

Прародительская семья как ресурс копинг-поведения

Сизова Мария Александровна

студентка

Костромской государственной университет им. Н. А. Некрасова, Кострома, Россия

E-mail: demosfen-k@rambler.ru

Настоящее время – время колоссальных психологических и эмоциональных нагрузок: постоянно нарастающий ритм жизни, экологические проблемы, ведущие к массовому ухудшению здоровья, рост городов, безработица, страх потерять то, что ты имеешь. Мир меняется, причем быстрее, чем человек может приспособиться к этим изменениям. Чтобы выжить, чтобы сохранить «благополучие», которое и так каждый миг находится под угрозой, он использует все имеющиеся у него ресурсы: образование, деньги, личностные качества (оптимизм, умение объективно мыслить, сохранять спокойствие в сложных жизненных ситуациях). Однако нагрузки на человека возрастают день ото дня, и становится необходимым поиск альтернативных ресурсов совладания с трудностями, ресурсов копинг-поведения. В настоящее время связи между поколениями разорваны. Причиной чего послужило множество событий, произошедших в нашей стране на протяжении 20 века: революции, мировые и гражданские войны, тоталитарный государственный строй, репрессии. Все это привело к тому, что сейчас многие люди не знают не только своих далеких предков, но даже с трудом могут сказать, кем были их бабушки и дедушки. Человек приходит «из ниоткуда» и уходит «в никуда» - кто с уверенностью скажет о том, что его внуки будут помнить о нем? Чувство временности, бессмысленности своего существования снижает способность справляться со стрессами, с трудностями, которые сопровождают человека на каждом его шагу. Но при всей значимости данной проблемы прародительская семья как ресурс копинг-поведения на сегодняшний день практически не изучена.

Цель проведенного нами эмпирического исследования заключается в том, чтобы рассмотреть прародительскую семью как ресурс копинг-поведения, выявить особенности использования этого ресурса представителями различных возрастных групп, выяснить чем различаются копинг-стратегии у людей, использующих ресурс прародительской семьи, и не использующих его.

В исследовании нами использовались **методики**: опросник «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (Норман С. Эндлер, Джеймс Д.А. Паркер, адаптирован Т. Л. Крюковой, 2001) [1], «Опросник о способах копинга» (Р. Лазарус и С. Фолкман 1988, опросник адаптирован Т. Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой, 2004) [2], опросник «Копинг-поведение в супружестве» (Боуман М. Л., 1990, адаптация Куфтяк Е. В., 2006) [3]; авторская методика «Мое письмо о бабушке и дедушке»; методы статистики.

Экспериментальную базу исследования составили представители двух возрастных групп: студенты в возрасте 18-19 лет (23 человека) и лица в возрасте 35-45 лет (20 человек).

По результатам проведенного исследования было установлено, что в разных возрастных группах в качестве ресурса копинг поведения прародительская семья выступают в разных формах. В младшей возрастной группе – в форме непосредственной помощи прародителей. В старшей – обобщенного жизненного опыта прародителей.

Нами было выявлено, что респонденты используют ресурс прародительской семьи (прибегают к непосредственной помощи прародителей или используют их жизненный опыт) в следующих ситуациях: личностные проблемы, налаживание отношений с окружающими людьми. Помимо этого, представители младшей возрастной группы

назвали болезни близких и сдачу экзаменов. А представители старшей - трудности бытового характера и проблему выбора.

Проанализировав результаты методики «Мое письмо о бабушке и дедушке», проведенной в обеих возрастных группах, по ряду параметров (прибегают ли респонденты в трудной жизненной ситуации к использованию жизненного опыта прародителей или к их непосредственной помощи; осознают ли респонденты влияние, которое оказали на них прародители; каким было общение респондентов с прародителями; могут ли респонденты описать своих прародителей, назвать особенности их личностей), мы разделили всех респондентов на использующих ресурс прародительской семьи и не использующих его.

Полученные в результате эмпирического исследования результаты и их интерпретация приводят нас к выводу о том, что лица, использующие ресурс прародительской семьи (прибегающие к непосредственной помощи прародителей или использующие их жизненный опыт), в трудных жизненных ситуациях применяют продуктивные копинг-стратегии. В то время как лица, не использующие его, чаще проявляют несовладание. В частности:

1. Студенты, использующие ресурс прародительской семьи чаще, чем студенты, не использующие его, применяют проблемно-ориентированный копинг ($p = 0,034833$). Они, попадая в сложную жизненную ситуацию, составляют план действий и принимают конкретные меры, для ее разрешения. В то время как студенты, не использующие ресурс прародительской семьи, попадая в сложную жизненную ситуацию, выбирают копинг ориентированный на избегание ($p = 0,03135$);

2. Лица среднего возраста, не использующие ресурс прародительской семьи, в отличие от лиц среднего возраста, использующих его, проявляют большую склонность, к применению самоанализирующего самообвиняющего стиля в решении семейных проблем ($p = 0,045155$). При этом они, чаще обвиняют себя, испытывают больше проблем со здоровьем, испытывают беспокойство;

3. Лица, не использующие ресурс прародительской семьи, в сложных жизненных ситуациях чаще применяют избегание ($p = 0,033345$). Представители этой группы имеют более высокие показатели по шкале отвлечение ($p = 0,026473$). Лица, использующие ресурс прародительской семьи, попадая в трудную жизненную ситуацию, чаще применяют продуктивные копинг-стратегии, в частности, они: немедленно предпринимают меры, чтобы исправить ситуацию ($p = 0,007796$), делают то, что считают подходящим в данной ситуации ($p = 0,043050$).

Результаты данной работы не исчерпывают проблему прародительской семьи как ресурса копинг-поведения. Исследования по данной тематике продолжаются в настоящее время.

Литература

1. Крюкова Т. Л. О методологии исследования и адаптации опросника диагностики совладающего (coping) поведения // Психологическая диагностика. – 2005. – №2.
2. Крюкова Т. Л., Куфтяк Е. В., Замышляева М. С. Адаптация методик, изучение совладающего поведения Way of Coping Questionnaire (Опросник способов совладания Р. Лазаруса и С. Фолкмана) // Психология и практика. Сборник научных трудов. Выпуск 4 / Под ред. Крюковой Т. Л., Хазовой С. А. – Кострома: РЦОИ «ЭКСПЕРТ – ЕГЭ», 2005. – с. 171-190.
3. Педагогика и психология: общая и специальная. Сборник научных трудов. Выпуск 1 / Отв. ред. Е. В. Куфтяк. – Кострома: РЦОИ «ЭКСПЕРТ – ЕГЭ», 2005. – с. 91.