

На правах рукописи

Белорукова Наталья Олеговна

**СЕМЕЙНЫЕ ТРУДНОСТИ И СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ НА
РАЗНЫХ ЭТАПАХ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА СЕМЬИ.**

Специальность 19.00.05. – социальная психология

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени

кандидата психологических наук

Кострома – 2005

Работа выполнена на кафедре социальной психологии
Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова

Научный руководитель: кандидат психологических наук,
профессор
Крюкова Татьяна Леонидовна

Официальные оппоненты: доктор психологических наук,
профессор
Назаров Владимир Иванович

кандидат психологических наук,
доцент
Смирнов Александр Александрович

Ведущая организация: Ярославский государственный
педагогический университет
им. К.Д. Ушинского

Защита диссертации состоится «__» ноября 2005г. в ____ часов на заседании диссертационного совета К 212.094.03 в Костромском государственном университете им. Н.А. Некрасова по адресу: 156961, г. Кострома, ул. 1 Мая, д.16а, корп. В., ауд.11.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова.

Автореферат разослан «__» октября 2005г.

Ученый секретарь диссертационного совета

Т.И. Миронова

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования.

На протяжении жизни человек неизбежно сталкивается с различными трудностями, попадает в сложные ситуации, переживает многочисленные стрессы, которые требуют от него адаптивных и гибких способов совладания. Проблема совладающего со стрессом поведения интенсивно разрабатывается в зарубежной психологической науке (R.S. Lazarus, S. Folkman, N.S. Endler, J.D.A. Parker, M. Perrez). В отечественной психологии изучение совладающего поведения начинается с 90-х годов, исследуются копинг-стили и стратегии, особенности совладания у людей группы риска, у лиц с хроническими заболеваниями, изучается детерминация совладающего поведения личностными, индивидуально-психологическими и ситуационными факторами (В.А. Абабков, Л.И. Анцыферова, И.А. Горьковая, Л.А. Китаев-Смык, Т.Л. Крюкова, А.В. Либин, И.М. Никольская, М.В. Сапоровская, В.М. Ялтонский). Особой областью в изучении совладающего поведения является исследование совладающего с трудностями поведения в сфере семейных отношений. В зарубежной психологии изучением семьи в трудной жизненной ситуации или в ситуации стресса занимались R. Beavers, G. Bodenmann, J. Lewis, H.I. McCubbin, G. Vailant. В отечественной науке интерес к изучению совладающего поведения в семье возник позже, в настоящее время остаются неизученными многие аспекты и вопросы семейного совладания с трудностями и стрессами.

В частности, малоизученными являются механизмы семейного совладания как общесемейного процесса преодоления трудностей и стрессов, взаимосвязь динамики семейного развития со спецификой семейного совладания, условия и факторы, определяющие способность или неспособность семьи справляться с возникающими трудностями, восстанавливаться после пережитого стресса.

Большинство исследований в современной отечественной психологии направлено на изучение семей дисфункциональных, на выявление отклонений и нарушений в семейном взаимодействии, определение помех и препятствий нормального течения семейного развития. При этом немногочисленными являются исследования «условно благополучных»

семей, которые неизбежно подвержены возникновению кризисных моментов, переживанию трудностей и стрессов, но при этом находят силы и способности для сохранения своей функциональности.

Исследование особенностей совладающего поведения в «условно благополучной» семье актуально в связи с существующей нестабильностью нашего общества, увеличением количества детей-сирот, неполных семей и семей «группы риска» в современной российской действительности. Знание специфики и особенностей совладающего поведения в «условно благополучной» семье, справляющейся с возникающими трудностями и нагрузками, позволит увидеть важные ресурсы, заложенные в самой семье, формирование и развитие которых сохранит благополучие, стабильность и жизнестойкость каждой семьи в процессе преодоления трудностей.

Изучение семейных трудностей и совладающего с ними поведения с точки зрения семейной динамики продиктовано необходимостью определения и объяснения причин различной адаптированности и уязвимости семьи в разные периоды ее жизни. Определение периодов в жизненном цикле семьи, когда она является наиболее чувствительной к негативным влияниям трудных жизненных ситуаций, и периодов наиболее активного, эффективного семейного совладания с трудностями позволяет выявить этапы семейного развития, когда семья может вполне успешно самостоятельно адаптироваться к появлению новообразований в семейной системе, вызванных семейной динамикой, справиться с возникающими трудностями и нагрузками, и периоды, когда ей требуется помощь специалистов.

Проблема диссертационного исследования сформулирована следующим образом: каковы *нормативные* семейные трудности и особенности совладающего с ними поведения в семье на разных этапах жизненного цикла, как они связаны с уровнем социально-психологической адаптированности и взаимоотношениями в семье.

Целью исследования является выявление, изучение и сопоставление особенностей совладающего поведения в семьях, находящихся на трех разных этапах жизненного цикла.

В соответствие с целью, предметом и объектом исследования решаются следующие задачи:

1. Теоретические:

- проанализировать исследования зарубежных и отечественных авторов, изучающих семью и семейное совладание с трудностями, определить собственный подход к пониманию совладающего поведения в сфере семейной динамики.

2. Методические:

- создать комплекс методик, адекватных целям и задачам эмпирического исследования,
- расширить комплекс методов психодиагностики семейных взаимоотношений посредством апробации в данном исследовании двух новых методик диагностики супружеских и детско-родительских отношений, ранее не применявшихся на российской выборке.

3. Эмпирические:

- определить спектр трудностей, возникающих в современных российских семьях и оцениваемых членами семьи как наиболее актуальные на разных этапах ее жизненного цикла.
- выявить особенности совладающего поведения и уровень социально-психологической адаптированности членов семей, находящихся на разных этапах жизненного цикла.
- исследовать характеристики внутрисемейных отношений на каждом их этапов семейного развития, такие как доверие в супружеских отношениях и удовлетворенность ими у молодых супругов на первом этапе жизненного цикла семьи, особенности детско-родительских отношений в семьях с детьми-подростками, доверие в супружеских отношениях и уровень осмысленности жизни у зрелых супругов на стадии «пустого гнезда» как важных показателей качества семейной жизнедеятельности.
- изучить связи и влияния: а) между совладающим поведением и параметрами социально-психологической адаптированности членов семей; б) между выделенными характеристиками внутрисемейных отношений и совладающим поведением членов семей, в) между

выделенными характеристиками внутрисемейных отношений и параметрами социально-психологической адаптированности членов семей.

Основная гипотеза исследования: специфика возникающих в семье трудностей, особенности совладающего поведения и семейные ресурсы для разрешения данных трудностей связаны с этапом семейной динамики.

Основная гипотеза конкретизировалась в **частных гипотезах:**

- 1 В «условно благополучной» семье существуют ситуации, реальные или оцениваемые членами семей как трудные, обусловленные тем этапом семейного развития, на котором находится семья.
- 2 Семьи, относящиеся к каждому из изучаемых этапов жизненного цикла, характеризуются спецификой совладающего поведения, приводящего к определенному уровню социально-психологической адаптированности членов семьи.
- 3 Параметры супружеских отношений (доверие и удовлетворенность браком, осмысленность жизни) и качество детско-родительских отношений влияют на выбор стилей и стратегий совладающего поведения и уровень социально-психологической адаптированности членов семьи.
- 4 Совладающее поведение и уровень социально-психологической адаптированности различны в семьях на разных этапах жизненного цикла.

Объект исследования – связь совладающего поведения с семейной динамикой.

Предмет исследования – особенности совладающего поведения в семьях, находящихся на трех разных этапах жизненного цикла.

Научная новизна исследования состоит в том, что:

Раскрыта на теоретико-эмпирическом уровне специфика совладающего с *нормативными* трудностями поведения в «условно-благополучной» семье, обусловленная семейной динамикой, обнаружены закономерности выбора конструктивных стилей и стратегий совладания членами семей на разных этапах семейного развития.

Определен этап в жизни семьи, характеризующийся наиболее конструктивным и продуктивным совладанием с нормативными трудностями, наибольшим уровнем социально-психологической адаптированности супругов.

Сделана попытка определения и изучения супружеского совладания у молодых супругов на первом этапе жизненного цикла семьи и у зрелых супругов на стадии «пустого гнезда». Выявлено общесемейное совладание в семьях с детьми-подростками, учтен вклад и супругов-родителей, и ребенка-подростка в процесс разрешения *нормативных* семейных трудностей.

Выделены особенности совладающего поведения родителей и характеристики родительско-детских отношений, необходимые для формирования у подростка модели конструктивного совладания с трудностями.

Эмпирически обосновано влияние определенных параметров семейных взаимоотношений (доверие, удовлетворенность браком и осмысленность жизни в супружеских отношениях и качество детско-родительских отношений) на конструктивность совладающего поведения и уровень социально-психологической адаптированности членов семьи.

Теоретическая значимость работы состоит в том, что предложено новое понимание семейной динамики, которая рассматривается как источник естественных изменений, новообразований в семейной системе, обуславливающих переживание *нормативных* трудностей, особенности и специфику совладающего с ними поведения. Индивидуальный копинг отдельных членов семьи соотнесен с общесемейным совладанием. При этом сформулировано понятие супружеского совладания, описаны его разновидности и значение для непосредственного процесса разрешения трудных ситуаций в семье, его влияние на качество семейных отношений.

Практическая значимость данного исследования заключается в следующем:

1. Выявленные в данной работе особенности условно-благополучных семей могут служить неким эталоном, «нормой» при сравнении с дисфункциональными семьями, при анализе нарушений во внутрисемейных отношениях и совладающем с трудностями

поведении. На основании полученных результатов возможно создание программ поддержки и помощи семьям в ситуациях существенных изменений, обусловленных переходом на новый этап семейного развития.

2. Исследование показало необходимость создания обучающих, тренинговых, психокоррекционных программ, направленных на помощь в формировании модели общего семейного совладания, на актуализацию и развитие устойчивых семейных ресурсов конструктивного, эффективного совладания с трудными ситуациями.

Методологическую основу исследования составляют субъектно-деятельностный подход (К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский, С.Л. Рубинштейн); транзактный когнитивный подход к совладающему со стрессом поведению (Р. Лазарус, С. Фолкман); отечественный междисциплинарный подход к совладания со стрессами и трудными жизненными ситуациями – профессиональный и информационный стресс (В.А. Бодров, Л.А. Китаев-Смык), личностно-ценностный подход (Л.И. Анцыферова), клинический подход (Н.Ф. Михайлова, И.М. Никольская, В.М. Ялтонский); социально-когнитивная теория и идея о самоэффективности личности (А. Бандура), теоретические основы социальной психологии семьи и психотерапия семьи (Ю.А. Алешина, М. Боуэн, А.Я. Варга, Л.Я. Гозман, В.Н. Дружинин, В. Сатир, А.С. Спиваковская, В.В. Столин, А.В. Черников, Э.Г. Эйдемиллер, G. Vodenmann, R. Hill, H.I. McCubbin.).

Эмпирическую базу исследования составили 386 человек, из них 326 взрослых и 60 детей-подростков (всего 163 семьи), которые были разделены на 3 группы в соответствии с этапами жизненного цикла семьи.

1. молодые супруги без детей (стаж брака до 2 лет, количество семей 60, 60 мужей и 60 жен (всего 120 человек). Средний возраст супругов 24 года. 80 человек имеют высшее образование, 24 человека (из них 13 жен) с неполным высшим образованием, 16 мужей имеют среднее специальное образование, все супруги работают, за исключением 9 жен);
2. семьи с детьми-подростками (количество семей 60, 60 отцов, 60 матерей, 60 подростков, из которых 45 мальчиков и 15 девочек (всего

180 человек). Средний возраст супругов-родителей 41 год, возраст детей-подростков от 14 до 16 лет. 97 человек имеют высшее образование, 23 мужа-отца со средним специальным образованием. Все супруги-родители работают, подростки учатся в старших классах общеобразовательных школ, школьная успеваемость не ниже удовлетворительной);

3. зрелые супруги на стадии «пустого гнезда» (количество семей 43, 43 мужа и 43 жены (всего 86 человек). Средний возраст зрелых супругов 55 лет. 54 человека имеют высшее образование, 32 человека со средним специальным образованием (из них 19 мужчин и 13 жен), 23 человека не работают, остальные работают с полной или частичной занятостью, в 31 случае взрослые дети переехали на постоянное проживание в другие города).

Методы исследования:

В работе применялся в основном номотетический метод исследования. Для сбора материала использовались наблюдение, интервью, тесты, опросники, анализ внешних критериев.

Для решения поставленных задач и проверки выдвинутых гипотез был сформирован методический комплекс, включающий 8 методик. Предпочитаемые супругами стили и стратегии совладающего поведения диагностировались с помощью опросника «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (КПСС) Н.С. Эндлера, Дж.А. Паркера (адаптация Т.Л. Крюковой, 2001) и Опросника способов совладания Р. Лазаруса, С. Фолкман, (адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой, 2004). Исследование особенностей совладающего поведения детей-подростков проводилось с помощью Юношеской копинг-шкалы Э. Фрайнденберг, Р. Льюиса (адаптация Т.Л. Крюковой, 2002). Для определения уровня социально-психологической адаптированности супругов была использована методика социально-психологической адаптированности (СПА) К. Роджерса и Р. Даймонда (в адаптации Т.В. Снегиревой, 2002). Методика Trust Scale (TS) (Шкала доверия) J.K. Rempel, J.G. Holmes, M.P. Zanna (1985) опробована

в данном исследовании с целью диагностики наличия доверия в супружеских отношениях у молодых и зрелых супругов. Специфика детско-родительских отношений исследовалась с помощью Parent-Child Relationship Questionnaire (Опросника родительско-детских отношений) W. Furman (1995), который был апробирован в данном исследовании. Тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева был использован для выявления осмысленности собственной жизни зрелыми супругами.

В качестве дополнительной методики применялся Опросник удовлетворенности браком В.В. Столина, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко (1984) для диагностики степени удовлетворенности\неудовлетворенности браком у молодых супругов.

Также в исследовании использовались: полу-структурированное интервью, разработанное с целью определения нормативных трудностей, испытываемых супругами на каждом из трех этапов жизненного цикла семьи, анкета, составленная для установления характеристик социального положения семьи.

Для статистической обработки данных применялась программа Statistica 5.9. Критериями анализа были: критерии различий Манна-Уитни (U) и Колмогорова-Смирнова, коэффициент связи признаков Спирмена (R), множественный регрессионный анализ для установления зависимости одной переменной от других, коэффициент конкордации (W) для определения согласованности мнений в группе.

Положения, выносимые на защиту:

1. Специфика совладающего поведения в семье и уровень социально-психологической адаптированности членов семьи связаны с семейной динамикой и зависят от внутрисемейных отношений.
2. На первом этапе жизненного цикла семьи наличие доверия в супружеских отношениях приводит к выбору конструктивных усилий в процессе совладания с трудными ситуациями в семье (*планирование, решение проблемы*), тогда как удовлетворенность браком способствует социально-психологической адаптированности молодых супругов.

3. В семьях с детьми-подростками благополучие и позитивность детско-родительских отношений определяет выбор конструктивных стратегий совладания детьми-подростками (*решение проблемы, работа, достижения, общественные действия*), и уменьшает вероятность выбора супругами-родителями *бегства-избегания, отвлечения и дистанцирования*.
4. У зрелых супругов на стадии «пустого гнезда» осмысленность жизни определяет уровень социально-психологической адаптированности супругов, влияет на выбор проблемно-фокусированного совладания с трудностями (*проблемно-ориентированный копинг, планирование решения проблемы*).
5. Наиболее конструктивное совладающее поведение, связанное с высоким уровнем социально-психологической адаптированности членов семьи, присуще «условно благополучной» семье с детьми-подростками, выражается в согласованности совладающих усилий, конгруэнтности копинг-стратегий супругов-родителей и детей-подростков, связано с включением в процесс совладания третьего члена семьи (подростка).

Апробация результатов исследования.

Результаты исследования неоднократно обсуждались на заседаниях кафедры социальной психологии КГУ им. Н.А. Некрасова, докладывались на городской конференции «Развитие семьи в современной России» (Кострома, 2004), международном симпозиуме «Гендерные ценности и самоактуализация личности и малых групп в 21 веке» (Кострома, 2004), международном симпозиуме «Гендерные основания механизмов и профилактики девиантного поведения личности и малых групп в 21 веке» (Кострома, 2005), всероссийской научной конференции «Психологические проблемы современной российской семьи – 2005» (Москва, 2005).

Теоретические и эмпирические положения исследования включены в содержание учебных курсов «Психология развития», «Психология семьи и семейных отношений», «Социальные стрессы» и спецкурса «Психология стресса и совладание с ним» для студентов Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова.

Публикации. Основное содержание диссертационного исследования изложено в 6 публикациях автора.

Структура диссертации. Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы, в который вошли 163 источника на русском и 20 источников на иностранных языках, приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **Введении** обосновывается актуальность исследуемой проблемы и ее научная новизна, определяется предмет, объект, цели и задачи исследования, формулируются гипотезы и положения, выносимые на защиту, называются использованные методы и методики, раскрывается теоретическая и практическая значимость работы.

Первая глава **«Психологические характеристики семейной жизнедеятельности и динамика семейного развития»** посвящена анализу теоретических и эмпирических исследований, направленных на определение и изучение основных характеристик семейной жизнедеятельности, семейной динамики, феномена семейного стресса, *нормативных* трудностей в семьях на разных этапах жизненного цикла.

В первом параграфе **«Представления о семье, ее функциях, структуре, динамике в научной психологии»** приведен обзор основных характеристик семьи, раскрывающих особенности семейного функционирования: функции, структура, динамика семьи, основные сферы семейной жизнедеятельности, с учетом которых в психологии преимущественно проводится качественный анализ семейной системы, делаются выводы о ее функциональности-дисфункциональности, проводятся эмпирические исследования. Рассмотрены различные типологии семей в психологии: с точки зрения структуры семьи (В.Н. Дружинин, 1996), по степени открытости-закрытости (В. Сатир, 1994), социализации детей (Э. Аругунянц, 1996), по успешности выполнения семей ее функций. Описывается понимание «условно благополучной» семьи разными авторами (В.Н. Дружинин, 1999; И.В. Гребенников, 1991; С.А. Ковалев, 1988; А.Н. Обозов, 1984; В. Сатир, 1992; Э.Г. Эйдемиллер, 1999).

Во втором параграфе *«Жизненный цикл семьи как источник изменений в семейной системе»* рассматриваются основные зарубежные и отечественные варианты деления семейного развития на этапы, периоды. В качестве основных признаков разграничения стадий называются: факт наличия или отсутствия детей в семье и их возраст (Е. Duvall, 1948); изменение места детей в семейной структуре (Р. Нойберг, 1992); задачи, соответствующие данному периоду (Э.К. Васильева, 1975); типичные проблемы развития семьи (А.В. Черников, 2000); развитие супружеских отношений (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис, 1999); кризисы семьи (М. Джеймс, 1985; О.С. Зуськова, 1989); личностный рост каждого члена семейного коллектива (В. Сатир, 1992). Подчеркивается, что, несмотря на признание всеми исследователями нормативности, естественности прохождения семьей определенного количества этапов семейного развития, новообразования и изменения настолько существенны, что затрагивают всю внутреннюю жизнедеятельность семьи, нередко воспринимаются и являются трудностями, требуют перегруппировки семейных ресурсов и адаптации.

В третьем параграфе *«Семейный стресс и качество внутрисемейных отношений»* проанализированы основные работы и теории в области изучения семейного стресса. Описываются различные подходы к определению семейного стресса: классическая модель семейного кризиса ABCX (R. Hill, 1958), двойная модель ABCX (Н.И. McCubbin и J. Patterson, 1983), понимание семейного стресса как микрособытия (P. Watzlawick, J. Wickland, R. Frisch, 1974), как продолжения индивидуального стресса членов семьи (S. Hobfoll, C. Spilberger, P. Boss, 1992), как различных по силе и длительности стрессового действия многообразных ситуаций в жизни семьи (С. Aldwin, 1994). Семейный стресс определяется как переживание общего напряжения и негативных чувств членами семьи в ответ на требования социальной среды (ситуации), превышающие возможности членов семьи и создающие угрозу утраты семейных ценностей. Подчеркивается влияние стресса на качество семейных отношений, выражающееся в увеличении напряжения, конфликтов, ссор, ревности, подозрительности и недоверия членов семьи друг к другу, концентрации на собственных потребностях и переживаниях в ущерб внутрисемейному взаимодействию.

В четвертом параграфе *«Нормативные трудности и переход семьи на новый этап жизненного цикла»* анализируются особые трудности семейной жизнедеятельности, возникающие в обычных условиях в каждой семье, обусловленные с семейной динамикой, – *нормативные* трудности, с одной стороны, приводящие к нарастанию конфликтности взаимоотношений, ослаблению сплоченности семьи, с другой стороны, способствующие умножению усилий членов семьи, направленных на ее сохранение (Н.І. McCubbin и С.Р. Figley, 1983). Описываются *нормативные* трудности, возникающие на трех разных этапах жизненного цикла семьи: на первом этапе семейного развития у молодых супругов, в семьях с детьми-подростками, у зрелых супругов на стадии «пустого гнезда». Обосновывается выбор данных этапов семейного развития для изучения и анализа в данном исследовании.

В выводах первой главы, подчеркивается, что семья – постоянно развивающаяся система, обладающая собственной (семейной) динамикой. Изменения и новообразования, происходящие при переходе семьи на новый этап жизненного цикла, ведут за собой череду трудностей, нередко провоцируют переживание стресса. Исследователи семьи утверждают, что семьи, которые находят возможности и способности мобилизовать и объединить семейные усилия для совладания, успешно справляются с *нормативными* трудностями и нагрузками, сохраняют стабильность семейной жизнедеятельности в процессе семейного развития.

Во второй главе *«Совладающее поведение с трудными жизненными ситуациями в семье»* рассматривается феномен совладающего поведения, основные направления его изучения, описывается специфика совладающего поведения в семье.

В первом параграфе *«Феномен совладающего поведения в современной зарубежной и отечественной психологии»* анализируется степень разработанности проблемы, описываются три подхода к пониманию и определению совладающего поведения в зарубежной психологии: диспозиционный подход (Р. Costa, R. McCrae), ситуационный подход (Р. Лазаруса), интегративный подход (R. Moos, M. Scheier). В отечественной психологии совладающее поведение определяется с позиции интегративного

подхода как целенаправленное поведение личности, устраняющее или уменьшающее вредное воздействие стресса адекватными личностным особенностям и ситуационным характеристикам способами (Т.Л. Крюкова, 2000). Описываются классификации стилей (Э. Эндлер, Д. Паркер) и стратегий (Р. Лазарус, С. Фолкман) совладающего поведения. Рассматриваются личностные и индивидуально-психологические особенности, которые могут выступать в качестве ресурсов совладающего поведения с трудными жизненными ситуациями.

Во втором параграфе *«Совладающее поведение в семье»* раскрывается понятие и структура совладающего с трудностями поведения в семье (Н.И. McCubbin, Р. Boss, С. Wilson). Дается определение семейным ресурсам, в качестве которых выступают ценные социальные, экономические, психологические, эмоциональные и физические качества членов семьи, а также особенности семейной системы, которые способствуют успешному совладанию с трудностями (сбалансированные отношения внутри семьи, семейной общине, согласие и единство, здоровье, финансы, оптимизм, поддерживающая социальная сеть, семейные традиции). Внимание уделено различным подходам зарубежных авторов к определению феномена супружеского совладания: «центрированный на отношениях копинг» (S. Coyne, Т. Smith, 1994), «эмпатический копинг» (А. DeLongis, D. O'Brien, 1990), «диадический копинг» (G. Bodenmann, 1998), который мы предлагаем разделить на два вида – совместный диадический копинг и поддерживающий диадический копинг.

В выводах второй главы отмечается, что совладающее поведение в семье включает в себя одновременно организацию различных действий членов семьи, вовлекает многие сферы семейной жизнедеятельности. При этом совместное совладание супругов (диадический копинг) выступает не только как особый стиль совладания с трудностями в семье, но и как важнейший ресурс, благодаря которому семья может оставаться жизнеспособной и крепкой, характеризоваться лучшим самочувствием супругов, удовлетворенностью и стабильностью семейных отношений.

Третья глава **«Эмпирическое исследование семейных трудностей и совладающего поведения на разных этапах жизненного цикла семьи»**

посвящена непосредственному эмпирическому исследованию, анализу полученных результатов.

В первом параграфе *«Испытуемые и методы исследования»* дана характеристика используемых в исследовании методов и методик, подробно описана выборка испытуемых, участвующих в данном исследовании, критерии их отбора. Семьи, составившие выборку данного исследования, мы определили как «условно благополучные», отбор которых был проведен, с одной стороны, по внешним формальным признакам благополучия: полная структура семьи (наличие всех членов семьи), образование супругов, качество жилья, наличие собственных источников дохода и работы, уровень финансового обеспечения семьи. С другой стороны, критерием благополучия выступал уровень социально-психологической адаптированности членов семей (по методике СПА).

Во втором параграфе *«Представление и интерпретация результатов эмпирического исследования»* предлагается анализ и интерпретация результатов эмпирического исследования, проверка основной и частных гипотез исследования.

В разделе *«Нормативные трудности в семьях на трех разных этапах жизненного цикла»* показано, что члены семей на изучаемых этапах жизненного цикла действительно оценивают и переживают определенные ситуации как трудности. Для *молодых супругов* наиболее трудным является изменение круга общения, редкие встречи с собственными друзьями отдельно от супруга (90%), изменения в проведении досуга (80%), необходимость согласовывать свои действия и желания с супругом (63%), необходимость подстраиваться под него (61%). *Супруги-родители подростков* наибольшей трудностью оценивают ощущение постоянной усталости из-за большой нагрузки на работе и дома (96%), нехватку времени на «себя», на полноценный отдых (94%), возрастные изменения в характере ребенка-подростка (88%), беспокойство и тревогу за него (67.5%), нехватку времени на полноценное общение с супругом (65%). Для *зрелых супругов* наиболее актуальными трудностями являются редкие встречи с детьми (97.6%), невозможность постоянно находиться рядом с ними, контролировать их (84%), ухудшение собственного здоровья и здоровья супруга (82%), а

также изменение своего образа жизни, стереотипов поведения после переезда детей (68.6%), уход за престарелыми родителями (63.9%).

Во втором разделе «*Особенности совладающего поведения в семьях на трех этапах жизненного цикла*» представлены обобщенные психологические портреты трех групп испытуемых (молодые супруги, семьи с детьми-подростками, зрелые супруги на стадии «пустого гнезда»), раскрывающие специфику совладающего поведения на каждом из этапов жизненного цикла семьи.

Молодые супруги, участвующие в нашем исследовании, с *нормативными* трудностями совладают, преимущественно прибегая к проблемно-ориентированному, конструктивному разрешению трудных ситуаций (*планирование решения проблемы, проблемно-ориентированный копинг, самоконтроль, социальное отвлечение*), обладая высоким уровнем *адаптированности, принятия себя, принятия других*.

Молодые жены чаще, чем мужья выбирают *эмоционально-ориентированный копинг* ($U=405.5$ при $p<0.001$), *копинг, ориентированный на избегание* ($U=443.5$ при $p<0.0006$), *отвлечение* ($U=565$ при $p<0.02$), *социальное отвлечение* ($U=399.5$ при $p<0.0001$), стратегии *поиск социальной поддержки* ($U=433$ при $p<0.0004$), *бегство-избегание* ($U=571.5$ при $p<0.03$). При столкновении с семейными трудностями молодые жены более склонны погружаться в эмоции, искать поддержку со стороны окружения, или же пытаться уменьшить значимость проблемы, избегая или отвлекаясь от нее.

Супруги-родители подростков при столкновении с *нормативными* трудностями используют активные, проблемно-фокусированные, конструктивные стили и стратегии совладающего поведения (*проблемно-ориентированный копинг, планирование решения проблемы, самоконтроль и принятие ответственности*), связанные с высоким уровнем их *адаптированности, принятия себя, принятия других, внутреннего контроля*.

Жены-матери чаще, чем мужья выбирают стратегию *поиска социальной поддержки* ($U=459.5$ при $p<0.001$). Мужья-отцы больше своих жен используют стратегию *бегства-избегания* ($U=582$ при $p<0.035$), таким образом, в определенных трудных ситуациях уступая первенство в процессе совладания женам.

У детей-подростков предпочитаемыми стратегиями совладания с трудностями оказались *решение проблемы, работа, достижения, друзья, принадлежность*, меньше всего подростки используют стратегии *несовладание, разрядка, общественные действия, обращение к профессиональной помощи*. Установлен факт влияния моделей совладающего поведения родителей на формирование совладающего поведения детей-подростков (на основании данных множественного регрессионного анализа).

В совладающем поведении отцов *отвлечение, социальное отвлечение, стратегии дистанцирования, конфронтативного копинга, бегства-избегания* (т.е. неразрешение трудных ситуаций отцами) снижает вероятность выбора подростками *конструктивного совладания* ($\beta=-0.44$ при $p<0.004$) и стратегии *решения проблемы* ($\beta=-0,44$ при $p<0.004$). Стратегии *принятия ответственности* и *самоконтроль* в совладающем поведении отцов (т.е. осознанный подход к разрешению трудностей), напротив, приводит подростков к выбору *конструктивного совладания* ($\beta=0.32$ при $p<0.04$), стратегии *работа, достижения* ($\beta=0.47$ при $p<0.002$), уменьшает вероятность выбора стратегий *игнорирования* ($\beta=-0.33$ при $p<0.03$) и *чудо* ($\beta=-0.38$ при $p<0.01$). Стратегия *положительной переоценки* в совладании отцов уводит подростков от выбора *социального копинга* ($\beta=-0.44$ при $p<0.005$).

В совладающем поведении матерей *копинг, ориентированный на избегание, отвлечение, социальное отвлечение*, (т.е. невозможность разрешения трудной ситуации самостоятельно) приводит к использованию подростками стратегии *самообвинения* ($\beta=0.35$ при $p<0.02$), снижает вероятность выбора ими стратегии *общественные действия* ($\beta=-0,48$ при $p<0.001$). *Дистанцирование* матерей от проблемы приводит к *беспокойству* ($\beta=0.35$ при $p<0.03$) в совладании подростков, *конфронтативный копинг* в совладании матерей, напротив, уводит подростков от стратегии *беспокойство* ($\beta=-0.39$ при $p<0.01$). Использование матерями конструктивной стратегии *планирования решения проблемы* уменьшает вероятность выбора подростками стратегии *чудо* ($\beta=-0.32$ при $p<0.04$). Делается важный вывод о влиянии совладающего поведения обоих родителей на формирование и развитии модели совладающего поведения детей-подростков.

Зрелые супруги на стадии «пустого гнезда» при столкновении с *нормативными* трудностями преимущественно выбирают проблемно-ориентированные, конструктивные способы совладания (*проблемно-ориентированный копинг, планирование решения проблемы, самоконтроль, положительную переоценку*).

Зрелые жены чаще, чем мужья выбирают стратегию *поиск социальной поддержки* ($U=188$ при $p<0.002$), тогда как зрелые мужья чаще своих жен используют стратегию *планирования решения проблемы* ($U=242.5$ при $p<0.03$). Это свидетельствует о более осознанном подходе мужей к разрешению трудных ситуаций, стремлении полагаться при совладании с ними на собственные усилия.

В третьем разделе «*Внутрисемейные отношения как ресурсы совладающего поведения*» рассматриваются определенные параметры семейных отношений (доверие и удовлетворенность браком у молодых супругов, качество детско-родительских отношений в семьях с детьми-подростками, доверие и осмысленность жизни у зрелых супругов), как возможные ресурсы конструктивного совладания с *нормативными* трудностями и социально-психологической адаптированности членов семьи.

У молодых супругов *удовлетворенность браком* отрицательно связана с *эмоционально-ориентированным копингом* ($R=-0.33$ при $p<0.036$), *копингом, ориентированным на избегание* ($R=-0.41$ при $p<0.009$), стратегией *отвлечения* ($R=-0.45$ при $p<0.003$), на высоком уровне значимости положительно влияет на их *адаптированность* ($\beta=0.39$ при $p<0.012$), *принятие себя* ($\beta=0.37$ при $p<0.016$), *принятие других* ($\beta=0.51$ при $p<0.0007$), *эмоциональную комфортность* ($\beta=0.39$ при $p<0.013$).

Вера в супружеских отношениях влияет на выбор молодыми супругами стратегий *планирования решения проблемы* ($\beta=0,27$ при $p<0.015$), *положительной переоценки* ($\beta=0.37$ при $p<0.0006$), *предсказуемость* – на выбор стратегии *планирования решения проблемы* ($\beta=0,25$ при $p<0.025$), *надежность* снижает вероятность выбора стратегии *конфронтативного копинга* ($\beta=-0.23$ при $p<0.046$).

В семьях с детьми-подростками такие характеристики родительского отношения как *защита, привязанность, близость, совместное принятие*

решений, теплота, стремление к социализации и воспитанию, признание сходства, позитивные стратегии дисциплины в отношениях с подростком уменьшают вероятность использования отцами и матерями неконструктивных стилей и стратегий совладания – *бегства-избегания* ($\beta=-0.5$ при $p<0.002$), *дистанцирования* ($\beta=-0.38$ при $p<0.01$), *социального отвлечения* ($\beta=-0.36$ при $p<0.02$), *конфронтативного копинга* ($\beta=-0.43$ при $p<0.005$), *копинга, ориентированного на избегание* ($\beta=-0.43$ при $p<0.005$). *Привязанность* матерей ($\beta=0,35$ при $p<0.02$) и *близость* отцов ($\beta=0.35$ при $p<0.05$) в отношениях с подростком приводит к выбору супругами-родителями *эмоционально-ориентированного копинга*. *Ссоры* с подростком приводят матерей к выбору *проблемно-ориентированного копинга* ($\beta=0.45$ при $p<0.004$), отцов – к выбору *проблемно-ориентированного копинга* ($\beta=0.32$ при $p<0.04$), стратегии *самоконтроля* ($\beta=0.42$ при $p<0.005$).

Проанализированы также влияния родительско-детских отношений на совладающее поведение детей-подростков. Позитивные характеристики отцовского и материнского отношения (*стремление к защите, товарищеские, личностные отношения, теплота, совместное принятие решений, уважение*) положительно влияют на выбор подростками конструктивных стратегий совладания – *решение проблемы* ($\beta=0,4$ при $p<0.01$), *работа, достижения* ($\beta=0.34$ при $p<0.03$), *общественные действия* ($\beta=0.49$ при $p<0.001$), снижают вероятность выбора подростками стратегий *несовладание* ($\beta=-0.42$ при $p<0.006$), *игнорирование* ($\beta=-0.54$ при $p<0.0002$), *беспокойство* ($\beta=-0.58$ при $p<0.00000$).

У зрелых супругов на стадии «пустого гнезда» доверие в супружеских отношениях не является особо значимым фактором в процессе совладания с нормативными трудностями, не влияет на выбор стилей и стратегий совладающего поведения.

Осмысленность жизни приводит зрелых супругов к выбору *проблемно-ориентированного копинга* ($\beta=0,41$ при $p<0.002$), стратегии *планирования решения проблемы* ($\beta=0.34$ при $p<0.01$), снижает вероятность выбора *эмоционально-ориентированного копинга* ($\beta=-0.49$ при $p<0.0001$), *отвлечения* ($\beta=-0.27$ при $p<0.04$), стратегии *бегства-избегания* ($\beta=-0.36$ при $p<0.007$), на высоком уровне значимости положительно влияет на их *адаптированность*

($\beta=0.72$ при 0.00000), *принятие себя* ($\beta=0,71$ при $p<0.00000$), *принятие других* ($\beta=0.36$ при $p<0.007$), *эмоциональный комфорт* ($\beta=0.41$ при $p<0.002$), *интернальность* ($\beta=0.56$ при $p<0.00000$).

В четвертом разделе «*Различия в совладающем поведении семей, находящихся на трех разных этапах жизненного цикла*» анализируются выявленные различия в совладающем поведении и уровне социально-психологической адаптированности членов семей на разных этапах жизненного цикла.

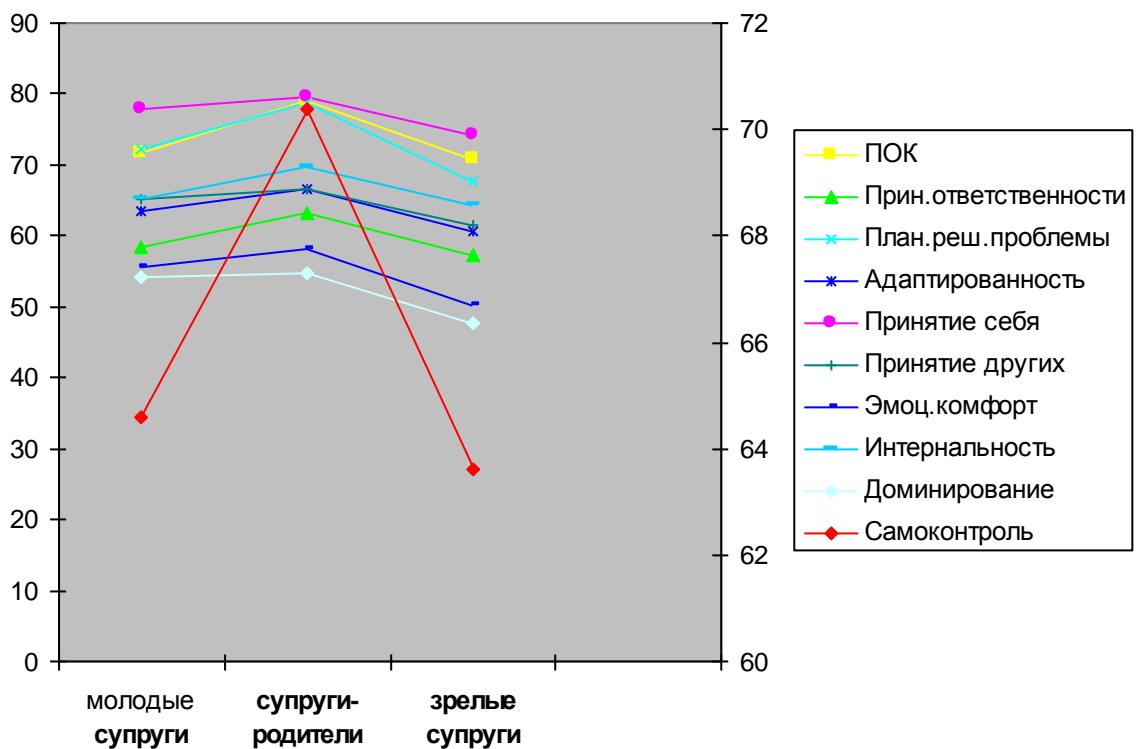
Обработка данных с помощью критерия Колмогорова-Смирнова позволила определить, что у молодых супругов нет значимых предпочтений в выборе стратегий совладающего поведения в сравнении с супругами-родителями зрелыми супругами. Но они отличаются от зрелых супругов большим *принятием себя* ($p<0.01$), *принятием других* ($p<0.001$), стремлением к *доминированию* ($p<0.05$), и в то же время отличаются от супругов-родителей большей *дезадаптированностью* ($p<0.025$), *ведомостью* ($p<0.005$).

Супруги-родители чаще, чем молодые супруги используют *проблемно-ориентированный копинг* ($p<0.001$), стратегии *конфронтативного копинга* ($p<0.01$), *планирования решения проблемы* ($p>0.025$), чаще зрелых супругов выбирают *проблемно-ориентированный копинг* ($p<0.01$), стратегию *планирования решения проблемы* ($p<0.025$). При этом они характеризуются большей *адаптированностью* ($p<0.01$), *интернальностью* ($p<0.025$) по сравнению с молодыми супругами, и большей *адаптированностью* ($p<0.001$), *принятием себя* ($p<0.05$), *принятием других* ($p<0.001$), *эмоциональным комфортом* ($p<0.001$), стремлением к *доминированию* ($p<0.05$) по сравнению со зрелыми супругами.

Зрелые супруги на стадии «пустого гнезда» чаще, чем молодые супруги выбирают *эмоционально-ориентированный копинг* ($p<0.005$), стратегии *конфронтативного копинга* ($p<0.005$), *дистанцирования* ($p<0.025$), чаще супругов-родителей используют *эмоционально-ориентированный копинг* ($p<0.05$). При этом обладают более высокой *дезадаптированностью* ($p<0.005$), *непринятием других* ($p<0.025$), *эмоциональным дискомфортом* ($p<0.001$), *ведомостью* ($p<0.05$) по сравнению с супругами-родителями.

Составлена диаграмма, отражающая пик выраженности использования проблемно-фокусированных, конструктивных способов совладания (*проблемно-ориентированный копинг, планирование решения проблемы, самоконтроль*) и социально-психологической адаптированности в семьях с детьми-подростками.

Диаграмма 1.



Описаны закономерности общесемейного совладания с нормативными трудностями на трех этапах жизненного цикла семьи. Совладающее поведение молодых супругов и зрелых супругов определено как *поддерживающий диадический копинг*. В семьях с детьми-подростками высчитан коэффициент конкордации ($W=0,81$), который указывает на высокую согласованность супругов-родителей и детей-подростков в использовании стратегий совладания с *нормативными* трудностями, наличие модели общесемейного совладания с трудными ситуациями.

Выводы:

1. Семьи на разных этапах жизненного цикла характеризуются реальными *нормативными* трудностями, которые являются следствием происходящих в семье изменений, появления новообразований, обусловленных переходом на новый этап семейного развития.

— Молодые супруги на первом этапе жизненного цикла семьи оценивают собственные изменения, трансформацию своих привычек, увлечений, образа жизни, согласование своих действия и желаний с потребностями и желаниями супруга как трудности.

- Супруги-родители в период подросткового возраста ребенка наибольшей трудностью считают ощущение постоянной усталости, нехватку времени на «себя», на полноценное и частое общение с супругом, возрастные изменения в характере ребенка-подростка, беспокойство и тревогу за него.
 - Для зрелый супругов на стадии «пустого гнезда» трудностями являются редкие встречи со своими детьми, невозможность знать о том, что происходит в их жизни, беспокойство о здоровье, уход за престарелыми родителями.
2. На изучаемых этапах жизненного цикла «условно-благополучной» семьи наиболее предпочитаемыми у супругов являются *проблемно-ориентированный копинг*, стратегии *планирование решения проблемы* и *самоконтроль*, что свидетельствует о конструктивном совладании супругов с *нормативными* трудностями на трех этапах жизненного цикла семьи. Однако, динамика совладающего поведения заключается в изменении выраженности, частоты и интенсивности использования данных способов совладания в процессе развития семьи (более высокими показателями данных проблемно-ориентированных способов совладания обладает семья с детьми-подростками).
 3. Функциональность детско-родительских отношений и связей, включенность ребенка в семейное взаимодействие является важным фактором, определяющим проблемно-ориентированное разрешение трудных ситуаций, высокую степень готовности действовать подобным образом в случае необходимости. Также включение третьего члена семьи (в данном случае, подростка) в переживание семейных трудностей и процесс разрешения трудных ситуаций обуславливает переход от диадического копинга к семейному и является немаловажным ресурсом активизации совладающих усилий членов семьи.
 4. Совладающее поведение молодых супругов на первом этапе жизненного цикла семьи и зрелых супругов на стадии «пустого гнезда» правомерно обозначить как *«поддерживающий диадический копинг»*, характеризующийся разделением усилий по разрешению трудной ситуации между мужем и женой, что гарантирует разрешение трудной

ситуации в семье даже в том случае, когда у одного из супругов сил и возможностей для действенного совладания недостаточно.

- Молодые жены чаще реагируют на трудности тенденцией ухода, отвлечения, избегания, поиска социальной поддержки и помощи, погружения в эмоции и внутренние переживания, тогда как их мужья при этом берут на себя более активную и действенную роль в процессе совладания с *нормативными* трудностями.
- Жены на стадии «пустого гнезда» чаще используют поиск социальной поддержки, при возникновении трудных ситуаций стремятся полагаться на свое социальное окружение, в то время как их мужья характеризуются более выраженным планированием решения проблемы, тем самым более осознанно подходя к разрешению *нормативных* трудностей.

5. Разрешение трудных ситуаций в семьях с детьми-подростками характеризуется наличием общесемейного совладания, выражающегося в согласованности использования способов совладания с *нормативными* трудностями супругами-родителями и детьми-подростками (конгруэнтный копинг-стиль).
6. На первом этапе жизненного цикла семьи у молодых супругов *доверие* в супружеских отношениях является ресурсом осознанного и конструктивного совладания с *нормативными* трудностями. *Удовлетворенность браком* уменьшает тенденцию ухода, избегания, эмоционально-деструктивного отреагирования трудных ситуаций, и способствует социально-психологической адаптированности молодых супругов.
7. У зрелых супругов на стадии «пустого гнезда» *доверие* в супружеских отношениях не влияет на выбор стилей и стратегий совладающего поведения. Осмысленность жизни, наличие жизненных целей выступают более важным ресурсом выбора *проблемно-ориентированного* стиля совладания с трудными ситуациями, снижают вероятность использования эмоционального копинга, бегства и отвлечения от проблем, приводят к социально-психологической адаптированности супругов.

8. В семьях с детьми-подростками наибольшему влиянию со стороны родительско-детских отношений подвержены такие стили и стратегии совладающего поведения отцов и матерей, как *копинг, ориентированный на избегание, бегство-избегание, социальное отвлечение, дистанцирование, конфронтативный копинг*. Характер такого влияния родительско-детских отношений заключается в том, что восприятие родителями собственных отношений с ребенком-подростком как благополучных является важным фактором конструктивного совладания с *нормативными* трудностями супругов-родителей, уменьшает вероятность использования ими непродуктивных стратегий совладания.
9. Восприятие детьми-подростками своих отношений с родителями как теплых, поддерживающих, интенсивно двусторонне взаимодействующих является ресурсом для выбора и использования конструктивного, проблемно-ориентированного совладания с трудностями. При этом нарушения в отношениях с матерью оказывают более негативное влияние на выбор подростками непродуктивного совладания с трудностями, нежели нарушения в отношениях с отцом, приводят подростков к несовладанию, стремлению к разрядке, улучшению самочувствия за счет слез, криков, алкоголя, сигарет или наркотиков.
10. Обнаружено существенное влияние совладающего поведения обоих родителей на формирование у детей-подростков модели совладающего поведения. Отстраненность и избегание отцами трудных ситуаций лишает подростков потребности действенного, конструктивного совладания, тогда как отцовская активность, принятие ответственности, контроль своих мыслей и чувств уменьшают вероятность выбора подростками стратегий *игнорирование, чудо, уход в себя*. Бегство от трудных ситуаций в совладающем поведении матерей ведет к замкнутости, уходу в себя, нежеланию посвящать окружающих людей в свои проблемы у подростков, стремление матерей к поиску поддержки и помощи в социальном окружении приводит к *самообвинению* подростков в ущерб конструктивному разрешению трудностей.

В заключении подводятся итоги проведенного исследования, намечаются перспективы дальнейшего исследования проблемы.

Содержание диссертации отражено в следующих **публикациях** автора:

1. Белорукова Н.О. Семейные трудности и совладание с ними на разных этапах жизненного цикла семьи // Семья: стресс, копинг, адаптация. Проблемы психологии совладающего поведения в семейном контексте. Коллективная монография / Отв. ред. Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская. – Кострома: Изд-во КГУ им. Н.А. Некрасова, 2003. – С. 32-59.
2. Белорукова Н.О. Зарубежная психология о жизненных событиях как источниках семейного стресса и совладающего поведения супругов // Психология семьи: семейный стресс и совладающее поведение. Монография. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова – Студия оперативной полиграфии «Авантитул», 2004. – С. 24-36.
3. Белорукова Н.О. Психологическое совладание с трудностями мужа и жены на разных этапах жизненного цикла. // Гендерные ценности и самоактуализация личности и малых групп в 21 веке: Материалы междунар. симпозиума, Кострома, 28-29 октября 2004. В 2т. – Т. 1. / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Н.П. Фетискин. – М., Кострома: КГУ им. Н.А.Некрасова, 2004. – С. 40-42.
4. Белорукова Н.О., Куфтяк Е.В. Методики оценки детско-родительских отношений. // Педагогика и психология: общая и специальная. Сб. науч. статей. Вып. 1. / Отв. ред. Е.В. Куфтяк. – Кострома: РЦОИ «Эксперт-ЕГЭ», 2005. – С. 72-76.
5. Белорукова Н.О. Специфика совладающего поведения с трудностями у супругов на разных этапах жизненного цикла семьи. // Психология и практика: Сб. науч. статей. / Под. ред. Т.Л. Крюковой, С.А. Хазовой. – Кострома: Изд-во Костромского РЦОИ «Эксперт-ЕГЭ», 2005. – С. 93-100.