

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ**

НАУКА – ШАГ В БУДУЩЕЕ

*Сборник научных трудов
по материалам ежегодной Всероссийской
научно-практической конференции
молодых ученых
(г. Уфа, 22 ноября 2022 г.)*

**У ф а
РИЦ УУНиТ
2022**

УДК 159.9+001
ББК 88.3+72
Н34

*Печатается по решению кафедры
общей психологии факультета психологии УУНиТ.
Протокол № 7 от 08.12.2022 г.*

Редакционная коллегия:

доцент каф. общей психологии **Н.В. Асафьева** (*отв. редактор*);
зам. декана по научной работе **Е.В. Ахмадеева** (*зам. отв. редактора*);
профессор каф. общей психологии д-р психол. наук **Л.Г. Дмитриева**;
председатель постоянной комиссии Совета ГО г. Уфа РБ по науке,
образованию, культуре, социал. политике, здравоохранению

И.Р. Сухарева;

начальник отдела по работе с общественными объединениями
Центра местной активности Администрации ГО г. Уфа **Л.Ю. Валеева**;
ст. преподаватель каф. общей психологии **М.С. Хухрин**
(*отв. секретарь*)

Наука – шаг в будущее: сборник научных трудов по материалам
Н34 ежегодной Всероссийской научно-практической конференции
молодых ученых (г. Уфа, 22 ноября 2022 г.) / отв. ред.
Н.В. Асафьева. – Уфа: РИЦ УУНиТ, 2022. – 380 с.

ISBN 978-5-7477-5650-2

Сборник содержит материалы конференции, где отражены результаты
теоретических и эмпирических исследований в области психологии и
педагогике.

Сборник предназначен для преподавателей, аспирантов, студентов
вузов, а также широкому кругу читателей, интересующихся психологией.

УДК 159.9+001
ББК 88.3+72

ISBN 978-5-7477-5650-2

© УУНиТ, 2022

<i>Викторович А. Л.</i> Метаанализ исследований: стратегии совладания с трудными ситуациями в семейной системе .81	
<i>Гайнетдинова Р. М., Жалнина А. Х., Жалнин К. С.</i> Особенности современного периода развития инклюзивного образования в корреляции с иной проблематикой школьного обучения.....	89
<i>Ефремова В. О.</i> Особенности организации психологических исследований в образовании.....	93
<i>Карманова Т. М.</i> Изучение адаптации к новым социокультурным условиям студентов из стран ближнего зарубежья с разными показателями социальной идентичности.....	98
<i>Коношенко И. В.</i> Проблема изучения совладающего поведения в психологии	106
<i>Косаревич О. С.</i> Характеристики психологического благополучия креативной личности в юношеском возрасте	112
<i>Крылова Е. О.</i> Адресное целеполагание интегрированного обучения в системе моделирования психолого-педагогических условий обучения.....	119
<i>Николенко А. А.</i> Мотивация дошкольников к совместной с педагогом образовательной деятельности.....	127
<i>Павлова А. И.</i> Психологические аспекты позиционирования себя как психолога-консультанта в социальных сетях	135
<i>Приказчикова О. С.</i> Формирование навыков командной работы в условиях методического объединения преподавателей.....	133
<i>Стопинов И. С.</i> Конфликт поколений в образовательном процессе	141

УДК 159.923

Викторович Анастасия Леонидовна

Барановичский государственный университет,
Факультет педагогики и психологии, студент 4 курса

Научный руководитель: Нестер Е. Ф.

МЕТААНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЙ: СТРАТЕГИИ СОВЛАДАНИЯ С ТРУДНЫМИ СИТУАЦИЯМИ В СЕМЕЙНОЙ СИСТЕМЕ

Аннотация. В статье представлен анализ известных зарубежных и отечественных исследований совладающего поведения в семье. Описываются формы семейного совладания, его развитие и динамика в семье, а также оценка его эффективности.

Ключевые слова: копинг-стратегии, семейное совладание, диадический и семейный копинг, динамика совладания.

Совладание с кризисными ситуациями семейной системе — новое направление в психологии, которое объединяет семейный системный подход, концепции стресс-копинг процесса и субъектный подход.

В наши дни, характеризующиеся наличием множества разрушительных факторов, которые так или иначе влияют на социальную систему в целом и на ее подструктуры в частности, семья как общественный институт не остается в стороне и претерпевает различные изменения, которые временами приводят к ее неустойчивости. Среди важнейших функций семьи является обеспечение адаптации личности к преобразованиям в социальной структуре, передача норм и правил общественной морали. В связи с данными фактами особое значение приобретает качество семейных отношений, наличие у супругов взаимопонимания и взаимной

поддержки. Однако, сложность современных социальных процессов, влияющих на семейное пространство, приводит к широкому распространению семейных конфликтов, которые нарушают привычный уклад жизнедеятельности, вызывают эмоциональную нестабильность членов семьи, являясь помехой перед полноценным исполнением их социальных и семейных ролей. Семейная жизнь играет центральную роль в жизни каждого человека: ее развитие, происходящие в ней события, а также возникающие конфликты, их частота и способы разрешения – все это непосредственно влияет на качество семейных отношений.

Понятие «совладающее поведение», или «копинг», используется для обозначения поведения личности в любых ситуациях, которые человек воспринимает в качестве критических. В современной психологической науке совладающее поведение объясняется как поведение, которое позволяет субъекту справиться со стрессовой ситуацией путем осуществления осознанных действий (способов), адекватных ситуации.

До настоящего времени копинг-стратегии в рамках семьи рассматривались с точки зрения этапов её жизненного цикла. Основные направления развития проблемы стресса и копинга в системе межличностных отношений представителями зарубежной семейной психологии связаны с изучением такого качества, как «resilience» – способность к возвращению на дострессовый уровень активности и благополучия, что отражено в публикациях таких известных авторов, как Г. Боденманн [1], Г.И. Маккуббин [8].

В отечественной психологии интерес к изучению совладающего поведения в группе, а именно в семье, возник несколько позже. И.М. Никольская, являющаяся одной из первых исследователей совладающего поведения в России, в своей статье «Совладающее поведение в защитной системе человека» описала совладающее поведение в рамках клинического подхода, акцентируя внимание на анализе сознательных и бессознательных составляющих во взаимосвязи с жизненным контекстом клиента. Также автор утверждала, что среда, в т. ч. и семья, несёт на себе одну из ведущих ролей в формировании защитной психологической системы. Исследование также содержит

результаты исследования копинга у детей в зависимости от их пола, возраста и личностных свойств [9]

Т. В. Гущина в работе изучила феномены в ситуациях, характеризующиеся крайней степенью неблагополучия (изъятие ребенка из семьи с последующим помещением в социальное учреждение). Исходя из результатов проведенного ею исследования, дети из дисфункциональных семей отличаются превалированием защитного поведения, а также эмоционального копинга. В дополнение в статье был представлен анализ влияния характера взаимоотношений матери, проявляющей тенденции отклоняющегося поведения, и ребенка на то, как дети выбирают способы совладающего поведения, а также на включение психологических механизмов защиты [2].

В свою очередь, Т.Л. Крюкова в своей работе представила взаимосвязь качеств человека и выбора трех основных стилей копинга, а именно: проблемно-ориентированного, эмоционально-ориентированного и избегания. Эмпирическим путем автор доказала, что диспозиционный фактор совладания опосредует выбор эмоционально-ориентированного копинг-стиля [6].

Также в совместной работе Т.В. Крюковой и Е.А. Петровой было проанализировано содержание социально-психологических факторов в контексте выбора совладающего поведения.

Таким образом, на формирование совладающего поведения влияет социокультурная среда индивида, т.е. копингу можно научиться у ближайшего (семейного) окружения [5].

В работе Е.Ф. Куфтяк копинг в семье изучается в рамках системно-субъектного подхода. При изучении согласованности совладания с трудностями супругов было выявлено, что взаимосвязь действий и результатов активности супругов на разных этапах жизненного цикла семьи отражает индивидуальный социально-поддерживающий процесс сохранения целостности семьи [4].

Следующий автор, О.Б. Подобина, в своей работе исследует принятие роли матери в качестве кризисного этапа, которому присущи свои специфические стрессы. Автор, изучив поведение женщин от беременности до материнства, утверждает, что выбор совладания со

стрессом, вызванным данным этапом, значительно обусловлен динамическим, или ситуативным, фактором [10].

На сегодняшний момент неизученными остаются многие аспекты семейного совладания с трудностями и стрессами. Также отмечается дефицит теоретических знаний в рамках соотношения индивидуального и диадического совладания: диадический копинг исследован преимущественно в супружеских отношениях; индивидуальный – в контексте романтических отношений. Детального, содержательного рассмотрения способов разрешения супружеских конфликтов в молодых семьях не проводилось.

Одной из самых разработанных и распространенных теорий копинг-стратегий является концепция Р. Лазаруса. Копинг он рассматривал как средства психологической защиты от влияния психотравмирующих событий, вырабатываемые человеком. Эти средства предназначены для воздействия на ситуативное поведение личности в определенных условиях, предъявляемых средой. Термин «копинг» начали активно использовать в начале 60-х годов 20 века в рамках американской психологии при изучении поведения человека в стрессовых ситуациях. Данные исследования были составной частью массивного когнитивистского движения, которое начало формироваться в тех же годах в работах И. Джеймса, Л. Мерфи, Дж. Роттера, Р. Лазаруса.

Копинг-стратегии систематизируются в копинг-стили, становясь более сложными поведенческими структурами. Е.А. Белан полагал, что копинг-стратегии, имеющие схожие содержательные характеристики, целесообразно объединить в группы и отнести к определенным типам совладающего поведения.

Согласно определению М.А. Холодной, копинг-стиль – это тенденция личности действовать определенным, стереотипным образом в стрессовых ситуациях, выбирая определенные модели поведения [11]. Чем же отличаются копинг-стратегии от копинг-стилей? Копинг-стили – это совокупность копинг-стратегий, являясь более сложным поведенческим проявлением.

Р. Лазарус и С. Фолкман выделяют восемь основных копинг-стратегий: планирование решения проблемы, конфронтационный

копинг, принятие ответственности, самоконтроль, положительная переоценка, поиск социальной поддержки, дистанцирование, бегство-избегание [7].

Данные копинг-стратегии можно разделить на две группы: ориентированные на проблему и ориентированные на эмоции. Каждый человек применяет все стратегии, но в разном соотношении, руководствуясь предъявляемыми условиями среды, личностным потенциалом, эмоциями и т.п. Использование различных стратегий влияет на развитие семейной жизни и на степень удовлетворенности членов семьи. Удовлетворенность браком – один из основных показателей его качества. Удовлетворенность и стабильность брака рассматриваются через удовлетворение или неудовлетворение различных потребностей супругов (и других ее членов). На сегодняшний день можно выделить следующие базовые потребности супружества: потребность в эмоциональном тепле, потребность в ощущении ценности и важности своей личности, потребность во взаимопомощи и взаимоподдержке. Эти потребности играют фундаментальную роль в устойчивости брака. Если возникает конфликт потребностей супругов (когда один из супругов рассматривается другим как препятствие в удовлетворении собственных потребностей), это ведет к неустойчивости брака. Как мы видим, выбор конструктивной копинг-стратегии является крайне важным для благополучного функционирования брака. В наибольшем риске находится молодая пара в силу своего нахождения на ранних этапах формирования полноценной семейной системы. Брак в первые годы супружества – это новая ступень в жизни обоих супругов, характеризующаяся разрушением имеющихся и укоренившихся в сознании молодоженов стереотипов. В процессе преобразования данных стереотипов молодая семья остро реагирует на трудности психологического, эмоционального и бытового характера. Совокупность этих трудностей, которую пара не в состоянии «купировать», может привести к распаду брака еще на ранних этапах.

Достижение потребностной удовлетворенности достигается применением копинг-стратегий не только на уровне отдельного индивида, но и на уровне пары как устойчивой замкнутой системы. Существуют две группы таких стратегий: диадические и семейные [3].

Диадический копинг – те поведенческие проявления одного из партнеров, которые направлены на улучшение функционирования другого, влияющее на их взаимоотношения. Г. Боденманн считает, что такой копинг является системным событием, которое основано на учете стрессовых сигналов одного партнера с последующим восприятием этих сигналов другим партнером, а также его ответное реагирование. В рамках диадического копинга можно выделить две группы: симметрический и комплементарный диадический копинг. Симметрический копинг характеризуется схожей взаимосвязью применения стратегий совладания; комплементарный копинг – выбором одним из партнеров более эффективной позиции, чем другой.

Семейный копинг – это взаимодействие и объединение копинг-стратегий каждого члена семьи: совладающее поведение одного из партнеров находится во взаимосвязи с поведением второго. Согласно концепции семейного совладания Е.В. Куфтяк, выделяют три стиля семейного копинга:

1. Стиль «эмоциональной направленности»: фокусировка на эмоциональной стороне совладания с собственными отрицательными переживаниями и мыслями, вызываемыми травмирующими событиями (уход от развивающегося конфликта); направленность на личные потребности и интересы; погружение в свой эмоциональный «мир»;

2. Стиль «семейная эмоциональная регуляция»: направленность на смещение локуса внимания с себя, совместный поиск средств преодоления;

3. Стиль «семейной эмоционально-позитивной включенности»: обращение эмоциональной составляющей супружеских отношений через демонстрацию супругами чувств, переживаний и физической привязанности по отношению друг к другу [7].

Важным аспектом формирования семейного копинг-стиля является наличие или отсутствие детей, а также их количество и возраст. Исходя из результатов исследования Е.В. Куфтяк, опишем общие тенденции формирования копинг-стилей в зависимости от наличия детей. Стиль «эмоционально-позитивной включенности» чаще будет выражен на стадии, когда семья только формируется, и в семьях с детьми-подростками. Здесь копинг подразумевает попытки

преодоления отрицательно окрашенных ситуаций путем фокусирования на эмоциональной стороне супружеских отношений. Данное поведение обусловлено особенностями этапов диады (доминирование эмоциональной основы отношений) и этапа зрелости (происходит переоценка семейных отношений с последующим возвратом к эмоциональной составляющей). На стадии ожидания ребенка превалирует стиль «эмоциональной направленности супруга», что опосредовано осознанием мужчинами необходимости их участия во многих семейных вопросах. Доминирование стиля «семейная эмоциональная регуляция – проблемно-ориентированность» характерно для семей, имеющих ребенка дошкольного возраста. Данный стиль позволяет преодолеть собственные конфликты и преобразовать ситуацию через ее разрешение. Преобладание того или иного стиля семейного копинга обусловлено задачами жизни семьи и нормативной ситуацией семейного кризиса, а также потенциалом семьи [3].

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

– копинг-стратегии в семейной системе формируются на основе уже имеющихся у супругов индивидуальных способов совладания с трудными жизненными ситуациями, а также на основе их преобразования под взаимовлиянием и взаимодополнением;

– успешность выбора эффективных копинг-стратегий зависит от множества факторов: психологическая культура партнеров, наличие схожих ожиданий от разрешения ситуации, высокий уровень взаимопонимания, высокий уровень удовлетворенности браком, умение обозначить задачи, которые семья ставит перед собой и т.д.

Список использованных источников

1. Боденманн Г., Мьювли Н., Кайзер К. Две концепции диадного совладания и их потенциал для прогнозирования качества отношений и индивидуального благополучия // Европейская психология. – 2011. – № 16. – С. 255–266.

2. Гущина Т.В. Защитное и совладающее поведение в дисфункциональной семье в период кризиса. Российский педагогический гос. университет им. А.И. Герцена. РНБ Русский фонд, 2006. 25 с.

3. Куфтяк Е.В. Концепция семейного совладания: основные. Медицинская психология в России: электрон. науч. Журн, 2012. № 5 (16). URL: <http://medpsy.ru> (12.10.2022).

4. Куфтяк Е.В. Совладающее с трудностями поведение в семье. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 365-385.

5. Крюкова Т.Л. Социально-психологические ресурсы совладания: семейная история и значимые предки. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 455-469.

6. Крюкова Т.Л. Человек «совладающий»: качества субъекта и особенности совладающего. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 257-274.

7. Лазарус Р. Эмоции и межличностные отношения: к личностно-центрированному осмыслению эмоций и копингу // Журнал. Личности. – 2006. – Т. 74 (1). – С. 9-46.

8. Маккуббин Г.И., Паттерсон Дж.М. Процесс семейного стресса: модель приспособления и адаптации Double ABCX // Marriage and Family Review. – 1983. – Вып. 6. – С. 7–37.

9. Никольская И.М. Человек «совладающий»: качества субъекта и особенности совладающего поведения. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 257-274.

10. Подобина О.Б. Совладающее поведение женщины на этапе принятия роли матери. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 385-401.

11. Холодная М. А. Онтологические основания совладающего поведения. Известия Томского политехнического университета. Инжиниринг госресурсов, 309 (3), 2006. С. 210-214.

© Викторovich А. Л., 2022