

*С. А. Станибула*

## **ВЛИЯНИЕ СЕМЕЙНОЙ СИСТЕМЫ НА РАЗВИТИЕ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ**

*Статья посвящена изучению влияния основных системных семейных категорий на развитие совладающего поведения личности. Рассмотрена основная специфика развития совладающего поведения в различные периоды жизни. Выявлено влияние семейной системы, в частности существенной роли состава семьи, на развитие совладающего поведения личности.*

Изучение совладающего поведения как механизма преодоления стресса представляет собой достаточно сложную теоретическо-эмпирическую проблему, несмотря на то, что данный вопрос достаточно широко рассмотрен в работах отечественных и зарубежных исследователей. В зарубежной науке достаточно серьезные теоретико-практические результаты нашли отражения в работах Р. Лазаруса, С. Фолкмана, П. Л. Хьюитта, Г. Л. Флетта, П. Т. Коста, М. Р. Сомерфелда, Р. Р. Маккраэ и др. В отечественной литературе основные исследования отражены в работах Т. Л. Крюковой, Л. И. Анцыферовой, А. Б. Леонова, И. М. Никольская, Н. А. Сирота, Р. М. Грановская, С. А. Хазова, Т. В. Корнилова, С. И. Малахова, В. А. Ташлыкова, Е. П. Белинская, Е. Р. Исаева, С. К. Нартова-Бочавер и др. В современных исследованиях достаточно проблематичным встает понимание развитие совладающего поведения. По нашему мнению существенным фактором является специфика семейного взаимодействия как основного аспекта влияющего фундаментальным образом на развитие совладающего поведения личности. Цель исследования рассмотреть влияние семейной системы на развитие совладающего поведения. Метод исследования теоретический анализ литературы.

В научный оборот термин «копинг» (от англ. coping – совладание, преодоление) был введен L. Murphy и означал «некую попытку создать новую ситуацию, будь она угрожающей, опасной, ставящей в неловкое положение, или радостной и благоприятной» [1].

Совладающее поведение А. Маслоу определил как «функциональный ответ» на проблему и актуализировал следующие характерологические компоненты данной категории: четко мотивированно; направленно на решение определенной проблематики; вызывает изменения, как в окружении, так и в самой личности; имеет осознанную природу; приобретает в результате обучения [2].

К. Матени с соавторами понимали под совладающими реакциями любую систему усилий направленных на предотвращение устранения, ослабление воздействия стрессоров [3].

Ряд авторов рассматривает феномен «совладающего поведения» как тенденциозный динамический процесс психики по устранению проблем с целью оптимизации эмоционального состояния. В частности в таком контексте рассматривал совладающее поведение R. S. Lazarus определяя его как «стремление к решению проблем, которое предпринимает индивид, если требования имеют огромное значение для его хорошего самочувствия (как в ситуации, связанной с большой опасностью, так и в ситуации, направленной на большой успех), поскольку эти требования активируют адаптивные возможности» [4, с. 34].

Таким образом, совладающее поведение представляет собой сложный биопсихосоциальной феномен, позволяющий личности преодолевать стрессовые ситуации любой продолжительности и интенсивности.

В настоящее время известны немногочисленные исследования, в фокусе которых рассматривается динамика защитных механизмов и копинг-поведения на разных возрастных этапах развития личности.

Е. Р. Исаева утверждала, что стилистика совладающего поведения активно формируется в юном возрасте, на начальном этапе становления взрослости. Основным критерием по которому копинг-стратегии присваиваются личностью это их эффективность в решении тех или иных проблемных ситуаций, автор выдвигает идею согласно которой юный возраст считается ключевым в выработке того или иного стиля копинг-поведения а в дальнейшем человек лишь автоматически использует те или иные репертуары совладающего поведения. Ключевым в данном процессе «является умение предотвращать (или предвосхищать) проблемы, т.е. упреждающий метод борьбы (совладания) со стрессом; с возрастом формируется «модель экономии энергии» в проблемно-решающем поведении» [5, с. 147].

М. А. Одинцова, изучая подростков с установкой жертвы, пришла к выводу, что стилистика совладания достаточно устойчивая категория зависящая, прежде всего от установок и опыта приобретаемых в процессе жизнедеятельности, а так же от энергетического потенциала личности [6, с. 71].

Данные теоретико-практические исследования подтверждаются исследованиями А. В. Смирновой, которая достаточно полно описала те динамические процессы, которые характерны для периода становления совладающего поведения у детей в возрасте 7–11 лет. Как утверждает исследователь именно период 7–11 лет это время активного формирования различной специфики копинг-поведения ребенка, в данный период копинг-стилистика характеризуется определенной неравномерностью, нестабильностью и существенной изменчивостью в различные кризисные точки коими могут являться установление социальных контактов, освоение новых видов деятельности и т. д., то есть тех социокультурных процессов которые требуют применения новых адаптационных стилей. Существенные динамические процессы происходят от младшего школьного возраста к младшему подростковому характеризующиеся установлением у данной категории подростков стилей совладания социальноприемлемого характера, с актуализацией, одной из важнейших характеристик копинг-поведения которой является осознанность [7].

Данную динамику подтверждают и исследования Р. М. Кнарр, который в своих работах посвященных развитию совладающего поведения, пришел к выводу, что дети младшего школьного возраста преимущественно используют проблемно-фокусированные и поведенческие стратегии, направленные преимущественно на изменение ситуации в целом, подросткам же свойственна эмоционально-фокусированная и когнитивная специфика совладающего поведения [8].

По нашему мнению, семья является той средой, где в результате взаимодействия и идентификации со значимыми взрослыми совладающее поведение формируется и приобретает те или иные особенности. Это доказывают исследования М. В. Сопоровской, которая, исследуя влияние семьи на совладающее поведение, пришла к выводу, что «способы совладания с трудностями в семье передаются на основе трансгенерации или «социального наследования», т. е. разновидности социальной межпоколенной связи в семье, основанной на передаче и приеме опыта в направлении от предков к потомкам» [9]. По ее мнению совладающее поведение передается в соответствии с двумя типами межпоколенной трансгенерации «межпоколенное воспроизводство» и «межпоколенная преемственность». Именно поэтому, при воссоздании потомками опыта предков возможно повторение как конструктивного, так и деструктивного опыта оценки стрессов и совладания. Относительно межпоколенной преемственности нами подчеркивается, что потомками учитывается и воссоздается только ценный и полезный опыт предков. В основе этого вида связи лежит процесс усвоения. Межпоколенное воспроизводство базируется на неосознаваемых механизмах идентификации со значимым взрослым [9].

Межпоколенный копинг как форма совместной активности членов семьи, основанной на механизмах трансгенерации (воспроизводства и преемственности), является важным внутригрупповым процессом, во многом определяющим направленность социально-психологического развития семьи как группового субъекта [10, с. 201].

Таким образом, семейная система является существенным фактором, влияющим на специфику совладающего поведения. Специфика совладающего поведения формируется в раннем детстве и передается на основе трансгенерации или «социального наследования», которая базируется на механизмах идентификации со значимыми взрослыми. Это существенным образом свидетельствует о том, что такая системная категория как состав семьи влияет на развитие совладающего поведения личности. Влияние же других категориальных компонентов семейной системы недостаточно изучено в научной литературе.

### Литература

- 1 Murphy, L. Coping, vulnerability, and resilience in childhood / L. Murphy // Coping and adaptation; ed. by G.V. Coelho, D.A. Hamburg, J.E. Adams. New York: BasicBooks. – 1974. – P. 69–100.
- 2 Маслоу, А. Психология бытия / А. Маслоу. – М.: Изд-во «РЕФЕЛ-БУК», 1997. – 300 с.
- 3 Matheny, K. B. Stress coping: A qualitative and quantitative synthesis with implications for treatment / K. B. Matheny, D. W. Aycok, J. L. Hugh, W. L. Cutlette, K. A. Silva-Cannella // Counseling Psychologist. – 1986. – V. 14. – P. 499–549.
- 4 Lazarus, R. S. Psychological stress and the coping process / R. S. Lazarus. – New York: McGraw-Hill, 1966. – 466 p.
- 5 Исаева, Е. Р. Копинг-поведение: анализ возрастных и гендерных различий на примере российской популяции / Е. Р. Исаева. – Вестник ТГПУ, Раздел «Психология». Вып. № 11 (89) 2009. – Томск: Изд-во ТГПУ. – С. 144–147.
- 6 Одинцова, М. А. Механизмы психологической защиты у подростков с установкой «жертва» / М. А. Одинцова. – Вестник психологии образования. – 2008. – № 3. – С. 67–72.
- 7 Смирнова, А. В. Половозрастные и семейные факторы становления совладающего поведения у детей младшего школьного возраста. Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., СПб., 2010.
- 8 Knapp, L. G. Assessing coping in children and adolescents: Research and practice / L. G. Knapp, L. J. Stark, J. A. Kurkjian, A. A. Spirito // Educational Psychology Review. – 1991. – Vol 3. – N 4. – P. 309–334.
- 9 Сапоровская, М. В. Психология межпоколенных отношений в современной российской семье / М. В. Сапоровская. – Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. – 2012. – Том 19. – № 5. – С. 134–139.
- 10 Сапоровская, М. В. Совладание в межпоколенном срезе / М. В. Сапоровская. – Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. – 2013. – Том 19. – № 5. – С. 198–201.

УДК 159.9.019.43..316.622...316.627–057.875

*С. А. Станибула*

### СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ СТУДЕНТОВ

*Статья посвящена изучению совладающего поведения студентов. Выявлены наиболее популярные копинг-стратегии у студентов такие как самоконтроль, положительная переоценка и бегство-избегание. Выявлено что менее используемой копинг-стратегией*