

**Совладание с одиночеством в семьях с особым графиком работы одного из супругов (вахтовый труд)**

***Репина Любовь Николаевна***

*Студент*

*Костромской государственной университет имени Н.А. Некрасова, Институт педагогики и психологии, Кострома, Россия*

*E-mail: repinalubow@yandex.ru*

Проанализировано переживание одиночества в семьях с особым графиком работы (вахтовый труд) и их стратегии совладающего поведения.

В современном индивидуализированном обществе довольно распространенным и актуальным становится ситуация, когда люди, живя в семье, чувствуют себя одиночками. Но что чрезвычайно важно, эта ситуация уже не вызывает удивления.

Наметившиеся в конце прошлого века серьезные изменения в сфере экономики и политики, продолжающиеся и поныне, привели к тому, что общество стало предъявлять человеку все новые и новые требования, ставить перед ним сложные социальные и экономические задачи. Для большинства семей XXI века финансы становятся основной составляющей их жизнедеятельности. Семьи ориентированы на зарабатывание денег, на удовлетворение своих социальных и экономических потребностей, предъявляемых обществом.

В последние годы возросла актуальность таких форм профессиональной деятельности как вахтовый метод. Сами специалисты, работающие вахтовым методом, находятся в ситуации рассогласования, десинхронизации собственного времени жизни с временем жизни значимых других, работающих, как правило, в обычном режиме. Однако, в отечественной психологии специфика пространственно-временной организации жизни специалистов, работающих вахтовым методом, остается практически не изученной. Вместе с тем, обозначенная проблема становится все более актуальной, так как за последние десятилетия произошло значительное увеличение объема работы таким методом, что связано с дальнейшим научно-техническим прогрессом, увеличением количества предприятий, требующих непрерывности производственного процесса, и повышением качества социального обслуживания населения [1]. Эта трудовая деятельность, безусловно, способствует появлению отчужденности, эмоциональной дистанции членов семьи, развитию чувства одиночества у членов семьи.

Одиночество в семье относят к разряду ситуативного одиночества, которое «является следствием крушения сложившейся модели социальных (семейных) связей человека. Данный вид мало изучен» (Крюкова, 2005, стр. 202) [2].

Под одиночеством мы понимаем дефицит в социальных и межличностных отношениях, которые субъект определяет как неудовлетворяющие его потребности. Другими словами, одиночество является результатом когнитивно-эмоциональной оценки человеком своих социальных связей, отношений (так называемой социальной сети), которые качественно неадекватны или количественно невелики.

Таким образом, цель нашего исследования заключалась в исследовании причин появления одиночества в семье.

В исследовании приняли участие мужчины и женщины (34 человека), состоящие в семейных отношениях друг с другом, а именно мужчины, работающие вахтовым методом, средний возраст 32 года (17 человек), и женщины, имеющие супругов, работающих вахтовым методом, средний возраст, 30 лет; (17 человек). Для диагностики мы использовали полу-структурированное интервью, разработанное автором, в сочетании со следующими методиками: модифицированная шкала измерения одиночества UCLA (Калифорнийского университета) Д. Рассела и Л.Э. Пепло [3], экспресс-опросник измерения копинг-стратегий Brief Coping Strategy Scale Ч. Карвера, Шкала субъективного благополучия (ШСБ) Perrudet-Badoux, Mendelsohn и Chiche (1988), адаптированная М.В. Соколовой (1993).

Анализируя и сравнивая показатели у мужчин и женщин, полученные в результате психодиагностического исследования, получилось, что в среднем у женщин показатели по уровню ощущения субъективного одиночества выше, чем у мужчин. Это объясняется более высокой эмоциональностью женщин, большей эмоциональной привязанностью к супругу.

Проведенное исследование и полученные результаты, показывают, что выраженность состояния одиночества в семье связана с особой профессиональной деятельностью одного из супругов, а именно с работой вахтовым методом. Особенно ярко об этом свидетельствуют результаты интервью. Основной причиной, которая вызывает субъективно переживаемое чувство одиночества, у респондентов была названа работа вахтовым методом. Именно из-за того, что люди физически дистанцируются друг от друга, у них происходит и психологическое, душевное отдаление друг от друга, в результате, они испытывают потребность быть рядом друг с другом, ощущать близость и родство друг с другом, но эта потребность не удовлетворяется, из-за всего этого человек начинает испытывать состояние одиночества. Мужчины, в качестве копинг-стратегии совладания используют *избегание* и *отрицание*, а женщины *принятие* и *поиск эмоциональной поддержки*. Такие данные, можно объяснить тем, что мужчины уезжают работать вахтовым методом, и стараются не думать и избегать того, что это их работа сказывается на семейных отношениях, их цель – обеспечить и прокормить семью, дать будущее своей семье, а это работа, лучшим образом, осуществляет их цель, поэтому о психологическом климате своей семьи они предпочитают не задумываться. Женщинам же наоборот, в связи с их эмоциональностью и эмпатичностью, очень важна именно психологическая атмосфера семьи. Они работают и живут в основном, нормальном режиме, характерным для большинства людей, поэтому и времени на подумать и поразмыслить «о всех тяготах жизни» тоже уделяется больше. И результаты интервью показывают, что женщины, в своем большинстве ищут эмоциональной поддержки у друзей, компенсируя недостаток эмоциональной связи и поддержки в семье, в общении с друзьями и знакомыми, тем самым пытаясь заполнить появившееся свободное время.

Проведенное исследование можно квалифицировать как новое видение актуальной проблемы одиночества, как новый шаг в понимании и анализе субъективного чувства одиночества в семье. Однако эти результаты нуждаются в дальнейших исследованиях, которые должны быть направлены на более глубокий анализ каждой из причин, что поможет еще больше понять, как человек может справиться с таким противоречивым феноменом, как одиночество в семье.

## Литература

1. Гаранина О. А. Особенности организации времени жизни специалистов, работающих в режиме сменного графика – Дисс. Канд. псих. Наук Магадан, 2006.
2. Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В., Куфтяк Е.Ф. Психология семьи: семейный стресс и совладающее поведение. – СПб.: Питер, 2005.
3. Лабиринты одиночества / Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. М., 1987.

**Слова благодарности**

Хочу выразить слова благодарности своему научному руководителю Крюковой Татьяне Леонидовне!