

ПСИХОКОРЕКЦІЯ ДЕСТРУКТИВНИХ КОПІНГІВ-ПОВЕДІНКИ ТВОРЧИХ ОСОБИСТОСТЕЙ ЗАСОБАМИ ПСИХОДРАМИ

Виконала студентка I курсу групи ПВШ
напряму підготовки:
053 «Психологія»
Усата Олеся Віталіївна
Науковий керівник: Яцюк М.В.

▶ **ОБ'ЄКТ ДОСЛІДЖЕННЯ:**

деструктивні копінги-поведінки особистості.

▶ **ПРЕДМЕТ ДОСЛІДЖЕННЯ:**

особливості проявів копінг-поведінки у творчих особистостей.

-
- **Мета дослідження:** знайти, експериментально вивчити та скорегувати найбільш поширені деструктивні копінги-поведінки.
 - **Гіпотеза дослідження:** в основу дослідження закладено припущення про те, що копінг-стратегії творчих особистостей можуть бути більш деструктивними, ніж особистостей інших галузей.
-

ЗАВДАННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

1. На основі теоритично-методологічного аналізу визначити поняття деструктивна копінг-поведінка, її виміри та підходи до вивчення.
2. Емпірично визначити способи подолання стресу у творчих особистостей, відокремити деструктивні та проаналізувати отримані результати.
3. Розробити та експериментально апробувати програму використовуючи психодраматичні техніки групової рефлексії для корегування стратегій подолання стресу.

МЕТОДИ

- Теоритичні: аналіз, синтез, порівняння.
- Емпіричні: спостереження, бесіда, анкетування, тестування, психодіагностичні методики.
- Методи математичної статистики: описова статистика, кореляційний аналіз.

МЕТОДИКИ

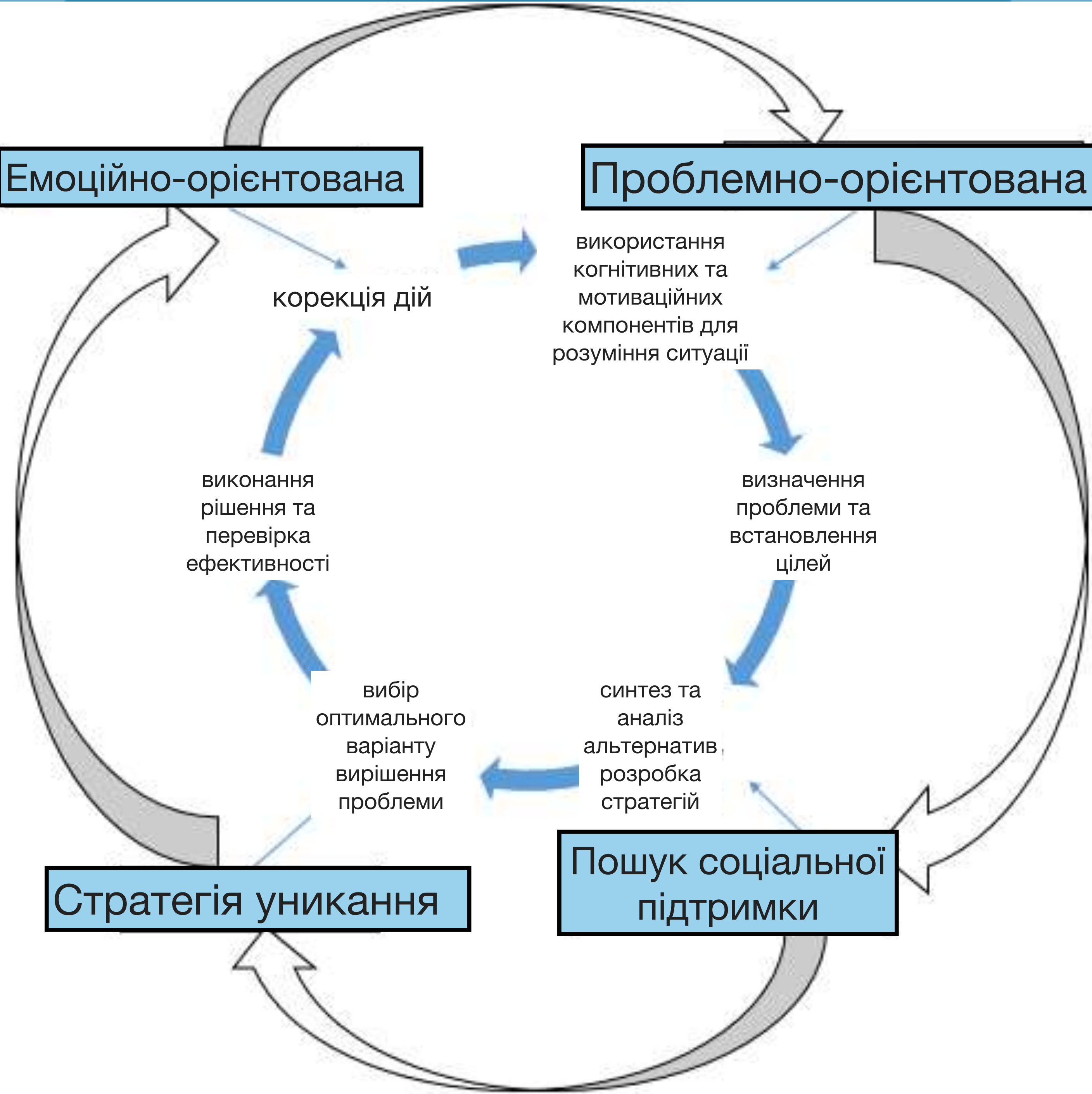
- Методика «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях CISS» (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер, адаптований варіант Т. Крюкової)
- Методика "Індекс життєвого стилю" (Life Style Index, LSI) [Р. Плутчик, Х. Келлерман]
- Методика WCQ «Ways of Coping Questionnaire» («Способи опанувальної поведінки») Р. Лазаруса, С.Фолкмана (в адаптації Т. Крюкової, О. Куфтяк, М. Замишляєвої)
- Авторська анкета

Емоційно-орієнтована

Проблемно-орієнтована

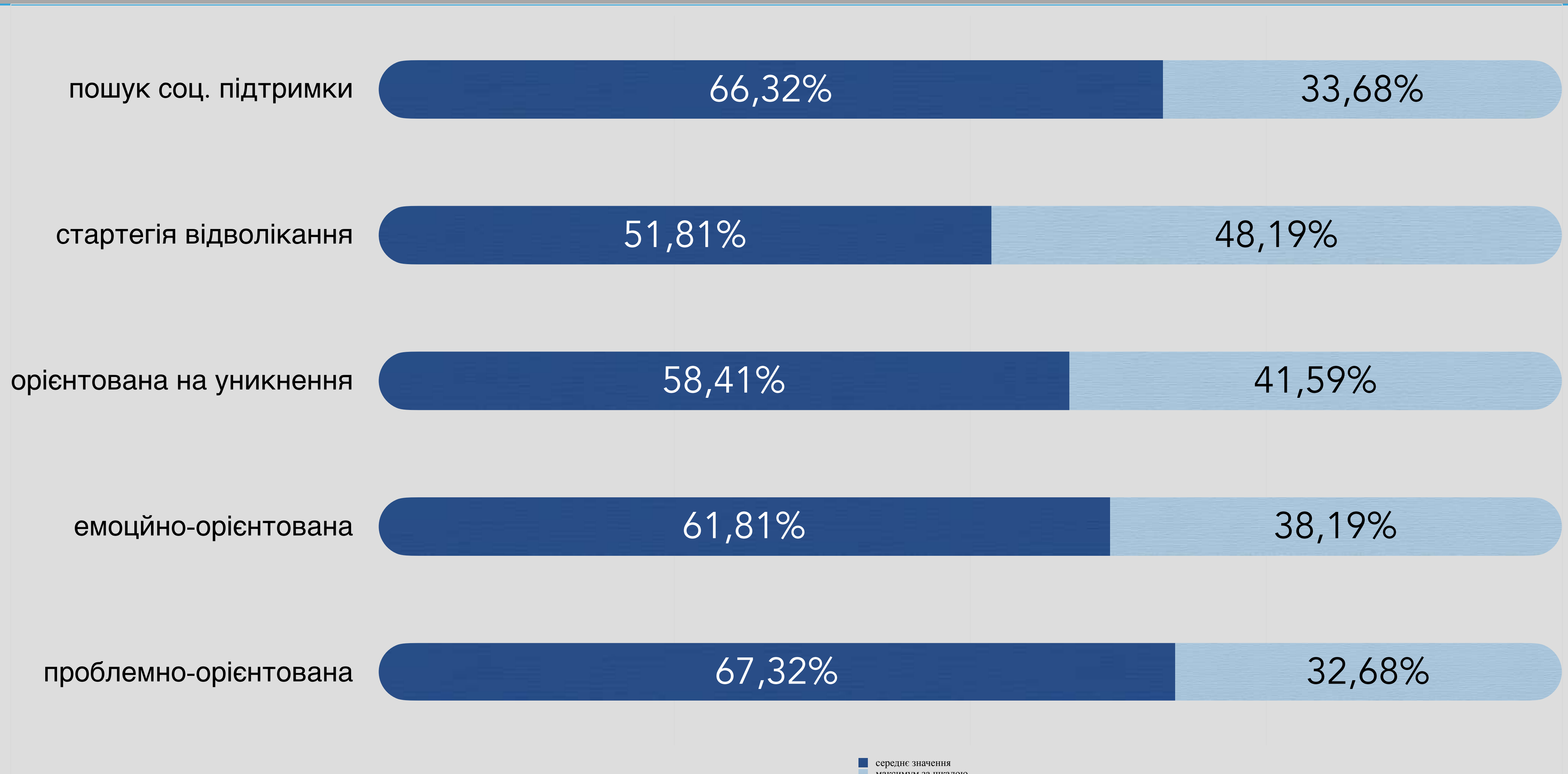
Стратегія уникання

Пошук соціальної підтримки



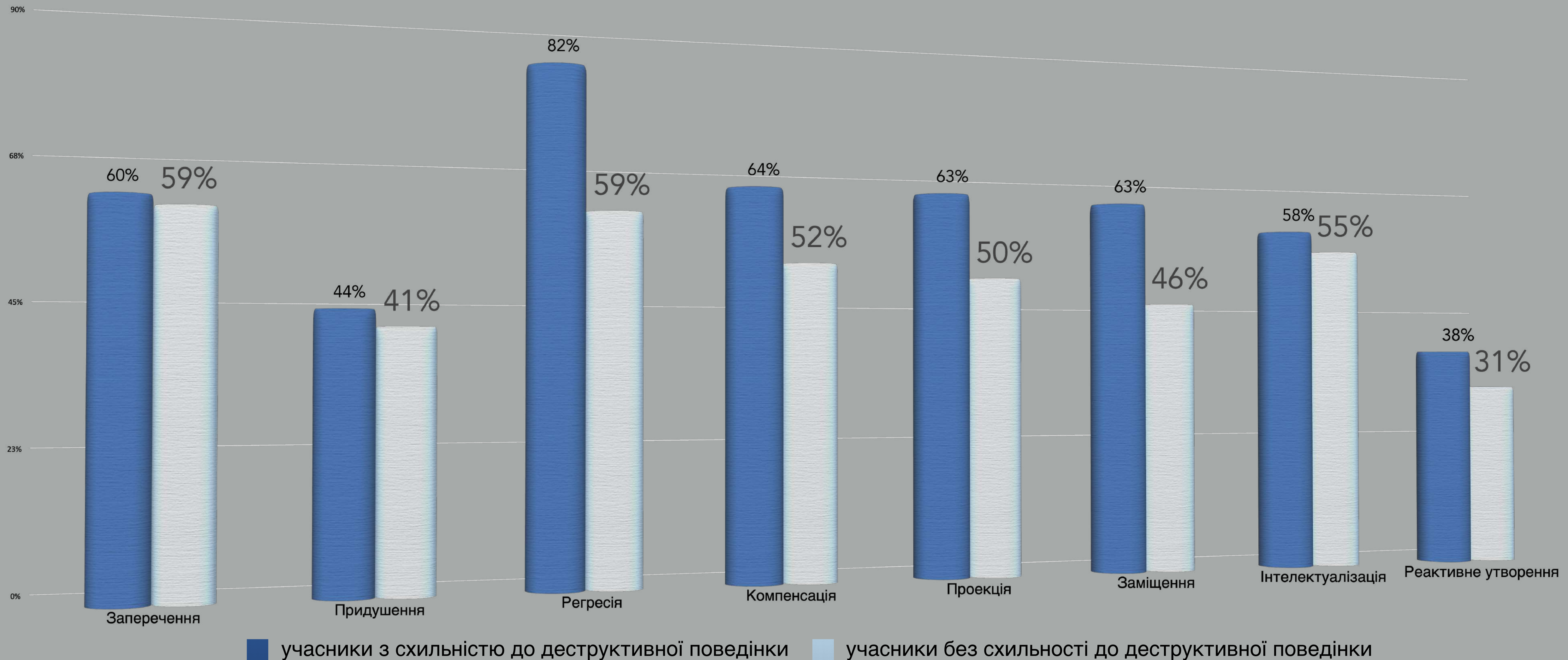
Результати визначення домінуючих копінг-стратегії за
Методикою «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях CISS»

(С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер) (N=69)

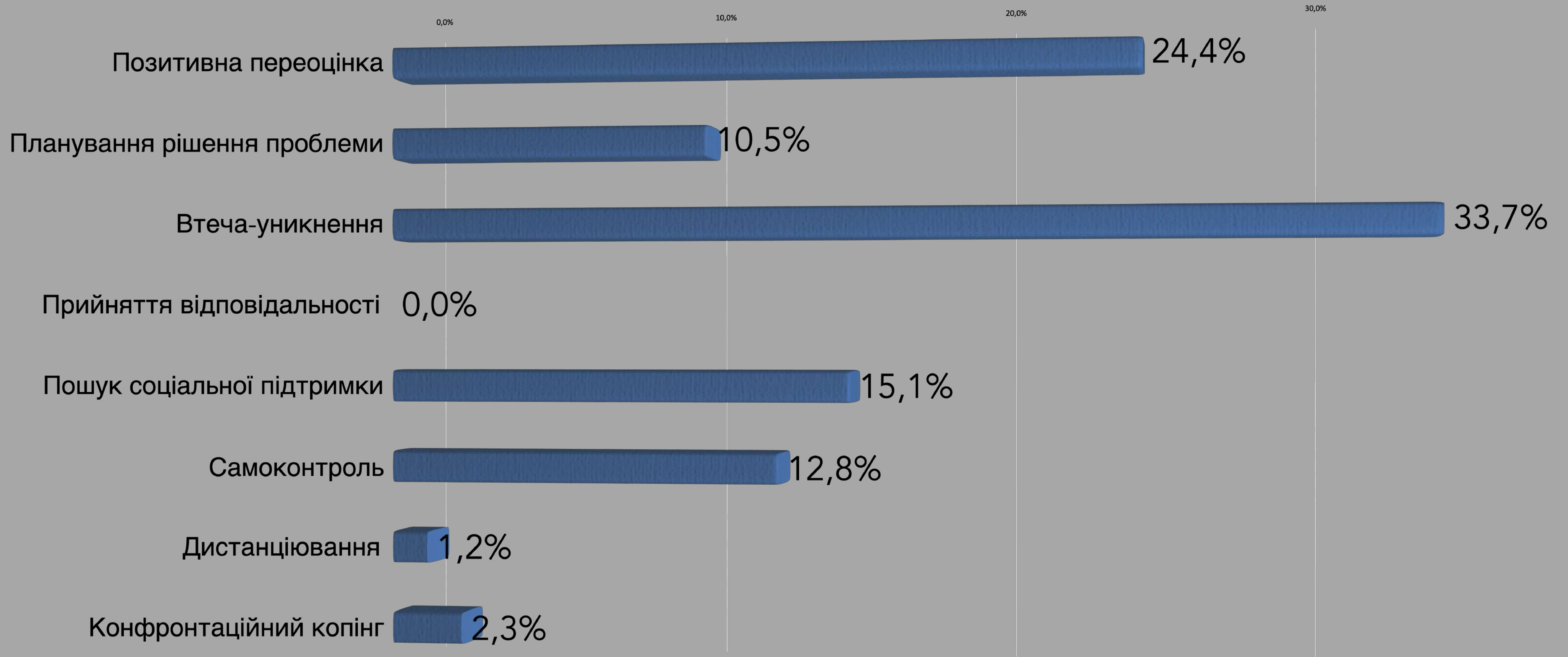


Результати визначення показників напруженості для шкал за методикою

«Індекс життєвого стилю» (N=69)



Результати вибору домінуючої копінг-стратегії за методикою
«Способи опанувальної поведінки» Р. Лазаруса, С. Фолкман (N=69)



Програма психологічної корекції

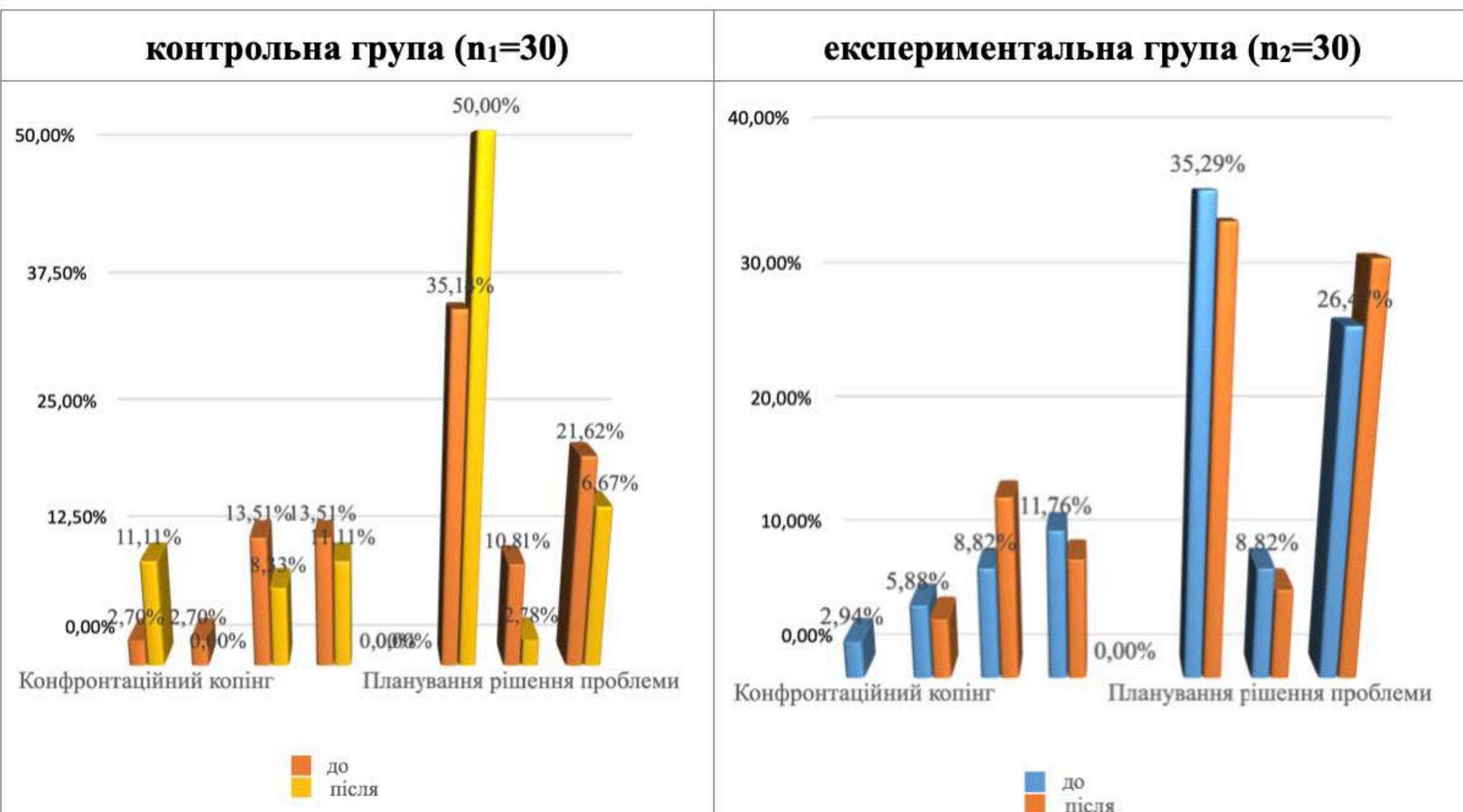
«Психодрама як спосіб формування конструктивних копінг-стратегій».

Основні цілі програми:

- 1) Зниження рівня психологічного та фізіологічного напруження.
- 2) Викладання методів подолання емоційного стресу.
- 3) Навчання ефективним стратегіям роботи з деструктивними думками.
- 4) Підвищення рівня усвідомленості власних почуттів.

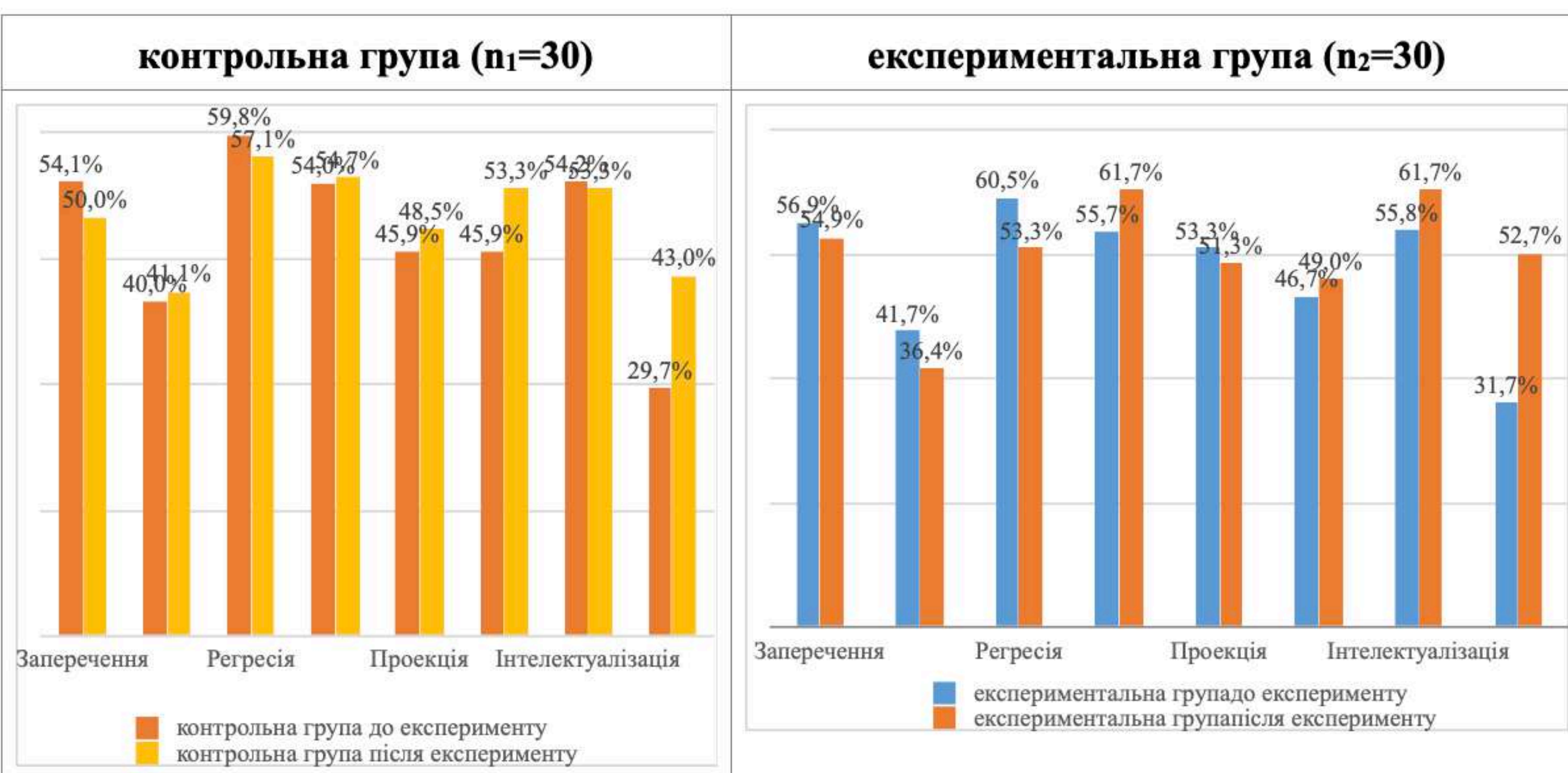
Порівняльні результати зміни домінуючої копінг-стратегією за методикою методикою

«Способи опанувальної поведінки»



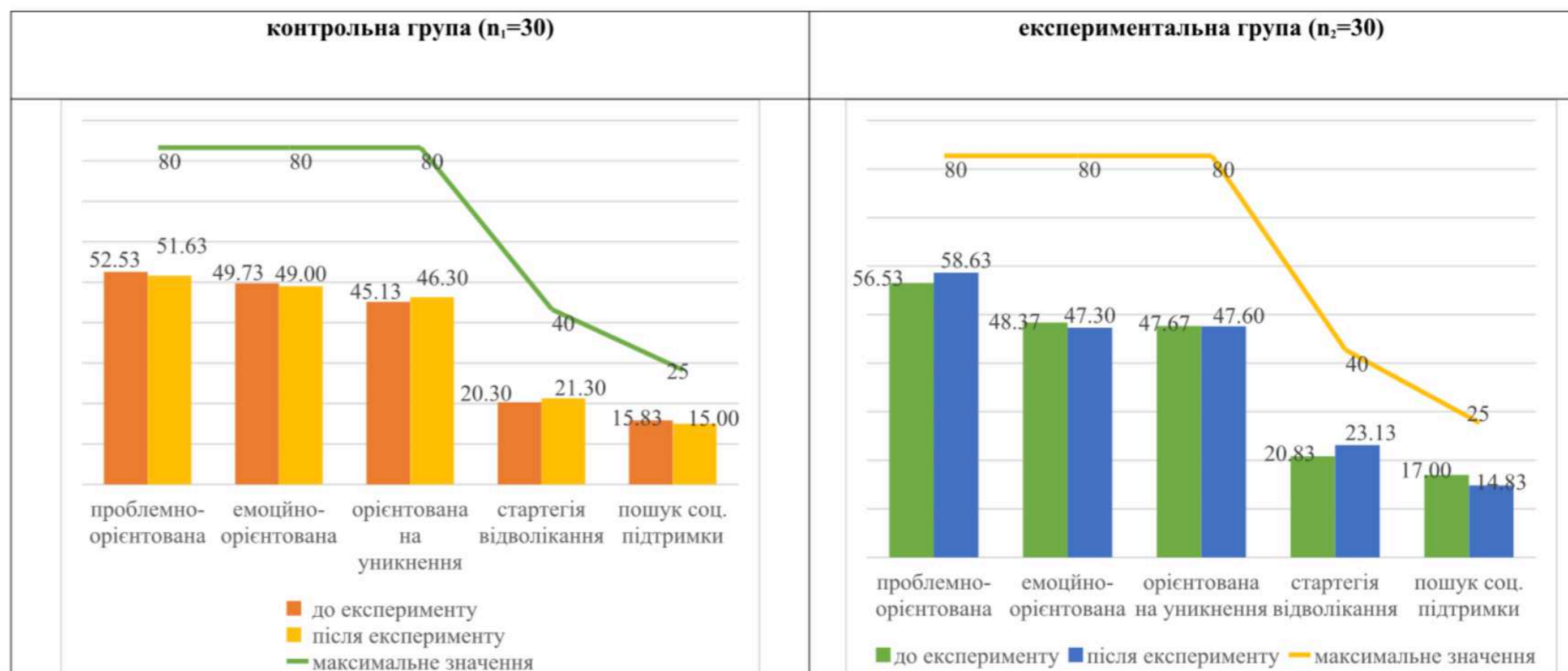
Порівняльні результати зміни показників психологічних захистів за методикою Індекс

ЖИТТЄВОГО СТИЛЮ



Порівняльні результати домінуючих копінг-стратегії

за Методикою «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях CISS» (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер)



ВИСНОВКИ

- ВІДЗНАЧЕНО, ЩО КОПІНГ-ПОВЕДІНКА Є СВІДОМИМ ВИКОРИСТАННЯМ СТРАТЕГІЙ ДЛЯ РОЗВ'ЯЗАННЯ ПРОБЛЕМ, А ШИРОКИЙ СПЕКТР ЦИХ СТРАТЕГІЙ Є ОЗНАКОЮ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я.
- ДОСЛІДЖЕНО ПРИЧИНИ ДЕСТРУКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ТВОРЧИХ ОСОБИСТОСТЕЙ, ЯКІ ВКЛЮЧАЮТЬ СКЛАДНІ СИТУАЦІЇ, ПОРУШЕННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТА ПСИХОТРАВМУ.
- РОЗРОБЛЕНА ПСИХОКОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА З ВИКОРИСТАННЯМ ПСИХОДРАМИ, СПРЯМОВАНА НА ЗМЕНШЕННЯ СТРЕСУ ТА ФОРМУВАННЯ КОНСТРУКТИВНИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У МИТЦІВ.
- ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАЛИШАЄ ВІДКРИТИМИ ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ВІЙНИ НА КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ТА ТВОРЧІСТЬ МИТЦІВ.