

# РАЗВОД В СИСТЕМЕ СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

*Д. В. Кудашевич*

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы,

[kudashevich\\_dashka\\_13@mail.ru](mailto:kudashevich_dashka_13@mail.ru)

*Научный руководитель: доктор психологических наук, профессор*

*К. В. Карпинский*

На протяжении своей жизни человек неизбежно оказывается в ситуациях, которые являются для него трудными. Их проявление определяется внешними (ситуационно-психологическими) и внутренними (индивидуально-психологическими) факторами.

Н.Г. Осухова пишет, что трудная жизненная ситуация (ТЖС) – это такая ситуация, в которой «в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов поведения, выработанных в предыдущие периоды жизни» [1].

Для того чтобы полноценно функционировать, человеку приходится использовать защиты и совладающее поведение, которое является целенаправленным и сознательным поведением индивида в трудной жизненной ситуации. Оно направлено на преобразование или приспособление к трудностям, используется для социальной адаптации.

В настоящее время возрастает интерес к изучению поведения личности в трудных ситуациях и самих ситуаций, которые человек воспринимает как трудные. Проблема овладения успешными способами совладания является актуальной для каждого из нас.

Трудности возникают в различных сферах жизни человека, одной из таких сфер является семья. Чтобы взаимодействовать с трудной семейной ситуацией используются навыки совладающего поведения. Семейное совладание с учетом социального контекста понимается как реакция на

переживаемое внутреннее напряжение одного или нескольких членов семьи либо семейную дисфункциональность, когда семье приходится проявлять необычные усилия, чтобы вернуться к привычному уровню жизнедеятельности [2].

Способы совладания с семейными трудностями сейчас активно исследуются. Они делятся на продуктивные и непродуктивные стратегии. Продуктивные направлены на позитивное решение проблемы, снижение уровня напряжения, тревоги, вызывают радость преодоления. Непродуктивные стратегии характеризуются погружением в переживания, обвинением себя и партнера. Избегание как стиль совладания считается непродуктивным, но он все чаще используется индивидами в трудных семейных ситуациях [3].

В своем исследовании мы предположили, что развод связан с избеганием как стилем совладающего поведения.

Проблема разводов приобретает необычайно серьезное значение. В последние годы в Беларуси их число растет при одновременном сокращении заключаемых браков, а внебрачная рождаемость приводит к увеличению количества неполных семей. Государство заинтересовано в стабильности семейных отношений, так как это облегчает решение целого ряда социальных проблем. Стоит сказать, что проблема разводов актуальна не только для социологии, но и для психологии. Его последствия негативно сказываются на индивидуально-психологическом состоянии личности. Однако большое количество людей считает развод эффективным способом решения межличностных проблем в браке, поэтому мы полагаем, что важно изучить его как способ совладания с семейными трудностями.

Целью нашего исследования является анализ психологических предпосылок и закономерностей развода как способа совладания с трудной семейной ситуацией.

Выборку составили 40 студенток заочной формы обучения УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы» в возрасте от 20 до 46 лет.

Сбор эмпирических данных осуществлялся в форме индивидуальных и групповых опросов с помощью «Опросника способов совладания» Крюкова Т.Л., Куфтык Е.В. (адаптация методики WCQ), который предназначен для определения копинг-механизмов, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, копинг-стратегий. Соответствующие шкалы: конфронтация, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, бегство-избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка. Для измерения как ситуационных копинг-стратегий, которые, по замыслам авторов, могут быть изменчивы, так и для лежащих в основе этих стратегий личностных стилей реагирования был использован «Опросник совладания со стрессом» Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осина, Е.А. Рассказовой (адаптация методики COPE). Социально-демографические характеристики испытуемых (возраст, уровень образования, семейный и родительский статус) получены в ходе анкетирования. Личностная приемлемость развода оценивалась с помощью одиночного вопроса.

Статистическая обработка данных включала корреляционный анализ по методу Пирсона, однофакторный дисперсионный анализ, анализ по t-критерию Стьюдента для независимых групп. В исследовании был использован статистический пакет STATISTICA 7,0.

На первом этапе обработки эмпирических данных мы преследовали цель определить изменчивость степени личностной приемлемости развода в зависимости от социально-демографического статуса испытуемого.

С помощью метода корреляции Пирсона выявлено, что связь между возрастом и степенью личностной приемлемости развода отсутствует ( $r=0,07$ ), как и связь с родительским статусом ( $r=0,04$ ). Однофакторный дисперсионный анализ показал отсутствие влияния уровня образования на степень личностной приемлемости развода ( $p=0,39$ ). Мы использовали t-критерий Стьюдента для независимых групп, чтобы определить наличие связи с семейным статусом

испытуемых. Средние одинаковы, что говорит об отсутствии связи между переменными ( $p=0,66$ ).

Полученные данные говорят о том, что личностная приемлемость развода не зависит от социально-демографического статуса испытуемого. Во многих исследованиях эмпирически доказано, что к детерминантам совладающего поведения относятся личностные, ситуационные и социокультурные факторы. То есть выбор стратегии совладания зависит от когнитивных факторов и конструктов личности, личностных черт и конструктов, ценностно-смысловых образований и мотивации, я-концепции и самооценки, половозрастных особенностей, а также особенностей трудной жизненной ситуации и общества, в котором живет человек [4].

У нас нет данных, которые могут подтвердить обусловленность развода как способа совладания полоролевыми стереотипами, так как представленная выборка была исключительно женской. Что касается возраста, то зарубежные исследователи копинг-поведения считают связь между взрослением и совладающим поведением чрезвычайно сложной. Есть данные исследований, которые противоречат друг другу. В нашем исследовании выборку в основном составили респонденты позднего юношеского возраста и, как показано выше, связи между этой возрастной категорией и личностной приемлемостью развода не существует, как и связи с уровнем образования, семейным и родительским статусом [5].

На втором этапе обработки полученных данных путем корреляции степени личностной приемлемости развода с традиционно выделенными в научной литературе стратегиями совладания мы получили следующие результаты, представленные в таблице.

Таблица

**Результаты корреляции степени личностной приемлемости развода с традиционными стратегиями совладания**

	Принятие развода
Конфронтация	0,26

Дистанцирование	0,37
Самоконтроль	0,33
Избегание	0,31
Отрицание	0,31

Такие способы совладания как конфронтация, дистанцирование, самоконтроль, избегание и отрицание взаимосвязаны со степенью личностной приемлемости развода.

Конфронтация является стратегией, которая предполагает разрешение проблемы за счет не всегда целенаправленной поведенческой активности, осуществления конкретных действий. Дистанцирование подразумевает преодоление негативных переживаний в связи с проблемой за счет субъективного снижения ее значимости и степени эмоциональной вовлеченности в нее. Самоконтроль направлен на преодоление негативных переживаний в связи с проблемой за счет целенаправленного подавления и сдерживания эмоций, минимизации их влияния на восприятие ситуации. Избегание предполагает преодоление личностью негативных переживаний в связи с трудностями за счет реагирования по типу уклонения: отрицания проблемы, фантазирования, отвлечения и т.п. Отрицание как стратегия – это отказ верить в случившееся или попытки отрицать его реальность.

Эти данные подтверждают то, что развод относится к стратегиям, которые направлены на избегание и эмоциональное дистанцирование от трудной семейной ситуации.

На основании проведенного эмпирического исследования можно сформулировать следующие выводы:

1. Изменчивость степени личностной приемлемости развода не зависит от социально-демографического статуса испытуемого. Выбор развода как способа совладания с трудной семейной ситуацией не связан с возрастом, уровнем образования, семейным и родительским статуса испытуемого.

2. Развод как способ совладания связан с такими устойчивыми стратегиями совладающего поведения как конфронтация, дистанцирование,

самоконтроль, избегание и отрицание. Полученные результаты говорят о том, что используя развод как стратегию совладания, человек пытается дистанцироваться от существующей проблемы, чтобы ограничить разрушающее влияние ситуации. Это способ эмоционально не погружаться в проблемы семейной жизни.

#### **Литература:**

1. Осухова Н.Г. *Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях*. М.: Академия, 2007. – 288 с.
2. Куфтяк Е.В., Крюкова Т.Л., Саповская М.В. *Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними*. М.: Речь, 2005. – 240 с.
3. Крюкова Т.Л., Саповская М.В. Стрессы семейных отношений: тенденции и эффекты совладания. *Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология*. 2016. Т.1. №1. С. 179-189.
4. Крюкова Т.Л. Человек как субъект совладающего поведения. *Психологический журнал*. 2008. Т. 29. № 2. С. 88 – 95
5. Крюкова Т.Л. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения. *Психологический журнал*. 2005. №2. С. 6-13.