.

Идентичность человека строится в результате того, как другие видят его и как он видит себя. Поэтому и признание, и приписывание важны. Например, люди описывают свою культуру не так, как ее воспринимают другие. Признанные качества против приписываемых приводят к конфликту, но разрешение зависит от статусного положения членов группы.

2. Способы выражения: использование основных символов (выражения групповых культурных верований и теорий об окружающем мире), имен, ярлыков и норм (ожидаемый стандарт поведения), которые культурное сообщество разделяет и которому следует, чтобы показать, что они принадлежат к определенной группе, демонстрируют общую идентичность. Исследователи обнаруживают некоторое сходство в культурных нормах членов каждой этнической группы, а также внутригрупповые различия в отношении пола и характера взаимоотношений.

3. Индивидуальная, реляционная и общественная идентичность. Культурная идентичность состоит из трех компонентов. Индивидуум относится к тому, как человек интерпретирует свою культурную идентичность на основе своего опыта. Реляционная относится к тому, как люди взаимодействуют друг с другом (какое поведение является подходящим), а общественная идентичность – это использование общения для создания, подтверждения и согласования общей идентичности. Действия и взаимодействия группы, их совместные практики отражают идентичность группы. Исследователи могут выявить или изучить культурную идентичность в группе, наблюдая повседневные ситуации, совместную деятельность, ритуалы, праздничные празднования.

4. Устойчивые и изменяющиеся аспекты идентичности. Культурная идентичность меняется из-за нескольких факторов, которые являются социальными, политическими, экономическими и контекстуальными.

5. Аффективные, когнитивные и поведенческие аспекты идентичности: это относится к эмоциям, полностью связанным с культурной идентичностью

в определенных ситуациях.

6. Содержание и уровни отношений: это относится к взаимодействию между двумя или более людьми. Обмен сообщениями несет информацию/контент. Участники беседы интерпретируют выбор и значения слов, исходя из своего опыта. Взаимодействия также показывают уровень отношений в зависимости от того, как человек доставляет сообщение. Этот уровень сообщения подразумевает культурную интерпретацию того, кто контролирует ситуацию, их уровни близости, их чувства друг к другу, уровень доверия и т. д.

7. Заметность или известность: это степень, в которой идентичность демонстрируется в ситуации, и относится к тому, насколько культурная идентичность человека выделяется и привлекает внимание. На это влияет степень сходства или различия между двумя людьми. Интенсивность различается в зависимости от контекста, темы ситуации и отношений.

Известность показывает сильные инвестиции / участие в личности [41].

Владение культурой напрямую повышает ценность культурной самобытности и включает в себя отправление религиозных обрядов, ношение традиционной одежды или даже употребление в пищу продуктов, отражающих соответствующую культуру. Она устанавливает средства идентификации человека как части этой культуры или национальности через следующие факторы:

1. Национальность. Это страна, в которой человек родился, и/или страна, в которой он живет в настоящее время. Она определяет культурную идентичность, поскольку человек перенимает культуру этой страны.

2. Этническая принадлежность. Это культура человека и очень важный аспект культурной идентичности, поскольку человек обычно имеет культуру своей соответствующей этнической принадлежности. Это также часто помогает определить внешний вид человека.

3. Религия. Это набор моральных убеждений и принципов, связанных с существованием Бога и мира. Это способствует культурной идентичности,

помогая в определении личных и моральных характеристик человека. Религии на протяжении времени сформировали множество культур.

4. Образование. Культурная самобытность оказывает непосредственное влияние на то, как дети учатся в школе. Это можно описать следующим примером – азиаты обычно ведут себя тихо в классе и считают неуместным смотреть учителю в глаза. Тем не менее, европейские дети ценят активное обсуждение в классе и поддерживают зрительный контакт, поскольку это отражает их уважение и заинтересованность [41].

Ни примордиалисты, ни инструменталисты не в состоянии полностью объяснить долгосрочные изменения и движения этнических сообществ. Сведение сложного человеческого поведения к биологии, с одной стороны, или к прагматизму, с другой, игнорирует способность человека и общества действовать на уровне символизма и отрицает значимость культуры в ее широком смысле. В связи с этим в рамках настоящего исследования применяется принцип взаимодополнительности примордиализма и конструктивизма, отказ от их жесткого противопоставления для наиболее продуктивного анализа этнокультурной идентичности [25].

Значительный интерес к проблеме этнокультурной идентичности жителей крупных городов в научных кругах в настоящее время приводит к сосуществованию различных определений. Так, исследователи определяют этнокультурную идентичность жителей крупных городов следующим образом: «сложный социально-культурный феномен, содержание которого определяет локалитетное осознание (и индивидуальное, и коллективное) общности и единства этнической группы, которое в конкретных историко-культурных условиях испытывает большее воздействие либо менталитета (традиционных культур), либо глобалитета (современных культур)» [41, с. 63].

В других исследованиях авторы дают развернутую дефиницию понятия. Исследователь понимает феномен культурной идентичности жителей крупных городов «как одну из форм социальной идентичности,

которая обусловлена психологической потребностью индивида в укорененности и принадлежности; формируется посредством интеграции индивида в культурно-символическое пространство этнокультурной общности, соответствующей той или иной стадии социокультурного развития (рода, этноса, нации); включает в себя осознание и эмоциональное переживание единства с этнокультурной общностью, индивидуальные и коллективные культурные формы манифестации этого единства: язык, ритуалы, мифология, обычаи, религия, идеология, гуманитарная рефлексия, художественное творчество и т. д.; обладает сложной внутренней структурой, представляющей собой напластование ее основных исторических форм (родовой, этнической, национальной), которые в процессе эволюции не отрицают друг друга, а развиваются по принципу взаимодополнительности» [56, с. 45].

В настоящей работе используется следующее определение факторов культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей: «сложный социально-психологический феномен, подразумевающий осознание общности индивида с тем или иным этносоциальным образованием на основе разделяемой культуры (включая конфессиональную, лингвистическую и политическую ее составляющие), психологическое переживание этой общности и различные культуурообусловленные формы ее манифестации, как индивидуальные, так и коллективные» [56, с. 54].

Нельзя не согласиться с С.А. Ермаковым, О.П. Кашиной, что классификация факторов культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей предполагает обращение к традициям, стереотипам поведения, закрепленных в культурно-языковом контексте. Национальные особенности закрепляются в культуре, языке, речи. Идентичность проявляется в искусстве, традициях и обычаях, фольклоре. Этнокультурная идентичность связана с осознанием интересов, выражающихся в противопоставлении «свой» и «чужой», «мы» и «они».

Этническая культура представляет собой совокупность материальных и духовных ценностей этноса, а также характерных способов взаимодействия с окружающим миром, социальным окружением. Она проявляется в деятельности общества, национальных традициях, мировоззрении, стереотипах, особенностях языка и образа жизни [16].

Структура культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей состоит из четырех взаимосвязанных компонентов: чувственно-инстинктивного, рационального, подсознательного и поведенческого. Важно отметить, что рефлексивные процессы на практике эмоционально окрашиваются, тогда как чувства и подсознательные инстинкты могут рационализироваться и в совокупности обуславливают поведение членов этнокультурной общности. При этом важно, что этнокультурная идентичность обладает трансиндивидуальной основой. Это приоритет этнического коллектива в общекультурном пространстве [10].

В многочисленных теориях высказывались утверждения о неизбежности серьезных трансформациях в области идентичности жителей крупных городов в условиях глобализации. Это связывалось с массовыми миграциями населения, конsumerизмом и другими факторами. Феномен глобализации характеризуется проявлением матрицы конsumerизма, под воздействием которой происходят значительные изменения национальных культур в соответствующие версии эталона вестернизации. Наблюдается навязывание принципов западноевропейской культуры, в основе которых находятся капитализм и протестантская этика. Альтернативой при этом называются такие явления, как антиглобализм и фундаментализм.

В отечественных исследованиях указывается, что в противовес негативным явлениям глобализации в исследовании факторов культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей (снижение значимости культурно-национальных оснований идентичности и принадлежности к полиэтническим государствам,

формирование множественной идентичности) со второй половины XX в. возрастает стремление сохранить самобытность. Подчеркивается желание подчеркнуть историческую уникальность, традиционную культуру, язык, психологические особенности. Этнокультурная идентичность в настоящее время не только сохраняет, но и усиливает значение в разных сферах жизни [23].

Следует указать, что осознанное возрастание значимости национальной культуры как одного из факторов культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей на настоящем этапе может рассматриваться как «этнический ренессанс» [43, с. 21]. Отмечается особое влияние этнической и массовой культуры на личность. Противоречивые тенденции (глобализация и сегментация мира) уравнивают друг друга. Это приводит к формированию нового мировоззрения, в центре которого ставятся личность, индивидуальность и свобода принятия решений. Появляются стимулы, способствующие развитию и сохранению самобытности этносов. Важное значение имеет вопрос сохранения этнокультурной идентичности в аутентичной форме. Интерес вызывает мнение, что данная тенденция связана с возрастающим потоком информации в современном мире. Сложность и неустойчивость жизни в соответствии с защитными механизмами психики приводит к обращению к традиционным ценностям.

В некоторых исследованиях рассматривается специфика современной этнокультурной идентичности, на которую влияют изменившиеся социокультурные условия. В условиях глобализации динамика факторов культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей этнокультурной идентичности связана с тремя векторами: интегрирующим, дифференцирующим и нивелирующим. Первый предполагает расширение оснований этнокультурной идентичности, выход на транснациональный уровень общности людей. Второй связан с локализацией оснований, а третий – с этнокультурной маргинальностью. В

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

процессе контактов каждая культура пытается освоить другую, принять или отторгнуть чужое. Это позволяет как сохранять, так и изменять культурную идентичность [29].

В современном мире СМИ играют значительную роль в процессе формирования культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей. При этом они довольно часто превращают человека, который стремится самоопределиться, в пассивного потребителя ценностей, которые навязываются обществу представителями национальной элиты. Исследователь говорит о кризисе современной этнокультурной идентичности, ее превращении в сконструированную реальность. При этом данные представления воспринимаются как истинные.

В работе Н.С. Шиповой развивается тема кризиса культурной идентичности жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей на современном этапе. Исследователь считает, что это явление законсервировано, оно обусловлено социокультурной динамикой. Объективными факторами, которые привели к данной ситуации, называются ограничение влияния наций в условиях глобализации, нарастающая индивидуализация, распространение массовой культуры [57]. Характерными являются дегероизация истории, мифотворчество, пародийное отношение к традиционной культуре, коммерческое распространение символики. В то же время современное состояние рассматривается не как утрата этнокультурной идентичности, а ее ослабление и формирование новых идентификационных оснований, ведущих к усложнению структуры. Глобализация не способна устранить многообразие национальных культур и унифицировать их в соответствии с определенной социокультурной парадигмой. Культурные чувства характерны для создания каждого народа, что проявляется в стремлении сохранить собственную самобытность.

Таким образом, культурная идентичность жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей связана с отнесением к определенному этносоциальному образованию на основе культурной,

языковой, психологической близости. В современном мире культурная идентичность подвергается трансформации, но она не может исчезнуть из-за особенностей человеческой психики, в частности может выступать как ресурс, так и антиресурс в решении возникающих трудностей.

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Выводы по теоретическому исследованию

1. Культурная идентичность служит основой идентичности и на личностном уровне представляет собой осознанную идентификацию с определенной культурной общностью с принятием ее ценностей и стандартов, отграничением от другой культуры.

2. Трудные жизненные ситуации представляют собой пространственно-временные конструкты, нарушающие нормальное течение жизни и приносящие личности страдания, требующие активизации усилий для их преодоления.

3. Ресурсы подразделяются на личностные (физические и психологические ресурсы, компетенции) и средовые (социальная поддержка, материальные ресурсы) средства, доступные личности для преодоления возникающих трудностей. Эффективность их употребления не гарантирована, более того, ряд средств может стать помехой, то есть

антиресурсом.

4. Стратегии совладающего поведения являются реакциями личности на возникающие трудности, классификация которых затруднена. Они формируются под воздействием совокупности внешних и внутренних факторов. Стратегии совладания — это поведенческие и когнитивные тактики, используемые для управления кризисами, состояниями и требованиями, которые оцениваются как неприятные. Совладание, сфокусированное на проблеме, направлено на решение проблемы или принятие мер по изменению источника стресса. Напротив, совладание, ориентированное на эмоции, направлено на уменьшение или управление эмоциональным дистрессом, возникающим в результате трудной жизненной ситуации.

5. Некоторые стратегии совладающего поведения, ориентированные на эмоции, включают принятие желаемого за действительное, дистанцирование, избегание и позитивное переосмысление. Эффективность той или иной конкретной стратегии преодоления стресса зависит от ситуации, и для пожилых людей не существует единого общепринятого способа справиться со стрессом. Более того, большинство трудных жизненных ситуаций требуют обоих способов преодоления.

Стратегии, ориентированные на проблему, обычно применяются, когда можно предпринять конструктивные действия, тогда как совладание, ориентированное на эмоции, используется, когда люди чувствуют, что ситуация не может измениться и ее нужно терпеть. В целом стратегии совладания, ориентированные на проблемы, считаются более эффективными для преодоления трудных жизненных ситуаций, чем тактики, ориентированные на эмоции. Люди, которые используют активные стратегии совладания, обычно считают себя контролирующими ситуацию, придерживаются позитивного мнения о себе и применяют упреждающий, оптимистичный и самостоятельный подход к управлению жизненными стрессорами. Напротив, те, кто полагается на стратегии совладания,

ориентированные на эмоции, включая самообвинение, избегание справляются хуже, чем те, кто использует активные стратегии, такие как поиск социальной поддержки.

5. Культурная идентичность жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных трудностей связана с отношением к определенному этносоциальному образованию на основе культурной, языковой, психологической близости. В современном мире культурная идентичность подвергается трансформации, но она не может исчезнуть из-за особенностей человеческой психики, в частности может выступать как ресурс, так и антиресурс в решении возникающих трудностей.

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ КУЛЬТУРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ВЗРОСЛЫХ ЖИТЕЛЕЙ КРУПНОГО ГОРОДА КАК РЕСУРСА ИЛИ АНТИРЕСУРСА ЛИЧНОСТИ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ СО СТРАТЕГИЯМИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

2.1 Организационно-методическое обеспечение исследования

Целью эмпирического исследования является изучение особенностей культурной идентичности взрослых жителей крупного города как ресурса или антиресурса личности во взаимосвязи со стратегиями совладающего поведения.

Гипотеза исследования: существуют особенности культурной идентичности взрослых жителей крупного города, обусловленные ресурсностью личности в преодолении жизненных трудностей.

Задачи исследования:

1. Организовать и провести эмпирическое исследование особенностей культурной идентичности взрослых жителей крупного города как ресурса или антиресурса личности во взаимосвязи со стратегиями совладающего поведения.

2. Провести корреляционный анализ взаимосвязи культурной идентичности с когнитивной оценкой трудных жизненных ситуаций, стратегиями преодоления стрессовых ситуаций и культурно-ценностных ориентаций.

3. Разработать рекомендации по результатам исследования.

Ход исследования:

На первом этапе был подобран диагностический инструментарий, выборка исследования.

На втором этапе было проведено исследование особенностей культурной идентичности взрослых жителей крупного города как ресурса или антиресурса личности во взаимосвязи со стратегиями совладающего поведения.

На третьем этапе проанализированы результаты исследования.

Характеристика выборка исследования: 36 женщин и 28 мужчин в возрасте от 35 до 50 лет, проживающих в крупном городе. (г. Санкт-Петербург).

1 группа – 36 женщин;

2 группа – 28 мужчин.

Исследование проводилось в 2022/2023 году.

Для исследования особенностей культурной идентичности взрослых жителей крупного города как ресурса или антиресурса личности во взаимосвязи со стратегиями совладающего поведения нами были подобраны следующие методикой:

1. Методика «Когнитивное оценивание трудных жизненных ситуаций»

Данная методика является инструментом изучения когнитивного оценивания ситуаций, а также ситуационных характеристик (содержания ситуации, частоты ее возникновения в жизни респондента)

Методика направлена на выявление трудных жизненных ситуаций, оценку критериев трудности ситуаций для субъекта и построена на приеме субъективного шкалирования ситуаций по параметрам, соответствующим критериям когнитивного оценивания. Особенностью методики является обращение к субъективному опыту респондента. Испытуемому предлагается проанализировать конкретные, актуальные для него жизненные трудности.

Респонденту объясняют, что методика состоит из двух частей. В первой предлагается сформулировать и коротко описать актуальную для него ситуацию, которую он воспринимает как трудную. Вторая часть представлена перечнем утверждений – оценочных шкал. Испытуемому предлагается соотнести ситуацию с каждым утверждением и проставить соответствующие оценки, используя семибалльную шкалу (от 0 до 6 баллов).

Согласно результатам факторного анализа, методика делится на шкалы:

1. Общие признаки трудных жизненных ситуаций. Шкала включает

такие переменные, как значимость, беспокойство, высокие затраты ресурсов, потери. На основании частотного анализа можно утверждать, что три первых признака являются общими для всех трудных ситуаций и характеризуют их как категорию. По результатам анализа описательной статистики, перечисленные критерии (за исключением параметра «потери») наиболее высоко оцениваются испытуемыми.

2. Неподконтрольность ситуации характеризует восприятие ситуации как независимой от действий человека, не поддающейся влиянию на ее развитие и исход.

3. Непонятность ситуации. Шкала объединяет утверждения, отражающие непонимание ситуации, неочевидность выхода из неё, а также оценку собственных ресурсов (знаний, опыта) как недостаточных для преодоления ситуации.

4. Необходимость быстрого, активного реагирования включает утверждения о восприятии ситуации как требующей незамедлительного и активного реагирования: принятия решения, действий, целенаправленного поведения.

5. Затруднения в принятии решения. Критерий определяет трудности выбора решения, нахождения правильного, благоразумного варианта выхода из ситуации; а также внутренний конфликт.

6. Трудности прогнозирования ситуации. Данный признак включает затруднения при прогнозировании возникновения и развития ситуации, неожиданность событий.

7. Сильные эмоции. Шкала состоит из утверждений, характеризующих эмоциональные состояния и реакции на условия ситуации: сильные отрицательные эмоции, состояние напряжения.

8. Перспектива будущего объединяет пункты, описывающие значимость последствий ситуации, её влияние на жизнь в будущем, угрозу благополучию близких.

2. Методика «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций СПСС»

(SACS) (С. Хобфолл), адаптация Н.Водопьянова, Е. Старченкова.

Опросник SACS был разработан Стиваном Хобфоллом после нескольких лет исследований. Опросник основан на многоосевой модели преодоления стресса (Hobfoll, Dunahoo, Monnier, Hulsizer, & Johnson, 1998).

Модель выходит за рамки традиционного индивидуалистического подхода, поскольку учитывает, что многие стрессоры имеют межличностный компонент, индивидуальные усилия по преодолению стресса могут иметь последствия в социальном климате, и стратегия совладания со стрессом часто требует взаимодействия с другими людьми. Модель предполагает, что стратегии преодоления стресса различаются по уровню активности, социальной активности и направленности.

SACS оценивает копинг-стратегии как общую тенденцию подходить к проблемам с характерным набором поведенческих стратегий: определяет девять моделей преодолевающего поведения: асертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки, осторожные действия, импульсивные действия, избегание, манипулятивные (непрямые) действия, асоциальные действия, агрессивные действия, а также вычисление общего индекса конструктивности.

3. Тест культурно-ценностных ориентаций Л.Г. Почебут.

Тест разработан Л. Г. Почебут на основе теории Флоренс Клакхон и Фреда Стродбека. Тест культурно-ценностных ориентаций предназначен для определения основных тенденций формирования и становления изучаемой культуры.

Клакхон и Стродбек рассматривали личность как набор ценностных ориентаций. Они определяли культурно-ценностные ориентации как сложные, определенным образом сгруппированные принципы, которые придают направленность разнообразным потокам человеческого мышления и деятельности в ходе решения общечеловеческих проблем. Эти ориентации закладываются в период социализации ребенка в рамках конкретной культурной традиции.

Авторы выделили пять основных общечеловеческих проблем, на решение которых нацелена каждая культура.

1. Отношение человека к времени.
2. Отношение человека к природе и «сверхприродному».
3. Отношение людей к человеческой натуре.
4. Отношение человека к другим людям.
5. Направленность деятельности человека.

Исходя из этих положений нами был составлен тест культурно-ценностных ориентаций.

Первый тип — традиционная культура (ТК) — характеризуется ориентацией людей на прошлое, приверженностью традициям, интересом к истории своей страны. Люди этой культуры воспринимают природу как вечную тайну бытия, как неразрешимую загадку, отгадать которую они не стремятся. Человек рассматривается как существо, зависимое от ближайшего социального окружения. Больше значение придается семейным связям, традиционности родственных ролевых отношений, религиозным ориентациям. В такой культуре не допускается внутренняя свобода человека. За его действиями, поступками и даже мыслями осуществляется постоянный строгий надзор со стороны сообщества. Процедура принятия решений проходит коллективно, а результат решения зависит от старших по возрасту. Деятельность человека строго регламентирована. За успехи в работе и творческое отношение к делу человека, как правило, вознаграждают не сразу, а через какое-то время.

Второй тип — современная культура (СК) — характеризуется ориентацией людей на настоящее, на современные им события. Они стараются жить в гармонии с природой, беречь ее, интересуются экологическими вопросами. Человеческая натура понимается как противоречивое явление. Ценности этой культуры сосредоточены на человеке, его правах, призвании, развитии его способностей, самореализации и самоактуализации. Отношения между людьми обычно формализованы,

четко определены их статусом и ролью в социальной системе. Дружеские отношения складываются медленно и отличаются глубиной и преданностью друг другу. Общество стремится регулировать поведение человека посредством морали, этических норм и правил. В межличностном общении люди обычно сдержанны, стараются соблюдать социальную дистанцию и ролевые предписания. Принятие индивидуального решения осуществляется в процессе согласования взаимных потребностей, интересов и планов на будущее с группой, семьей, трудовым коллективом. За результаты своей деятельности человек в основном стремится получить не материальное, а моральное вознаграждение (слава, признание, успех).

Третий тип — динамически развивающаяся культура (ДРК) — характеризуется ориентацией людей на будущее, на достижение быстрых значительных результатов. Они строят краткосрочные планы и стараются реализовать их как можно более энергично. Для людей данной культуры «время — это деньги». Природа не представляет собой загадки. Поскольку жизнь — это проблема, которую необходимо быстро и успешно решить, природа должна подчиниться человеку. Все ее тайны должны быть раскрыты, законы ее развития установлены и описаны. Предназначение человека состоит в управлении природой. Человеческая натура свободолюбива. Культивируется индивидуальность, независимость, автономность от социального окружения. Процесс принятия решения осуществляется самостоятельно. Признается значимость индивидуальных интересов и ценностей. В общении люди откровенны, непосредственны, ориентированы не на иерархию, а на равенство ролевых взаимоотношений. Социально признанной ценностью является представление обществом равных возможностей для развития каждого члена. Основу общественного контроля составляет не мораль, а законность, неотвратимость наказания и обязательность материального вознаграждения. Внимание людей этой культуры сосредоточено на деле, задании, работе. Человек часто сознательно сам приносит себя в жертву делу, успеху, прогрессу, материальному достатку.

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Успешная деятельность предполагает прежде всего быстрое материальное вознаграждение.

Также нами была разработан дополнительный опросник на тему культурной идентичности взрослых жителей крупного города как ресурса или антиресурса личности.

Данный опросник состоит из 11 вопросов, где респондентам предлагается ответить «Да» или «Нет». Вопросы представлены в Приложении 1.

2.2 Результаты исследования особенностей когнитивного оценивания трудных жизненных ситуаций взрослых жителей крупного города

Для выявления особенностей когнитивного оценивания трудных жизненных ситуаций взрослых жителей крупного города нами была выбрана методика «Когнитивное оценивание трудных жизненных ситуаций», сводные результаты по группам представлены в таблице 1.

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Таблица 1

Результаты особенностей когнитивного оценивания трудных жизненных ситуаций взрослых жителей крупного города

Шкала	Результат, средние баллы	
	Группа 1 (женщины)	Группа 2 (мужчины)
Общие признаки трудных жизненных ситуаций.	4,8	4,7
Неподконтрольность ситуации	4,3	3,8
Непонятность ситуации	4,4	4,0
Необходимость быстрого, активного реагирования	2,6	2,3
Затруднения в принятии решения	4,3	3,1
Трудности прогнозирования ситуации	2,5	2,5
Сильные эмоции	3,1	2,8
Перспектива будущего	4,0	4,1

Анализируя данные исследования отметим, что наиболее высокие показатели выявлены по шкалам: общие признаки трудных жизненных ситуаций, неподконтрольность ситуации, непонятность ситуации и затруднения в принятии решения, перспектива будущего.

Когнитивное оценивание трудных жизненных ситуаций как процесс построения образа ситуации в сознании человека проводится в большей мере по следующим критериям:

- значимости, беспокойства, повышенных затрат ресурсов в ситуации;
- степени неподконтрольности, понятности, прогнозируемости ситуации, угрозы будущему;
- необходимости быстрого и активного реагирования, затруднений в принятии решения, сильных эмоций.

Наглядно данные результаты представлены на рисунке 1.

Рис. 1. Количественное распределение когнитивного оценивания трудных жизненных ситуаций взрослых жителей крупного города

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Рассматривая наглядно результаты исследования особенностей когнитивного оценивания трудных жизненных ситуаций взрослых жителей крупного города, можно выделить некоторые различия по следующим показателям между женщинами и мужчинами: у мужчин более выделены следующие критерии – затруднения в принятии решения, неподконтрольность и непонятность ситуации. В трудных жизненных ситуациях мужчинам более трудно принять выбор своего решения, найти правильный благоразумный вариант выхода из такой ситуации, трудную жизненную ситуацию мужчины воспринимают как независящую от его действий, следовательно, в когнитивной оценке они считают, что решение такой ситуации неподконтрольно ему самому, и ее развитие или исход не зависит от него.

2.3 Результаты исследования особенностей преодолевающего поведения у взрослых жителей крупного города

Для выявления особенностей преодоления жизненных трудностей у взрослых жителей крупного города нами была выбрана методика С. Хобфолл «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций СПСС» (SACS), сводные результаты по группам представлены в таблице 2. выделяет девять моделей преодолевающего поведения: ассертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки, осторожные действия, импульсивные действия, избегание, манипулятивные (непрямые) действия, асоциальные действия, агрессивные действия, а также вычисление общего индекса конструктивности.

Таблица 2

Результаты особенностей преодоления жизненных трудностей у взрослых жителей крупного города

Шкала	Результат, средние баллы	
	Группа 1 (женщины)	Группа 2 (мужчины)
Ассертивные действия	23	17
Вступление в социальный контакт	25	16
Поиск социальной поддержки	24	15
Осторожные действия	12	16
Импульсивные действия	21	15

Продолжение таблицы 2

Шкала	Результат, средние баллы	
	Группа 1 (женщины)	Группа 2 (мужчины)
Избегание	11	24
Манипулятивные (непрямые) действия	19	14
Асоциальные действия	8	7
Агрессивные действия	15	21

Рассматривая результаты изучения особенностей преодоления жизненных трудностей у взрослых жителей крупного города в выборках мужчин и женщин, отметим, что более выражены у женщин: ассертивные

действия, вступление в социальный контакт поиск социальной поддержки, у мужчин такие стратегии выделены в меньшей мере, более всего проявляется стратегия избегания.

Наглядно данные среднегруппового профиля моделей преодолевающего поведения представлены на рисунке 2.

Рис. 2. Количественное распределение моделей преодолевающего поведения у взрослых жителей крупного города

Рассматривая полученные результаты изучения моделей преодолевающего поведения у взрослых жителей крупного города можно выделить следующее:

Высокий уровень выраженности следующих моделей преодолевающего поведения у женщин определяется по активной стратегии преодоления – ассертивные действия. В сложных стрессовых ситуациях такие женщины действуют активно, прямо, открыто, при этом не попирая прав других людей. У мужчин такая модель выражена на среднем уровне.

Средний уровень выраженности просоциальной модели преодолевающего поведения определяется по стратегии «вступление в социальный контакт» у женщин и на низком уровне у мужчин. Женщины в трудных жизненных ситуациях больше настроены на установление положительных дружеских связей.

Средний уровень выраженности просоциальной модели «поиск социальной поддержки» выражен у женщин, и в низкой степени у мужчин. Люди с такой моделью преодоления стрессовых ситуаций в большей мере направлены на поиск и получение эмоциональной, информационной или материальной поддержки.

Пассивная стратегия преодоления «осторожные действия» в меньшей степени выражена и у мужчин, и у женщин. В целом мужчины и женщины, не склонны к осторожности в принятии решений, не склонны к продумыванию действий и поступков.

Прямая стратегия преодоления «импульсивные действия» в высокой

степени выражена у женщин и в низкой у мужчин. Женщины склонны действовать недостаточно сознательно в силу эмоциональных переживаний в ситуациях стресса или трудной жизненной ситуации.

Пассивная стратегия преодоления «избегание» в большей мере определяется в группе мужчин, и в меньшей степени у женщин. Мужчинам свойственно в ситуациях стресса избегать контакта с окружающей его действительности, использование этой стратегии обусловлено недостаточностью развития личностно-средовых копинг-ресурсов и навыков активного разрешения проблем.

Непрямая стратегия преодоления «манипулятивные действия» в средней степени определяется у женщин и в меньшей степени у мужчин. В некоторых случаях данную модель совладающего поведения используют женщины с целью воздействия на других людей.

Асоциальная стратегия преодоления «асоциальные действия» в низкой степени определяется и у мужчин, и у женщин, что означает, что в совладающем поведении женщинам и мужчинам не свойственны асоциальные поведенческие паттерны.

Асоциальная стратегия преодоления «агрессивные действия» в высокой степени проявляется у мужчин, и в средней степени у женщин. Мужчинам более свойственно применять мотивированное разрушительное поведение, наносящее ущерб людям.

2.4 Результаты исследования культурно-ценностных ориентаций у взрослых жителей крупного города

Для выявления культурно-ценностных ориентаций у взрослых жителей крупного города нами был выбран тест культурно-ценностных ориентаций Дж. Таусенда в адаптации Л.Г. Почебут., сводные результаты по группам представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты культурно-ценностных ориентаций у взрослых жителей крупного города

--

Шкала	Результат			
	Группа 1 (женщины)		Группа 2	
	кол-во	%	кол-во	%
Традиционная культура	24	66%	3	11%
Современная культура	7	19%	7	25%
Динамически развивающаяся культура	5	15%	18	64%

Как видно из данных исследования культурно-ценностных ориентаций у взрослых жителей крупного города в большей мере у женщин определяется высокий показатель по традиционной культуре, а у мужчин динамически развивающаяся культура.

Наглядно данные результаты представлены на рисунке 3.

Рис. 3. Количественное распределение культурно-ценностных ориентаций у взрослых жителей крупного города

Как можно видеть из данных исследования культурно-ценностных ориентаций, в большей мере выделяется превалирование традиционной культуры у женщин (66% с высоким уровнем). Женщины, более чем мужчины ориентируются на прошлое, воспринимают взаимозависимость человека и общества, имеют некоторые проблемы в структуре культурной идентичности с ощущениями внутренней свободы человека, привержены к коллективному результату решения, менее всего направлены на самоконтроль в своей деятельности. У мужчин в большей мере доминирует динамически развивающаяся культура (64% с высоким уровнем), что означает в структуре культурной идентичности таких людей направленность на будущее и перспективу достижения быстрых результатов. В большей мере мужчины настроены на решение проблем как можно скорее, с учетом только индивидуальных и независимых решений, не склонны к ожиданию коллективного решения. В общении люди откровенны, непосредственны, ориентированы не на иерархию, а на равенство ролевых взаимоотношений.

Социально признанной ценностью является представление обществом равных возможностей для развития каждого члена. Основу общественного контроля составляет не мораль, а законность, неотвратимость наказания и обязательность материального вознаграждения. Внимание людей этой культуры сосредоточено на деле, задании, работе. Человек часто сознательно сам приносит себя в жертву делу, успеху, прогрессу, материальному достатку. Успешная деятельность предполагает прежде всего быстрое материальное вознаграждение.

2.5. Результаты исследования о принадлежности к определённой культуре у взрослых жителей крупного города

Для выявления принадлежности к определённой культуре у взрослых жителей крупного города нами была разработана анкета, результаты опроса по группам представлены на рисунках 4, 5.

Основу анкеты составили вопросы относительно включения в себя в народную праздничную культуру. Народная культура – собирательное понятие, не имеющее четко определенных границ и включающее культурные пласты разных эпох от глубокой древности до настоящего времени. Формирование и функционирование феномена народной культуры в этническом сообществе или социальных группах, или общностях разного типа связано с осознанием их принадлежности к народу. Самоидентификация с народом, народными традициями в стереотипах социального поведения и действия, обыденных представлениях, выборе культурных эталонов и социальных норм, ориентациях на определенные формы досуга, любительской художественно- творческой практики – проявления народной культуры. В наше время ее общая особенность - внепрофессиональный статус в сфере современной многослойной культуры, не специализированный характер культурной деятельности, что, впрочем, не исключает высокого уровня мастерства, умения, знания, в основе чего лежит свободное владение традицией.

В целом, анализируя особенности восприятия себя в определенной культуре, были получены интересные результаты, характерные гендерным выборкам. Проанализируем принадлежность к определенной культуре у взрослых жителей крупного города.

Во-первых, традиционный праздник для большинства женщин известен (91%). При этом большинство женщин жизнь в городе не удовлетворяет всем жизненным потребностям (64%). Женщины отметили что в городе происходит множество интересных событий (91%). Удовлетворение за культуру своего города, гордость за проявленный интерес присуща женщин (83%). При этом равное количество женщин как принимают, так и не принимают участие в традиционных праздниках в культурном аспекте города. Однако, большинство женщин (91%) удовлетворены качеством проведения данных мероприятий. При этом 64% женщин отметили, что, участие в таких праздниках не вдохновляет их и не придает сил (в аспекте ресурсности). 83% женщин отметили, что в сезонном празднике или традиционного направления не участвуют. Также у 64% нет ассоциаций с такими праздниками, но 91% не испытывает раздражения от таких праздников или непонимание. Но принимать участие в них предпочли бы только 50%.

Традиционность – важное качество народной культуры, определяющее как ее целостно - нормативное и смысловое содержание, так и социальные механизмы его передачи, наследования в непосредственном общении от лица к лицу, от мастера к ученику, от поколения к поколению, минуя институционально – организационные формы.

Праздники как феномен народной культуры представляют собой одну из форм жизни этноса. На протяжении столетий народная праздничная культура славян, пронизанная архаическими верованиями, постоянно трансформировалась, пополняясь новыми элементами, главным образом под влиянием православия. Истоки же традиционных праздников, обычаев и обрядов лежат в глубокой древности, в сложном переплетении элементов

архаических аграрно-магических представлений и языческих культов.

Рис. 4. Количественное распределение принадлежности к определённой культуре у взрослых жителей крупного города в группе 1 (женщины)

Рис. 5. Количественное распределение принадлежности к определённой культуре у взрослых жителей крупного города в группе 2 (мужчины)

Что касается выборки мужчин, то традиционный праздник для большинства из них известен (89%). При этом большинство мужчин жизнь в городе не удовлетворяет всем жизненным потребностям (64%). Мужчины отметили что в городе происходит множество интересных событий (91%). Удовлетворение за культуру своего города, гордость за проявленный интерес присуща 71% мужчин. При этом большинство мужчин (89%) не принимают участие в традиционных праздниках в культурном аспекте города. Однако, большинство (89%) удовлетворены качеством проведения данных мероприятий. При этом 64% мужчин отметили, что, участие в таких праздниках не вдохновляет их и не придает сил (в аспекте ресурсности) 71% мужчин отметили, что в сезонном празднике или традиционного направления не участвуют. Также у 64% мужчин нет воодушевления в ассоциации с такими праздниками, но 89% не испытывает раздражения от таких праздников или непонимание. Но принимать участие в них большинство мужчин не пожелали бы (89%).

Таким образом, можно сделать вывод о том, что культурная идентичность как структурное образование личности в ресурсности в большей мере присуща женщинам – жителям крупных городов (г. Санкт-Петербурга), о чем свидетельствует тенденция привязанности женщин к традиционным праздникам, положительного восприятия, в отличие от мужчин.

2.6 Результаты корреляционного анализа взаимосвязи культурной идентичности с когнитивной оценкой трудных жизненных ситуаций, стратегиями преодоления стрессовых ситуаций и культурно-ценностных ориентаций

Для анализа взаимосвязи между культурной идентичности с когнитивной оценкой трудных жизненных ситуаций, стратегиями преодоления стрессовых ситуаций и культурно-ценностных ориентаций был использован статистический и корреляционный анализ.

В частности для выявления статистических различий между выборками использовался U-критерий Манна-Уитни. Данные представлены ниже в таблице 4.

Таблица 4

Эмпирические значения критерия U-Манна-Уитни

Названия шкал	Среднее значение в группе «Женщины»	Среднее значение в группе «Мужчины»	Эмпирическое значение критерия	Уровень значимости
Неподконтрольность	4.278	3.786	692.0	0.004**
Непонятность	4.306	3.964	648.5	0.016*
Затруднения	4.278	3.107	876.0	0***
Сильные эмоции	2.872	3.164	854.0	0***
Ассертивные действия	23.389	17.143	891.0	0***
Вступление в социальный контакт	25.000	16.071	932.0	0***
Поиск социальной поддержки	24.000	15.000	1005.5	0***
Осторожные действия	12.250	16.071	242.0	0***
Импульсивные действия	21.361	15.000	900.5	0***
Избегание	11.472	24.143	1.0	0***
Манипулятивные (непрямые) действия	19.361	14.321	899.0	0***
Асоциальные действия	9.389	7.357	743.0	0.001***
Агрессивные действия	14.917	21.286	146.0	0***
ТК	3.750	2.286	801.5	0***
ДК	2.306	3.607	230.5	0***

* $p < 0,05$

** - $p < 0,01$

*** - $p < 0,001$

Как видно из представленных данных статистического расчета различий, практически по всем показателям культурной идентичности и стратегий совладающего поведения различается у мужчин и женщин.

Далее с помощью рангового коэффициента Спирмена проводился корреляционный анализ в каждой выборке.

Таблица 5

**Эмпирические значения корреляционного анализа в группе 1
(женщины)**

	Трудности прогнозирования	Поиск социальной поддержки	Импульсивные действия	Избегание	СК	ДК
Общие признаки			- 0.355*			
Непонятность	-0.349*		0.353*			
Необходимость		0.332*				
Поиск социальной поддержки				0.346*		
Ассертивные действия					-0.509**	-0.402*

Как можно выделить, в выборке женщин определяются отрицательные корреляционные связи между показателями общих признаков трудных жизненных ситуаций и импульсивными действиями, то есть чем более выражены общие признаки трудных жизненных ситуаций, тем менее у женщин определяются импульсивные действия.

Определяется отрицательная связь между непонятностью ситуацией и трудностью прогнозирования, чем выше один показатель, тем ниже другой, определяется положительная связь между непонятностью ситуацией и импульсивностью действий, чем выше один показатель, тем выше другой.

Определяется положительная связь между необходимостью быстрого, активного реагирования и поиском социальной поддержки, чем выше один показатель, тем выше другой.

Определяется положительная связь между поиском социальной

поддержки и избеганием, чем выше один показатель, тем выше другой.

Определяется отрицательная связь между ассертивными действиями и традиционной культурой и динамично развивающейся культурой, чем выше один показатель, тем ниже другой.

Таблица 6

**Эмпирические значения корреляционного анализа в группе 2
(мужчины)**

	Затруднения	Поиск социальной поддержки	Осторожные действия	Импульсивные действия	Избегание	Манипулятивные. непрямые действия	Агрессивные действия	ТК	ДК
Общие признаки					0.536**				-0.533*
Неподконтрольность Ассертивные действия	-0.393*	0.431*			-0.455*				
Вступление в социальный контакт		0.938** *		0.938***		0.635***		0.593** *	
Поиск социальной поддержки			0.938***			0.638***		0.522**	
Осторожные действия				0.938***		0.635***		0.593**	
Импульсивные действия						0.638***		0.522*	
Трудности прогнозирования							0.48**		
Избегание							0.398*		

В группе мужчин определяется положительная связь общих признаков трудных жизненных ситуаций и избеганием, чем выше один показатель, тем

выше и другой, отрицательная взаимосвязь между общими признаками трудных жизненных ситуаций и динамично развивающейся культурой, то есть чем выше один признак, тем ниже другой, и, наоборот.

Определяется отрицательная связь между неподконтрольностью ситуации и затруднением, и избеганием, то есть чем выше один показатель, тем ниже другой, и, наоборот.

Определяется положительная связь между ассертивными действиями и поиском социальной поддержки, чем выше один показатель, тем выше и другой.

Определяется положительная связь между вступлением в социальный контакт и поиском социальной поддержки, манипулированными и импульсивными действиями, традиционной культурой, чем выше первый показатель, тем выше и остальные, и, наоборот, чем ниже один, тем ниже и другой.

Определяется положительная связь между поиском социальной поддержки и манипулятивными действиями, осторожными действиями и традиционной культурой, чем выше один показатель, тем выше другой, и, наоборот.

Определяется положительная связь между осторожностью действий и импульсивными, манипулятивными непрямыми действиями, традиционной культурой, чем выше один показатель, тем выше другой, и, наоборот.

Определяется положительная связь между импульсивными действиями и манипулятивными непрямыми действиями, традиционной культурой, чем выше один показатель, тем выше другой, и, наоборот.

Определяется положительная связь между избеганием и агрессивными действиями, чем выше один показатель, тем выше другой, и, наоборот.

Определяется положительная связь между трудностями прогнозирования действий и агрессивными действиями, чем выше один показатель, тем выше другой, и, наоборот.

2.7. Практические рекомендации по формированию культурной идентичности жителей крупных городов как ресурс личности в преодолении жизненных трудностей

Проведенное исследование позволило выделить то, что существуют особенности культурной идентичности взрослых жителей крупного города, обусловленные ресурсностью личности в преодолении жизненных трудностей. В частности, было определено, что мужчин в большей мере склонны к динамически развивающейся культуре в потенциале ценностно-культурных ориентаций, тогда как женщины к традиционной культуре. Опрос показал, что жители крупных городов опираются в большей мере на традиционность своего города, своего народа, однако не всегда воспринимают данный фактор как потенциальный ресурс личности в преодолении жизненных трудностей.

Все вышесказанное позволило разработать следующие рекомендации, направленные на формирование культурной идентичности, позволяющей рассматривать ее как ресурс личности в сложных жизненных ситуациях.

1. В ситуации расхождения или несовпадения каких-либо культурных явлений другой культуры с принятыми в «своей» культуре возникает понятие «чужой». Тот, кто сталкивается с чужой культурой, переживает много новых чувств и ощущений при взаимодействии с неизвестными и непонятными культурными явлениями. Чтобы собственная культура была «своей» даже в большом городе, необходимо вникать как в информационном, так и в действенном аспекте во все культурные мероприятия, проводимые в своем городе.

2. Сегодня в межкультурной коммуникации особую актуальность имеет проблема культурной идентичности, то есть принадлежности человека к той или иной культуре. Понятие «идентичность» в самом общем понимании означает осознание человеком своей принадлежности к какой-либо группе, позволяющее ему определить свое место в социокультурном пространстве и свободно ориентироваться в окружающем мире. Суть

культурной идентичности заключается в осознанном принятии человеком соответствующих культурных норм и образцов поведения, ценностных ориентаций и языка, понимании своего «я» с позиций тех культурных характеристик, которые приняты в данном обществе, в самоотождествлении себя с культурными образцами именно этого общества. Так как опрос показал наиболее предрасполагающий потенциал народных праздников, проводимых в культурном пространстве города Санкт-Петербурга, то жителям города рекомендовано определить собственное отношение к ним как к поиску собственного культурного «Я», привлечения внешних ресурсов сопричастности к внутренним ресурсам – потенциалу культурного развития личности.

3. В межличностной коммуникации культурная идентичность обладает двойственной функцией. Она позволяет коммуникантам составлять представление друг о друге, взаимно предугадывать поведение и взгляды собеседников, т.е. облегчает коммуникацию. Но в то же время обнаруживается и ее ограничительный характер, в соответствии с которым в процессе коммуникации возникают конфронтации и конфликты. Ограничительный характер культурной идентичности направлен на рационализацию процесса коммуникации, т.е. на ограничение коммуникативного процесса рамками возможного взаимопонимания и исключение из него тех аспектов коммуникации, которые ведут к конфликту. В виду того, что нами были обнаружены расхождения в культурно-ценностных ориентирах мужчин и женщин в рамках определения их принадлежности к той или иной культуре, рекомендовано изучать определенные тенденции как традиционной культуры, так и современной или динамично развивающейся, с целью понимания поведенческих паттернов, мировоззрения оппонента во взаимодействии. Это позволит более глубинно осознать собственную культурную идентичности и не чувствовать свою принадлежность к той или иной культуре в аспекте антиресурса.

Для того, чтобы определить более практическое направление

рекомендаций были предложены конкретные техники формирования культурной идентичности как ресурса личности в ситуациях преодоления трудных жизненных ситуаций.

Рассмотрим более подробно возможные помогающие стратегии и интервенции при депрессивных расстройствах на примере данного подхода.

В основе терапии усиления осознанности – гипотеза о формировании в остром эпизоде переживания тяжелой жизненной ситуации устойчивой ассоциативной связи между неэффективными стратегиями совладающего поведения и самообесценивающим деструктивным мышлением.

Согласно этому методу, разработанному в рамках краткосрочной стратегической терапии, основанной на парадоксе, когнитивно-поведенческая терапия заключается в блокировании предпринятых попыток решения (ППР): избегания и помощи близких (в виде обсуждения проблемы и действий).

Протокол основан на методе краткосрочной стратегической терапии, предложенном Дж. Пардозом. На рис. 6 представлена схема техники (предписаний) и критерий эффективности.

1. Как ухудшить?

Клиенту сообщается о необходимости ежедневного уделения нескольких минут следующему вопросу: «Какие действия стоило бы предпринять или не предпринять в случае наличия сознательного желания к еще большему ухудшению ситуации? О чем следовало бы думать или не думать для сознательного ухудшения ситуации?». Указанное рекомендуется выполнять клиенту с данного конкретного момента и до следующей встречи с терапевтом. Клиенту разъясняется, что это вопрос исключительно теоретического характера, своеобразный парадокс, используемый в качестве новой стратегии, поскольку стратегия «думать о том, как решить проблему» не работает. Клиенту предписывается записывать ежедневно собственные ответы на указанный вопрос, чтобы при следующей встрече передать их терапевту.

2. Обет молчания/Вечерняя конференция (блокирование ППР «обсуждение проблемы»)

Метафора «поливания цветка».

Клиенту сообщается о необходимости соблюдения «Обета молчания», представляющего собой запрет на обсуждение проблемы с близкими людьми. Отмечается, что в случае отсутствия возможности не обсуждения проблемы в кругу семьи, предусматривается необходимость «Вечерней конференции».

Рис. 6. Этапы стратегического протокола, основанного на работе с множественными несильными негативными событиями

Клиенту разъясняется, что «Вечерняя конференция» представляет собой ежевечерний сбор всей его семьи и предоставление клиенту полчаса времени на то, чтобы выговориться перед своими близкими о тревожащих его проблемах. При этом все остальные члены семьи должны внимательно слушать и не произносить ни одного слова, сохраняя религиозное молчание». Для соблюдения оговоренного времени клиенту рекомендуется заводить будильник, срабатывание которого означает завершение отведенного времени до следующего вечера. Одновременно следует особо обратить внимание клиента на необходимость избегания разговоров о проблеме в течение всего дня, оставляя это на отведенные вечерние полчаса.

3. Созерцание великолепия руин

Клиенту рекомендуется завести специальную тетрадь для ежедневного описания всех совершенных им неудач, или неудач, которые он позволил с ним совершить. Время такого описания составляет 30 минут в день. Следует отдельно оговорить клиенту допустимость описания одних и тех же событий, главное, чтобы использовалось максимально подробное описание.

При этом по мере прогресса, следует увеличивать промежутки между выполнением такой работы, рекомендуя клиента делать ее через день, два и пр.

Метафора: если я смотрю на прошлое, то поворачиваюсь спиной к будущему.

4. Необоснованная беспомощность

В случае наличия у клиента выраженной беспомощности, следует выдать его близким предписание делать за клиента даже наиболее простые дела (чистить зубы, мыть и пр.).

В случае чрезмерной опеки клиента со стороны его близких, следует выдать клиенту предписание, рекомендуя просить у них помощи даже в наиболее простых делах.

5. Маленькое действие

Данное предписание дается клиенту после определенного улучшения его состояния.

Клиенту сообщается о необходимости выбора определенного маленького дела (например, помыть чашку) и его ежедневного выполнения, день в течение двух недель. Впоследствии, клиенту предоставляется все большее количество таких дел.

Метафора: отказ от действий – это ежедневное самоубийство или лягушка в молоке.

6. Шкалирование

Клиенту предлагается определить по шкале от 0 до 10 точку, на которой он находится в данный момент, если 0 – это первая встреча с терапевтом, а 10 – полное избавление от проблемы. Как правило, к этому моменту клиент уже находится не ниже 7.

Далее клиенту рекомендуется подумать, чего не хватает для достижения 10, что представляют собой точки 8 и 9. Клиенту рекомендуется ежедневно совершать то, что позволит почувствовать себя в точке 8.

После того, как клиент окажется в точке 8, следует проделать тоже самое для точки 9.

7. Как если бы

Данное предписание используется в точке 9.

Клиенту сообщается о необходимости вести себя так, как если бы проблемы более не существовало, после чего, вести себя так, как если бы ее никогда и не было.

8. Как все испортить?

Клиенту рекомендуется изредка, когда он начинает думать о бывшей проблеме, представить себе, как сделать хуже – какие ППР можно использовать и пр.

Выше представленные техники являются достаточно универсальными, и могут быть использованы в консультативной работе по формированию ресурсного потенциала личности, заключающегося в преодолении негативных кризисных жизненных ситуаций на основе формирования культурной идентичности.

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Выводы по эмпирическому исследованию

В результате эмпирического исследования культурной идентичности взрослых жителей крупного города как ресурса или антиресурса личности во взаимосвязи со стратегиями совладающего поведения на выборке жителей г. Санкт-Петербурга было выявлено:

1. Когнитивное оценивание трудных жизненных ситуаций как процесс построения образа ситуации в сознании человека проводится в большей мере по следующим критериям:

- значимости, беспокойства, повышенных затрат ресурсов в ситуации;
- степени подконтрольности, понятности, прогнозируемости ситуации, угрозы будущему;
- необходимости быстрого и активного реагирования, затруднений в принятии решения, сильных эмоций.

2. Рассматривая результаты изучения особенностей преодоления жизненных трудностей у взрослых жителей крупного города в выборках мужчин и женщин, отметим, что более выражены у женщин: асертивные действия, вступление в социальный контакт поиск социальной поддержки, у мужчин такие стратегии выделены в меньшей мере, более всего проявляется стратегия избегания.

3. Как видно из данных исследования культурно-ценностных ориентаций у взрослых жителей крупного города в большей мере у женщин определяется высокий показатель по традиционной культуре, а у мужчин динамически развивающаяся культура.

4. Культурная идентичность как структурное образование личности в ресурсности в большей мере присуща женщинам – жителям крупных городов (г. Санкт-Петербурга), о чем свидетельствует тенденция привязанности женщин к традиционным праздникам, положительного восприятия, в отличие от мужчин.

5. Как показал корреляционный анализ, наиболее выражены

взаимосвязи компонентов культурной идентичности и стратегий совладающего поведения в группе мужчин – жителей крупного города (г. Санкт-Петербург), в частности были выявлены положительные и отрицательные корреляционные связи между типом когнитивной оценкой трудных жизненных ситуаций, стратегиями преодоления стрессовых ситуаций и культурно-ценностных ориентаций.

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический обзор проблемы культурой идентичности жителей крупных городов как условия разрешения жизненных трудностей, проводимый на материалах отечественной и зарубежной научной литературе позволило заключить следующее. Культурная идентичность представляется в своей основе на личностном уровне формирование осознанной структуры, которая характеризуется определенной культурной общностью с принятием ценностно-смысловой сферы, отличающей ее от другой культуры. В данную структуру также входят нормы и стандарты поведенческой деятельности.

Любому человеку, а уж тем более проживающему в крупном городе, свойственно переживание как стрессовых ситуаций, так и трудных жизненных. В большей мере трудная жизненная ситуация может быть охарактеризована как пространственно-временной конструкт, искажающий или нарушающий нормальный уклад жизни, приносящий личностный дискомфорт, и требующий приложения усилий личности для оптимизации своей жизненной действительности посредством потенциала личности или личностных ресурсов. Такие ресурсы могут разделяться на личностные (физические и психологические ресурсы, компетенции) и средовые (социальная поддержка, материальные ресурсы) средства, доступные личности для преодоления возникающих трудностей. Эффективность их употребления не гарантирована, более того, ряд средств может стать помехой, то есть антиресурсом, что несомненно требует от человека и подключения стратегий совладающего поведения.

Стратегии совладающего поведения являются реакциями личности на возникающие трудности, классификация которых затруднена. Они формируются под воздействием совокупности внешних и внутренних факторов.

Как показал анализ основных теоретических источников, культурная идентичность жителей крупных городов в процессе преодоления жизненных

трудностей связана с отнесением к определенному этносоциальному образованию на основе культурной, языковой, психологической близости. В современном мире культурная идентичность подвергается трансформации, но она не может исчезнуть из-за особенностей человеческой психики, в частности может выступать как ресурс, так и антиресурс в решении возникающих трудностей.

Эмпирическое исследование, проводимое на выборке жителей крупного города (г. Санкт-Петербург) (участвовало 64 человека), разделенные по половому признаку (мужчины и женщины) было направлено на выявление особенностей культурной идентичности жителей крупного города в ресурсности и преодолении жизненных трудностей.

В ходе исследования был подобран диагностический инструментарий, который был направлен на изучение когнитивного оценивания трудных жизненных ситуаций, стратегий преодоления стрессовых ситуаций, культурно-ценностных ориентаций личности. На втором этапе было проведено исследование особенностей культурной идентичности взрослых жителей крупного города как ресурса или антиресурса личности во взаимосвязи со стратегиями совладающего поведения.

На третьем этапе проанализированы результаты исследования, которые позволили выделить следующее:

1. Когнитивное оценивание трудных жизненных ситуаций как процесс построения образа ситуации в сознании человека проводится в большей мере по следующим критериям:

- значимости, беспокойства, повышенных затрат ресурсов в ситуации;
- степени подконтрольности, понятности, прогнозируемости ситуации, угрозы будущему;
- необходимости быстрого и активного реагирования, затруднений в принятии решения, сильных эмоций.

2. Рассматривая результаты изучения особенностей преодоления жизненных трудностей у взрослых жителей крупного города в выборках

мужчин и женщин, отметим, что более выражены у женщин: ассертивные действия, вступление в социальный контакт поиск социальной поддержки, у мужчин такие стратегии выделены в меньшей мере, более всего проявляется стратегия избегания.

3. Как видно из данных исследования культурно-ценностных ориентаций у взрослых жителей крупного города в большей мере у женщин определяется высокий показатель по традиционной культуре, а у мужчин динамически развивающаяся культура.

4. Культурная идентичность как структурное образование личности в ресурсности в большей мере присуща женщинам – жителям крупных городов (г. Санкт-Петербурга), о чем свидетельствует тенденция привязанности женщин к традиционным праздникам, положительного восприятия, в отличие от мужчин.

5. Как показал корреляционный анализ, наиболее выражены взаимосвязи компонентов культурной идентичности и стратегий совладающего поведения в группе мужчин – жителей крупного города (г. Санкт-Петербург), в частности были выявлены положительные и отрицательные корреляционные связи между типом когнитивной оценкой трудных жизненных ситуаций, стратегиями преодоления стрессовых ситуаций и культурно-ценностных ориентаций.

На основе полученных результатов были разработаны направления практических рекомендаций, которые направлены на формирование культурной идентичности как ресурса личности для преодоления жизненных трудностей.

Перспектива исследования представляется в изучении компонентов культурной идентичности в возрастном аспекте, в различных основах принадлежности к группе жителей крупного города, в сравнительном аспекте изучаемых показателей между жителями крупного города и сельского местожительства.

Цель исследования, заключающаяся в анализе влияния культурной

идентичности на взрослых жителей (35-50 лет) крупного города как ресурса личности в преодолении жизненных трудностей достигнута, задачи выполнены, подтверждена гипотеза исследования о том, существуют особенности культурной идентичности взрослых жителей крупного города, обусловленные ресурсностью личности в преодолении жизненных трудностей.

В дальнейшем перспективами исследования является работа по разработке изучения других аспектов культурной идентичности жителей крупных городов в сравнительном анализе, позволяющем выделить региональные показатели ресурса или антиресурса в преодолении жизненных трудностей, развитии стратегий совладающего поведения.

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Абульханова-Славская, К.А.* Стратегия жизни [Текст] / К.А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. *Акименко, А.К.* Взаимосвязь стратегий совладающего поведения и социально-психологических характеристик личности [Текст] / А.К. Акименко // Изв. Сарат. ун-та Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2016. – № 2. – С. 151–157.
3. *Анисимова, Н.Н.* Культурная, национальная и цивилизационная идентичность [Текст] / Н.Н. Анисимова // КАНТ. – 2019. – № 2 (31). – С. 163–167.
4. *Антонова, Н.В.* Самоопределение как механизм развития идентичности [Текст] / Н.В. Антонова, В.В. Белоусова // Педагогика и психология образования. – 2011. – № 2. – С. 79–92.
5. *Анцыферова, Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита [Текст] / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 1. – С. 3–18.
6. *Афанасьева, Ю.А.* Копинг-поведение личности: понятие и структура [Текст] / Ю.А. Афанасьева // Модернизация общества: проблемы и пути развития: сборник статей III Международной научно-практической конференции. - 2018. - С. 6-9.
7. *Бек, Дж.* Когнитивная терапия: полное руководство [Текст] / Б. Бек - М.: И.Д. Вильямс, 2017. - 400 с.
8. *Белан, Е.А.* Некоторые теоретические аспекты изучения трудных жизненных ситуаций [Текст] / Е.А. Белан // Личность в трудных жизненных ситуациях как актуальное научное направление копинг-исследований в России: мат. науч.-практ. конф. 12–13 ноября 2009 г. ; под ред. Л.И. Дементий. – Омск: Изд-во Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского, 2009. – С. 3–6.
9. *Бернс, Р.* Развитие Я-концепции и воспитание [Текст] / Р. Бернс. –

ПИСЬМ-ВКР-САМИ.РФ

М. : Прогресс, 1986. – 422 с.

10. *Бостанова Л.Ш., Бостанова С.Н.* Теоретический анализ проблемы посттравматического расстройства личности [Текст] /Л.Ш.Бостанова, С.Н. Бостанова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 10 (164). – С. 363- 369.

11. *Брайт, Д.* Джонс Ф. Стресс. Теории, исследования, мифы [Текст] / Д. Брайт, Ф. Джонс. – СПб. : Прайм-еврознак, 2003. – 352 с.

12. *Бурлачук, Л.Ф.* Психология жизненных ситуаций [Текст] / Л.Ф. Бурлачук, Е.Ю. Коржова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1998. – 263 с.

13. *Василюк, Ф.Е.* Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) [Текст] / Ф.Е. Василюк. – М. : Изд-во Московского университета, 1984. – 200 с.

14. *Выготский, Л.С.* Психология развития человека [Текст] / Л.С. Выготский – М. : Эксмо, 2006. – 1136 с.

15. *Дементий, Л.И.* История копинг-исследований в Омской психологической научной школе [Текст] / Л.И. Дементий // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2018. - №4. – С. 4-11.

16. *Ермаков, С.А.* Жизненные ценности и смыслы возрастной периодизации человека [Текст] / С.А. Ермаков, О.П. Кашина // Вестник Омского государственного педагогического университета. Гуманитарные исследования. - 2018. - №3 (20). – С. 19-23.

17. *Затиная, Ю.Е.* Понятие копинг-стратегий и совладающего поведения [Текст] / Ю.Е. Затиная // Академическая публицистика. - 2020. - № 3. - С. 246-248.

18. *Ильченко-Бечко, А.А.* Значение совладания как адаптивной возможности к негативным жизненным событиям [Текст] / А.А. Ильченко-Бечко // Психология человека и общества. - 2020. - № 12 (29). - С. 16-21.

19. *Казакова, И.В.* Регуляция внутренней активности как фактор совладания с трудными жизненными ситуациями [Текст] / И.В. Казакова //

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Психопедагогика в правоохранительных органах. - 2021. - №1(84). – С. 48-52.

20. *Казанцев, А.А.* Понятие «копинг-стратегии» и особенности ее реализации [Текст]/ А.А. Казанцев, О.Ю. Зотова // Студенческий вестник. - 2020. - № 2-1 (100). - С. 50-54.

21. *Калугин, А.Ю.* Типы индивидуальности и стратегии совладающего поведения [Текст]/ А.Ю. Калугин // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен. – М., 2020. - С. 1080-1086.

22. *Ким, Э. Сун* Факторы совладающего поведения [Текст] / Ким Э Сун // Международный журнал прикладных наук и технологий «Integral». - 2019. - №3. – С. 1-7.

23. *Кириченко, Л.Г.* Культурная идентичность как главная модальность [Текст] / Л.Г. Кириченко // Педагогика и психология: теория и практика. – 2019. – №. 1. – С. 41–49.

24. *Киселева, А.А.* Особенности совладающего поведения [Текст] / А.А. Киселева, М.Ю. Кузьмин, В.В. Козлов // Интеграл образования. - 2020. - Т. 24. № 4 (101). - С. 641-655.

25. *Колодяжная, О.Ю.* Основные подходы к исследованию психического развития человека среднего возраста в психологической науке [Текст] / О.Ю. Колодяжная // актуальные направления научных исследований: от теории к практике. – 2015. – № 4(6). – С. 129-132.

26. *Кон, И.С.* Междисциплинарные исследования. Социология. Психология. Сексология. Антропология [Текст] / И.С. Кон. – Ростов н/Д. : Феникс, 2006. – 608 с.

27. *Кузьмин, М.Ю.* Развитие стратегий совладающего поведения: основные подходы [Текст] / М.Ю. Кузьмин, Л.В. Сутурина // ActaBiomedicaScientifica (EastSiberianBiomedicalJournal). - 2020. - Т. 5. № 6. - С. 188-193.

28. *Кули, Ч.* Человеческая природа и социальный порядок [Текст] / Ч. Кули. – М. : Идея, 2000. – 309 с.

ПИЩЕМ-ВКР-САМИ.РФ

29. *Кутковая, Е.С.* Сравнительный анализ дискурсивного и нарративного подходов к исследованию идентичности [Текст] : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Е.С. Кутковая. – М., 2016. – 35 с.

30. *Куцев, П.М.* Развитие совладающего поведения: диагностические и тренинговые технологии [Текст]/ П.М. Куцев // Время науки: сборник научных трудов II Международной научно-практической конференции. - 2020. - С. 310-315.

31. *Куцев, П.М.* Тренинг развития стратегий совладающего поведения [Текст]/ П.М. Куцев // Современные технологии в мировом научном пространстве: сборник статей Международной научно-практической конференции. - 2019. - С. 157-160.

32. *Лазарус, Р.* Психологический стресс и копинг-процессы [Текст]/ Р. Лазарус. – М.: Медицина, 1966. – 466 с.

33. *Лапкина, Е.В.* Об организованности и возрастной изменчивости защитно-совладающего поведения личности [Текст]/ Е.В. Лапкина // Казанский педагогический журнал. - 2020. - №5 (142). – С. 217-213.

34. *Леганькова, О.В.* Ретроспективный анализ стратегий преодоления в процессе переживания личностью кризисного события [Текст] / О.В. Леганькова, М.Ф. Бакунович, Н.Г. Новак // Научные труды республиканского института высшей школы. – 2017. - №17-3. – С. 205-212.

35. *Леонтьев, Д.А.* О некоторых аспектах проблемы «культура и личность» [Текст] / Д.А. Леонтьев // Культурно-историческая психология. – 2013. – № 1. – С. 22–32.

36. *Леонтьев, Д.А.* Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал [Текст] / Д.А. Леонтьев // Сибирский психологический журнал. – 2016. – № 62. – С. 18–37.

37. *Либина, А.В.* Психология совладания [Текст]/ Рец. Н.А. Аминов, А.В. Либин. – М.: Юрайт, 2020. – 318 с.

38. *Либина, Е.В.* Индивидуальные различия в стратегиях разрешения человеком сложных жизненных ситуаций [Текст] : дис. ... канд. психол. наук

/ Е.В. Либина. – М., 2003. – 129 с.

39. *Магнуссон, Д.* Ситуационный анализ: Эмпирические исследования соотношений выходов и ситуаций [Текст] / Д. Магнуссон // Психологический журнал. – 1983. – № 2. – С. 29–54.

40. *Маслоу, А.* Дальние пределы человеческой психики [Текст] / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2017. - 448 с.

41. *Матузкова, Е.П.* Культурная идентичность: к определению понятия [Текст] / Е.П. Матузкова // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. – 2014. – № 2. – С. 62–68.

42. *Маховер, К.Э.* Совладающее поведение как система защиты личности [Текст] / К.Э. Маховер, Н.А. Кирилова // Взаимодействие теоретико-экспериментальной и практической психологии в системе современного образования. Материалы всероссийской научно-практической конференции. - 2019. - С. 148-157.

43. *Мид, Дж.* Избранное [Текст] / Дж. Мид. – М.: РАН ИНИОН, 2009. - 290 с.

44. *Муздыбаев, К.* Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ [Текст] / К. Муздыбаев // Журнал Социологии и социальной антропологии. – 1998. – Т. 1. – № 2. – С. 100–111.

45. *Нардонэ, Дж.* Страх, паника, фобия: Краткосрочная терапия [Текст] / Дж.Нардонэ - М.: Психотерапия, 2008. - 352 с.

46. *Нартова-Бочавер, С.К.* «Coping behavior» в системе понятий психологии личности [Текст] / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. – Т. 18. – № 5. – С. 20–30.

47. *Ничипоренко, Н.П.* Исследование механизмов адаптации личности в трудной жизненной ситуации [Текст] / Н.П. Ничипоренко // Девиантность vs экстремизм: исследования, закономерности, рекомендации. Коллективная монография. - Казань, 2020. - С. 43-72.

48. *Потанин, С.П.* Отражение трудных жизненных ситуаций в жизненных мирах личности [Текст] / С.П. Потанин // Личность в трудных

жизненных ситуациях: ресурсы и преодоление: мат. межд. науч.-практ. конф. 4—5 октября 2018 г. ; отв. ред. А.Ю. Маленова, гл. ред. Л.И. Дементий. – Омск: Изд-во Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского, 2018. – С. 55–59.

49. *Рубинштейн, С.Л.* Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2018. – 714 с.

50. *Селье, Г.* Стресс без дистресса [Текст] / Г. Селье. – М. : Прогресс, 1979. – 128 с.

51. *Столин, В.В.* Самосознание личности [Текст] / В.В. Столин. – М. : Издательство Московского Университета, 1983. – 284 с.

52. *Тараторин, Е.В.* Культурная идентичность как важный ценностно-смысловой компонент самосознания народа в условиях глобализации [Текст] / Е.В. Тараторин // Культура в евразийском пространстве: традиции и новации. – 2020. – № 1 (4). – С. 24–27.

53. *Теплякова, И.В.* Основные теоретические подходы к изучению феномена совладания [Текст] / И.В. Теплякова // Ресурсы и антиресурсы личности в современных копинг-исследованиях: мат. науч.-практ. конф. 8–9 ноября 2012 г. ; под ред. Л.И. Дементий. – Омск : Изд-во Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского, 2012. – С. 48–54.

54. *Фромм, Э.* Человек для самого себя [Текст] / Э. Фромм. – М. : АСТ, 2008. – 349 с.

55. *Хазова, С.А.* Ресурсы субъектности: к вопросу об определении понятия [Текст] / С.А. Хазова // Ресурсы и антиресурсы личности в современных копинг-исследованиях: мат. науч.-практ. конф. 8–9 ноября 2012 г. ; под ред. Л.И. Дементий. – Омск : Изд-во Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского, 2012. – С. 58–63.

56. *Хантингтон, С.* Кто мы? Вызовы американской национальной идентичности [Текст] / С. Хантингтон. – М. : АСТ, 2008. – 635 с.

57. *Шипова, Н.С.* Понятие ресурса в психологии: определение и ассоциативные связи [Текст] / Н.С. Шипова, У.Ю. Севастьянова // Вестник

Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2020. – № 4. – С. 105–110.

58. Шнейдер, Л.Б. Психология идентичности [Текст] / Л.Б. Шнейдер. – М. : Юрайт, 2019. – 328 с.

59. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис [Текст] / Э. Эриксон. – М. : Флинта, 2006. – 342 с.

60. Aldwin, C.M. Stress, Coping, and Development: An Integrative Approach [Text] / C.M. Aldwin. – New York : Guilford, 2012. – 432 p.

61. Lazarus, R.S. Stress, Appraisal, and Coping [Text] / R.S. Lazarus, S. Folkman. – New York : Springer, 1984. – 445 p.

62. Moskvitina, O. A. Representations of young people aged 15-17 about their cultural orientations and the cultural orientations of their immediate social environment. [Text] /In M. Klicperova-Baker & W. Friedlmeier (Eds.), Xenophobia vs. Patriotism: Where is my Home? Proceedings from the 25th Congress of the International Association for Cross Cultural Psychology, 2022.

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

1. Вы знаете, традиционные праздники?
2. Жизнь в городе удовлетворяет всем Вашим жизненным потребностям и запросам?
3. Происходят ли в городе много интересных для Вас событий?
4. Вам приятно, когда жители других городов и его гости оценивают наш город как интересный, видят его традиционные особенности?
5. Принимаете ли Вы участие в традиционных праздниках?
6. Удовлетворены ли Вы качеством проведения этих мероприятий?
7. Участие в традиционных праздниках вдохновляет, придает сил?
8. Участвуете ли Вы в каждом традиционной или сезонном празднике?
9. Вызывает ли у Вас традиционные праздники воодушевление?
10. Вызывает ли у Вас традиционные праздники раздражение или негодование?
11. Хотели бы Вы принимать больше участия в традиционных праздниках?

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Приложение 2

Результаты по методике «Когнитивное оценивание трудных жизненных ситуаций» в группе 1

	Общие признаки трудных жизненных ситуаций	Неподконтрольность ситуации	Непонятность ситуации	Необходимость быстрого, активного реагирования	Затруднения в принятии решения	Трудности прогнозирования ситуации
1.	5	4	4	2	4	2
2.	5	4	4	2	4	4
3.	4	4	5	3	5	2
4.	5	4	5	2	5	3
5.	4	4	5	2	4	2
6.	5	5	5	5	4	2
7.	4	5	5	2	4	2
8.	5	5	4	2	5	2
9.	5	5	4	2	4	2
10.	5	5	4	2	4	2
11.	5	5	4	2	5	2
12.	5	4	4	2	5	2
13.	5	4	4	2	4	4
14.	4	4	4	2	4	3
15.	5	4	4	3	4	2
16.	4	4	5	2	4	2
17.	5	4	4	2	4	3
18.	4	4	4	5	4	2
19.	5	4	4	3	5	3
20.	5	4	5	2	4	2
21.	5	5	5	2	4	2
22.	5	4	4	4	4	3
23.	5	4	4	2	4	2
24.	5	4	4	2	5	2
25.	4	4	4	2	4	3
26.	5	4	4	2	4	2
27.	5	5	5	2	5	2
28.	4	5	4	3	4	3
29.	5	4	4	2	5	5
30.	5	4	5	5	4	2
31.	5	5	4	4	4	3
32.	5	4	4	2	5	2

ПИСЬМ-ВКР-САМИ.РФ

33 .	5	4	4	2	4	2
34 .	5	4	5	5	4	2
35 .	5	4	4	2	4	4
36 .	5	4	4	2	4	2

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Результаты по методике «Когнитивное оценивание трудных жизненных ситуаций» в группе 2

	Общие признаки трудных жизненных ситуаций	Неподконтрольность ситуации	Непонятность ситуации	Необходимость быстрого, активного реагирования	Затруднения в принятии решения	Трудности прогнозирования ситуации
1.	5	3	4	2	3	2
2.	5	4	3	2	5	4
3.	4	3	4	3	3	2
4.	5	4	4	2	3	3
5.	5	5	3	2	2	2
6.	3	5	4	4	2	2
7.	5	5	4	2	5	2
8.	5	5	5	2	2	2
9.	5	3	5	2	5	3
10.	4	3	3	2	3	2
11.	5	3	4	2	3	3
12.	5	4	4	2	3	2
13.	5	4	4	2	3	4
14.	5	3	4	2	3	3
15.	5	4	3	3	4	2
16.	5	4	4	2	3	2
17.	5	3	4	2	3	3
18.	4	3	4	2	3	2
19.	5	3	4	3	4	3
20.	5	3	4	2	3	2
21.	5	5	4	2	2	2
22.	5	4	5	4	2	3
23.	5	4	4	2	2	2
24.	4	4	4	2	3	2
25.	4	4	3	2	3	3
26.	5	3	5	2	3	2
27.	4	3	4	2	4	2
28.	4	5	4	3	3	3

ПИСЕМ-ВКР-САМИ.РФ

Приложение 3

**Результаты по методике «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций
СПСС» (SACS) (С. Хобфолл) в группе 1**

	Ассертивные действия	Вступление в социальный контакт	Поиск социальной поддержки	Осторожные действия	Импульсивные действия	Избегание	Манипулятивные (непрямые) действия	Асоциальные действия	Агрессивные действия
1.	25	25	22	8	12	10	17	11	17
2.	25	25	24	14	16	7	22	10	13
3.	25	25	24	9	29	9	19	7	15
4.	25	25	29	16	19	11	18	12	17
5.	19	25	20	11	22	11	19	10	18
6.	23	26	22	12	18	11	19	8	15
7.	18	25	27	19	28	13	16	6	18
8.	24	26	30	19	27	16	24	12	16
9.	25	26	18	17	20	10	15	8	17
10.	25	25	19	20	18	15	20	6	12
11.	25	24	24	8	20	11	21	6	18
12.	23	25	22	19	18	14	19	13	15
13.	23	26	20	7	24	12	23	14	18
14.	25	26	29	10	27	17	21	13	15
15.	22	24	30	11	20	14	17	8	12
16.	25	24	24	12	28	16	22	6	13
17.	25	25	19	15	25	11	19	14	15
18.	25	24	30	12	18	11	19	8	15
19.	23	25	24	12	15	11	10	8	15
20.	18	25	25	8	23	11	20	12	17
21.	25	25	23	12	21	11	10	8	18
22.	25	25	24	12	21	11	23	6	17
23.	25	26	24	6	20	11	15	7	14
24.	25	25	24	12	16	11	20	9	13
25.	25	25	24	12	21	11	19	8	13
26.	25	24	19	9	27	9	23	15	14
27.	25	25	27	13	25	6	15	10	14
28.	19	25	30	8	22	12	21	6	15
29.	21	24	21	13	29	7	22	8	14
30.	19	25	23	8	25	11	24	7	14
31.	25	24	28	15	21	13	25	14	12
32.	25	26	23	10	17	12	20	13	12
33.	22	26	23	13	25	13	19	9	13
34.	18	25	25	20	24	17	21	10	14

3 5.	25	25	20	7	7	6	21	9	17
3 6.	25	24	24	12	21	11	19	7	12

ПИШЕМ-ВКР-САМИ.РФ

**Результаты по методике «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций
СПСС» (SACS) (С. Хобфолл) в группе 2**

	Ассертивные действия	Вступление в социальный контакт	Поиск социальной поддержки	Осторожные действия	Импульсивные действия	Избегание	Манипулятивные (непрямые) действия	Асоциальные действия	Агрессивные действия
1.	17	17	17	17	17	27	11	6	17
2.	13	13	13	13	13	26	13	6	26
3.	18	18	18	18	18	21	18	6	21
4.	14	14	14	14	14	25	14	6	25
5.	13	13	13	13	13	25	13	8	25
6.	17	17	17	17	17	21	17	8	11
7.	17	17	17	17	17	19	17	6	19
8.	18	28	18	28	18	20	18	6	10
9.	14	14	14	14	14	27	14	8	27
10.	18	28	18	28	18	24	18	7	24
11.	14	24	14	24	14	29	14	6	29
12.	22	12	12	12	12	21	12	7	21
13.	18	18	18	18	18	22	18	13	22
14.	18	18	18	18	18	28	11	8	28
15.	13	13	13	13	13	26	13	6	16
16.	15	15	15	15	15	25	15	13	25
17.	24	14	14	14	14	24	14	6	24
18.	22	12	12	12	12	17	12	6	17
19.	27	17	17	17	17	30	17	6	30
20.	16	16	16	16	16	27	10	8	17
21.	27	17	17	17	17	24	17	6	24
22.	12	12	12	12	12	29	12	6	19
23.	17	17	17	17	17	23	17	8	23
24.	14	14	14	14	14	25	14	6	25
25.	13	13	13	13	13	21	13	11	21
26.	22	12	12	12	12	30	12	9	10
27.	15	15	15	15	15	22	15	6	22
28.	12	12	12	12	12	18	12	8	18

Приложение 4

Результаты по методике теста культурно-ценностных ориентаций Дж. Таусенда в адаптации Л.Г. Почебут в группе 1

	Традиционная культура	Современная культура	Динамически развивающаяся культура
1.	4	2	1
2.	4	2	3
3.	4	2	3
4.	4	2	3
5.	3	1	3
6.	4	5	5
7.	5	3	2
8.	5	5	4
9.	2	3	1
10.	5	2	2
11.	4	2	2
12.	3	3	2
13.	3	2	2
14.	5	2	3
15.	5	1	3
16.	1	1	1
17.	5	2	1
18.	2	2	3
19.	5	5	3
20.	5	4	2
21.	1	1	2
22.	4	2	1
23.	5	1	2
24.	3	2	1
25.	1	2	1
26.	1	2	1
27.	5	2	3
28.	4	4	5
29.	5	4	4
30.	4	5	4
31.	4	2	1
32.	4	1	3
33.	5	3	1
34.	4	2	2
35.	3	1	2
36.	4	2	1

ПИЩЕМ-ВКР-САМИ.РФ

**Результаты по методике теста культурно-ценностных ориентаций Дж.
Таусенда в адаптации Л.Г. Почебут в группе 2**

	Традиционная культура	Современная культура	Динамически развивающаяся культура
1.	3	2	4
2.	1	4	4
3.	2	4	5
4.	1	3	4
5.	1	2	3
6.	2	1	4
7.	2	3	1
8.	3	1	1
9.	2	1	5
10.	2	2	4
11.	5	5	4
12.	1	1	2
13.	3	4	5
14.	3	1	3
15.	1	2	3
16.	3	2	2
17.	4	5	5
18.	2	1	5
19.	2	1	4
20.	3	2	2
21.	3	3	4
22.	2	2	3
23.	2	3	2
24.	3	6	5
25.	1	5	4
26.	1	2	3
27.	5	4	5
28.	1	6	5

ПИЩЕМ-ВКР-САМИ.РФ