

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра Общей и консультативной
психологии

наименование кафедры

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

**Оценка влияния стажа брака, степени интернальности и
индивидуальных копингов на формирование супружеских копинг-
стратегий (консультативный аспект)**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА

студента (ки) 3 курса 301 группы

направления
(специальности)

37.04.01 «Психология»

код и наименование направления (специальности)

факультета психологии

наименование факультета, института, колледжа

Губановой Людмилы Валентиновны

фамилия, имя, отчество

Научный руководитель

доцент, кандидат
психологических наук

должность, уч. степень, уч. звание

Орлова М.М.

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

доктор психологических наук,
доцент

должность, уч. степень, уч. звание

Фролова С. В.

инициалы, фамилия

Саратов 2022 г

Введение

Актуальность исследования. В настоящее время – время глобальных социально-экономических трансформаций – особое значение приобретает качество семейных отношений, наличие у супругов взаимопонимания и взаимной поддержки, поскольку семья является одним из основных институтов общественной жизни и является одним из важнейших аспектов в развитии здоровой личности. Вместе с тем, поддержание супружеских взаимоотношений на необходимом уровне является достаточно сложной задачей, что обусловлено исходными различиями в личностных характеристиках супругов, а также изменениями, которые происходят в процессе их совместного проживания. Данные различия определяют, в том числе, способы реагирования мужчин и женщин, состоящих в браке, на возникающие по ходу жизни трудности и проблемы, а именно их копинг-стратегии.

Под копинг-стратегиями понимается целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией (или стрессом) способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, – через осознанные стратегии действий. Согласованность супружеских копинг-стратегий обеспечивает стойкость семейных взаимоотношений, а также высокий уровень адаптивности семьи. Прямо противоположенная ситуация наблюдается в случае кардинального расхождения в выбираемых супругами вариантах совладающего поведения.

Последнее может быть обусловлено, в том числе, расхождениями в индивидуальных копинг-стратегиях, а так же в степени интернальности мужчин и женщин, состоящих в браке и в степени их обращенности к внешним или внутренним факторам окружающей действительности. Кроме того, немалое значение здесь имеет стаж брака, который определяет специфику взаимоотношений между супругами, в том числе их готовность действовать сообща и уступать друг другу.

Обозначенная актуальность стала основанием для формирования темы исследования: «Оценка влияния стажа брака, степени интернальности и индивидуальных копингов на формирование супружеских копинг-стратегий (консультативный аспект)».

Степень изученности проблемы. Теоретические подходы к исследованию супружеских копингов представлены в работах Э.Г. Эйдемиллера, И.В. Добрякова, И.М. Никольской, С. Хобфолла, Т. О'Брайена, А. Де Лонгиса, А.В. Суворовой, К.Н. Косолаповой, Т.П. Опекиной и др. Связь супружеских копингов с личностными особенностями изучается в исследованиях Т.Л. Крюковой, М.В. Сапоровской, Н.С. Тягиной, Т.Б. Балашовой, М.В. Сапоровской и др. Влияние стажа брака на формирование супружеских копинг-стратегий рассматривается Н.А. Цветковой, Ю.А. Коротковой, Р.А. Зотовой, В.Г. Сабликовой и др.

Несмотря на достаточно широкую изученность различных аспектов влияния стажа брака, степени интернальности и индивидуальных копингов на формирование супружеских копинг-стратегий, в современной научной литературе недостаточно исследований, посвященных совокупному изучению указанных факторов. Это подтверждает актуальность выбранной темы исследования.

Объект исследования: личностные и межличностные особенности людей в возрасте 20-50 лет.

Предмет исследования: анализ роли личностных и социальных предикторов на формирование супружеских копинг-стратегий.

Цель исследования: оценка влияния стажа брака, степени интернальности и индивидуальных копингов на формирование супружеских копинг-стратегий и использование ее в консультативной практике.

Задачи теоретического исследования:

1. Рассмотреть теоретические аспекты изучения супружеских копинг-стратегий и личностных факторов, определяющих их.

2. Определить теоретические подходы к исследованию супружеских копингов.

3. Выявить связь супружеских копингов с личностными особенностями.

4. Определить влияние стажа брака на формирование супружеских копинг-стратегий.

Задачи эмпирического исследования:

1. Исследовать супружеские копинг-стратегии у мужчин и женщин 20-50 лет.

2. Исследовать степень интернальности у мужчин и женщин 20-50 лет.

3. Исследовать индивидуальные копинг-стратегии у мужчин и женщин 20-50 лет.

4. Выделить предикторы супружеских копинг-стратегий.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что супружеские копинг-стратегии зависят от степени интернальности супругов, их индивидуальных копингов и стажа брачных отношений.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ научной литературы по теме исследования.

2. Эмпирические:

– методика «Супружеский копинг» М. Боумана в адаптации Е.В. Куфтяк;

– опросник «Способы совладающего поведения, WCQ (Лазарус)»;

– методика «Локус контроля» Дж. Роттера.

3. Математико-статистические: количественный и качественный анализ данных; t-критерий Стьюдента; регрессионный анализ.

Теоретическая значимость исследования заключается в расширении уже существующих представлений о супружеских копинг-стратегиях и их взаимосвязи с личностными особенностями мужчин и женщин, состоящих в браке, в частности со степенью интернальности и индивидуальными копингами.

Практическая значимость исследования состоит в том, что его результаты могут быть использованы в психологическом консультировании супружеских пар для коррекции супружеских копинг-стратегий, а также в учебном процессе студентов-психологов при изучении курсов «Семейная психология» и «Психологическое консультирование».

Основное содержание работы

В **первой главе** работы изучены теоретические аспекты изучения супружеских копинг-стратегий и личностных факторов, определяющих эти стратегии. В частности, рассмотрены теоретические подходы к исследованию супружеских копингов, изучена связь супружеских копингов с личностными особенностями, проанализированы исследования, в которых рассматривается влияние стажа брака на формирование супружеских копинг-стратегий.

По итогам теоретического исследования, проведенного в первой главе работы, было определено следующее. В стрессовой ситуации человек может прибегать к одной или нескольким копинг-стратегиям, выбор которых определяется его личностными характеристиками и средовыми копинг-ресурсами. Находясь в межличностных отношениях, в частности, в брачных отношениях, партнеры выбирают единый для обоих стиль совладающего поведения, что носит название супружеского копинга, специфика которого отражает то, какие усилия готов предпринять каждый из членов семьи для решения имеющихся проблем. То, к какой семейной стратегии совладания прибегнет та или иная супружеская пара, зависит от специфики взаимодействия супругов в трудных ситуациях и качества их взаимоотношений. На данный выбор также влияют индивидуальные копинг-стратегии супругов и, соответственно, личностные особенности.

Последнее определяет, в том числе, уровень сплоченности супругов, их психологической совместимости и удовлетворенности браком. Выбор продуктивного супружеского копинга зависит от таких личностных особенностей как: высокий уровень ответственности, низкий уровень эмоционального реагирования на трудности, способность к самоконтролю,

умение принимать других и т.д. Определяющим в данном случае является умение нести ответственность. Вместе с тем при высокой удовлетворенности браком супруги способны продуктивно справляться с жизненными трудностями даже при расхождении их индивидуальных копингов.

То, к какому стилю семейного совладания прибегнут супруги, зависит и от стажа их брачных отношений, но данная взаимосвязь носит косвенный характер, поскольку определяющими в данном случае является удовлетворенность браком и личностные особенности реагирования на трудности, которые, как правило, ухудшаются по мере накопления опыта совместного проживания. В соответствии с этим, наиболее продуктивные супружеские копинги наблюдаются у молодых семей, тогда как семьи с детьми и зрелые семьи склонны использовать не только проблемный анализ, но и смирение и избегание необходимости решать проблемы, то есть менее продуктивные копинги. Здесь также стоит учитывать и возраст супругов, которые по мере взросления предпочитают уходить от эмоционального способа решения проблем.

Во **второй главе** работы приведено эмпирическое исследование супружеских копинг-стратегий. В исследовании принимали участие 60 человек, которые составляют 30 супружеских пар в возрасте от 20 до 50 лет со стажем семейной жизни от 1 года до 20 лет. Для проведения исследования испытуемые были разделены на 2 группы в зависимости от стажа семейной жизни: группа 1 – молодые пары (стаж семейной жизни от 1 до 6 лет) – 15 пар; группа 2 – зрелые пары (стаж семейной жизни от 7 до 20 лет) – 15 пар.

В частности, были изучены супружеские копинг-стратегии, степень интернальности и индивидуальные копинг-стратегии мужчин и женщин 20-50 лет, а также выделены предикторы супружеских копинг-стратегий. На основании проведенного эмпирического исследования разработаны рекомендации по организации психологического консультирования, направленного на коррекцию супружеских копинг-стратегий.

Выводы по результатам эмпирического исследования

По итогам эмпирического исследования, проведенного во второй главе работы, было определено следующее.

Молодые пары в сравнении со зрелыми парами склонны использовать более эмоциональные способы разрешения семейных трудностей при более позитивном отношении к трудностям, которых они не избегают, как это зрелые пары. Кроме того, молодые пары, в отличие от зрелых пар, в большей степени склонны принятию ответственности за происходящее на себя, в соответствии с чем, причину возникших обстоятельств и способ их решения они также ищут в себе. При этом молодые пары в сравнении со зрелыми не испытывают необходимости в общественном одобрении и не нуждаются в поддержке со стороны других людей, что в целом указывает на их склонность к применению более продуктивных копинг-стратегий. Также молодые пары чаще выбирают эмоциональное реагирование и в случае с индивидуальным копингом. При этом они рассматривают жизненные трудности в контексте возможностей развития. Зрелые пары, напротив, стремятся подавить эмоции, а от проблем предпочитают устраниваться. Вместе с тем и те, и другие пары в равной степени склонны к планированию решения сложностей.

В процессе выявления предикторов супружеских копинг-стратегий было определено следующее. Предиктором супружеских копинг-стратегий молодых пар – «Конфликтного стиля», «Позитивного стиля» и «Эгоистического стиля» является индивидуальная копинг-стратегия «Принятие ответственности», напрямую связанная со стратегией «Позитивный стиль» и отрицательно – со стратегиями «Конфликтный стиль» и «Эгоистический стиль». Таким образом, молодые пары, склонные к принятию ответственности на себя, в семейных взаимоотношениях будут прибегать к позитивному стилю совладания и избегать конфликтного и эгоистического способа решения возникших проблем. В противном случае

будет выбран либо агрессивный стиль поведения, либо эгоистический или же они будут применяться в совокупности.

Предиктором супружеских копинг-стратегий зрелых пар – «Самообвинение» и «Эгоистический стиль» – выступают индивидуальные копинги «Конфронтационный копинг» и «Самоконтроль». «Эгоистический стиль» положительно связан с «Конфронтационным копингом», а «Самообвинение» отрицательно связано с «Конфронтационным копингом» и «Самоконтролем». Таким образом, зрелые супруги, склонные к агрессивной тактике поведения при решении проблем, в процессе решения семейных трудностей будут прибегать к эгоистичному стилю реагирования, и не будут искать источник возникновения этих трудностей в себе. При выборе зрелыми парами в качестве индивидуального копинга самоконтроля, то в семейных взаимоотношениях они также не будут прибегать к самообвинению, поскольку это подразумевает отрицание прочих других факторов возникновения проблем.

Полученные результаты исследования подтвердили основную выдвинутую гипотезу. Данные результаты легли в основу **рекомендаций по организации психологического консультирования, направленного на коррекцию супружеских копинг-стратегий.** Среди указанных рекомендаций можно выделить следующие основные моменты. Программа работы с супружескими парами в данном случае должна опираться на формирование у них склонности к выбору продуктивных копинг-стратегий, как индивидуальных, так и супружеских и ставить своей целью установления баланса во взаимоотношениях между супругами. В первую очередь, это касается умения разрешать конфликты, возникающие в семье. Работу необходимо строить в форме тренинга и включать в него метод психодрамы, суть которого заключается в проигрывании различных жизненных ситуаций, что позволяет участникам тренинга определить ошибки в своем поведении, посмотрев на себя со стороны. Опираясь на указанные рекомендации нами был разработан пример тренинга, который может быть проведен с молодыми

и зрелыми супружескими парами с целью оптимизации используемых ими копинг-стратегий.