

СТРАТЕГИИ ПОВЕДЕНИЯ БРАЧНЫХ ПАРТНЕРОВ С РАЗЛИЧНОЙ СТЕПЕНЬЮ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ БРАКОМ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

Калинина Н. В.

ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный университет», Ульяновск, Россия, (432970, г. Ульяновск, ул. Л. Толстого д. 42), e-mail: contact@ulsu.ru

В статье анализируются трудные жизненные ситуации в современной молодой семье, исследуются социальные ресурсы их преодоления, рассмотрена роль социальной поддержки брачного партнера в преодолении трудных жизненных ситуаций. Изучена взаимосвязь удовлетворенности браком с выбором брачными партнерами стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях. Выявлена положительная зависимость между показателями удовлетворенности браком и стратегиями, ориентированными на отношение к работе и опосредованное реагирование. Установлено, что наиболее значимыми для удовлетворенности браком являются стратегии, ориентированные на решение задачи, для которых характерна проблемно-ориентированная реакция на различные трудные, огорчающие или стрессовые ситуации, т.е. люди с этой доминирующей копинг-стратегией склонны разрешать данные ситуации конструктивно

Ключевые слова: трудная ситуация, стратегии преодоления, социальные ресурсы, удовлетворенность браком.

THE STRATEGY OF BEHAVIOR OF MARRIAGE PARTNERS WITH VARYING DEGREES OF SATISFACTION WITH THE MARRIAGE IN DIFFICULT LIFE SITUATIONS

Kalinina N. V.

Ulyanovsk state University, Ulyanovsk, (432970, L. Tolstogo street, 42), e-mail: contact@ulsu.ru

This article analyzes the difficult life situations in today's young family, investigates the social resources to overcome them, examined the role of social support for a marriage partner in overcoming difficult situations. Also in this article studied the interrelation of satisfaction in marriage with the choice of marriage partners, strategies for behavior in difficult situations. A positive relationship between indicators of marital satisfaction and strategies focused on attitudes and indirect responses. It is established that the most important for marital satisfaction are oriented strategies to solve problems that are characterized by a problem-oriented response to various difficult, sad or stressful situations, i.e. people with this dominant coping strategy tend to resolve these situations constructively.

Key words: a difficult situation, coping strategies, social resources, marital satisfaction.

Введение. Самореализация личности в современном быстро меняющемся обществе и качество жизни во многом определяются тем, насколько личность может преодолевать жизненные трудности и разрешать трудные ситуации. Семья и брак являются важнейшей сферой самореализации личности и значимо влияют на качество жизни. Переход страны в условия качественно новых экономических отношений существенно повлиял на структуру многих семей как малых групп, породив непривычные для них внутригрупповые изменения. Современная семья часто оказывается в трудных жизненных ситуациях, связанных как с объективными, так и субъективными причинами. Особенно это касается молодых семей, только начинающих свое развитие. Это и нелегкое материальное положение, отсутствие

собственного жилья, влияние родительской семьи на жизнь молодых супругов. Это также и субъективные проблемы ценностных разногласий, нагрузки семейных ролей и т.д. Эти трудности могут приводить к повышению уровня внутренней конфликтности семьи, а также к снижению уровня рождаемости и росту разводов. В этих условиях особую актуальность приобретает изучение факторов, влияющих на удовлетворенность браком в молодой семье и ресурсов преодоления членами такой семьи трудных жизненных ситуаций. *Целью* нашего исследования было изучение взаимосвязи удовлетворенности браком и стратегий поведения молодых супругов в трудных жизненных ситуациях.

В современной психологии существуют различные подходы к определению оснований для преодоления. Преодоление трудной жизненной ситуации можно рассматривать как динамический процесс достижения оптимального, с точки зрения развития личности, соотношения ее потребностей и образа поведения в социальном контексте [5]. В качестве механизма компетентного поведения в трудной ситуации выделяется механизм преодоления эмоционально-мотивационных преград. Предполагается, что эмоциональная и когнитивная оценка собственных возможностей преодоления проблем, отражая мотивационную структуру и силу «я» личности, позволит определить тенденции позитивного, или, наоборот, негативного самодвижения личности [5].

В контексте ситуационного подхода и категории «совладание» преодоление трудностей рассматривается как динамический процесс преобразования ситуации за счет изменения ее составляющих либо поведения / отношения личности [1, 4]. С позиций деятельностной теории «переживания» преодоление трудной ситуации предполагает восстановление личностью душевного равновесия [4]. В любом случае, в психологическое содержание преодоления включены определенные изменения самой личности, мобилизация личностью ресурсов для решения поставленных задач. В данном контексте одним из самых важных ресурсов преодоления выступает социальная поддержка как информация, приводящая субъекта к мысли, что его любят, ценят, заботятся о нем, что он является членом социальной среды и имеет с нею взаимные обязательства [4]. Социальная поддержка понимается как реальные ресурсы, дающие возможность личности эмоционально и инструментально справляться со стрессогенными изменениями в жизни, как рефлексия отношений человека с людьми из ближайшего социального окружения, которые сопереживают ему, могут и хотят помочь в решении существующих проблем [6, 7]. Выдающееся значение для поддержки человека в трудной жизненной ситуации имеет его ближайшее окружение в лице семьи и, прежде всего, брачного партнера [8]. Брачный партнер в современной семье рассматривается как «тыл», источник ресурса при встрече с жизненными трудностями. Актуальность ресурса преодоления трудностей, заложенного в

ближайшем окружении, проявляется в таком интегрированном образовании как удовлетворенность браком. Ее определяют как внутреннюю субъективную оценку, отношение супругов к собственному браку. Удовлетворенность браком складывается как результат адекватной реализации представления (образа) о семье, сложившегося в сознании человека под влиянием встреч с различными событиями, составляющими его опыт (действительный или символический) в данной сфере деятельности [3]. Удовлетворенность браком позволяет человеку быть уверенным, что ему сопереживают, могут и хотят помочь в решении проблем и преодолении трудной жизненной ситуации.

Организация и методы исследования. На основании сказанного мы предположили, что существует взаимосвязь удовлетворенности браком клиентов и стратегий их поведения в трудных жизненных ситуациях, и предприняли попытку проверки этого предположения на выборке 40 молодых семей со стажем семейной жизни от 1 до 3 лет, имеющих детей. Возраст супругов от 19 до 27 лет.

На основе теста-опросника «Удовлетворенность браком», разработанного В. В. Столиным, Т. Л. Романовой, Г. П. Бутенко, было выделено две группы испытуемых. К первой группе испытуемых были отнесены супруги, которые демонстрируют взаимопонимание друг к другу, считают, что супружеские отношения приносят им радость и удовлетворение, гордятся своим супругом. Они считают, что их брак со стороны оценивают как удавшийся, общество супруга доставляет им удовольствие, считают, что супруг обладает такими достоинствами, которые компенсируют его недостатки. Ко второй группе испытуемых были отнесены супруги, которые потеряли остроту восприятия другого человека, хотели бы многое изменить в характере своего супруга, считают, что недостатки супруга перевешивают его достоинства. Супружеские отношения приносят им беспокойство и страдания, считают, что в их браке не все благополучно с эмоциональной поддержкой друг друга.

В выделенных группах на основе методик: «Опросник стратегий поведения в значимых ситуациях» Е. Ю. Коржовой, «Методика исследования копинг-поведения в стрессовых ситуациях» С. Нормана, Д. Ф. Эндлера, Д. А. Джеймса, М. И. Паркера в адаптации Т. А. Крюковой изучались различия в выборе стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях.

Исследование строилось на основе гипотезы о том, что существуют значимые различия между выбором стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях брачных партнеров с разным уровнем удовлетворенности браком; и существуют взаимосвязи между удовлетворенностью браком и выбором партнерами стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях.

Для выбора математического аппарата проверки гипотез была проведена проверка распределения выборки на нормальность (критерий Колмогорова – Смирнова), в результате которой не выявлено значимых отличий распределения от нормального. Это дало основания проводить анализ уровня выраженности изучаемых признаков и изменчивости данных на основе сравнения средних показателей.

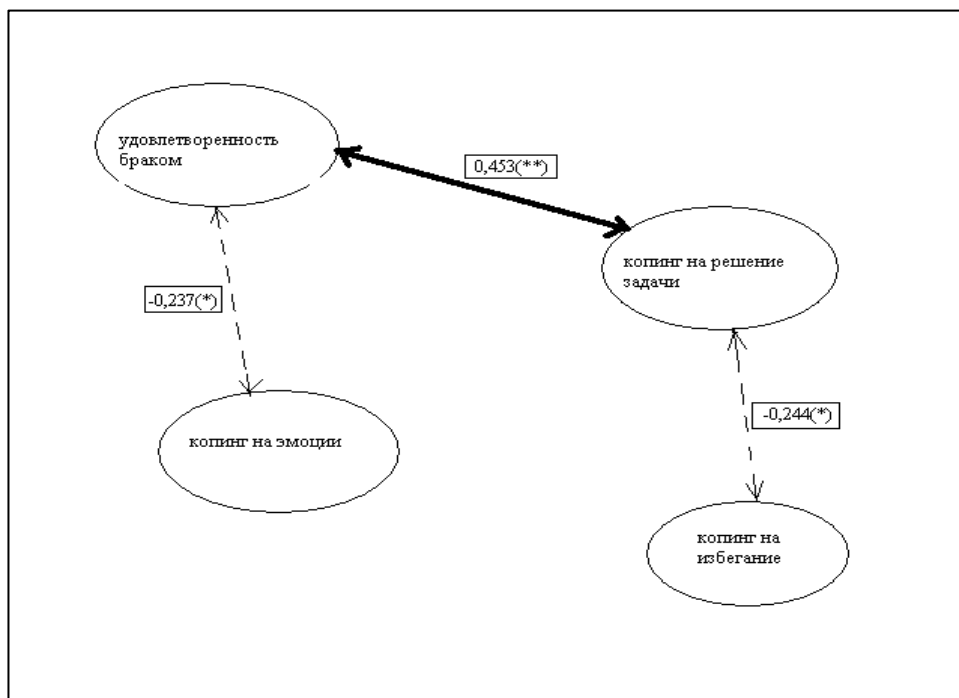
Результаты исследования и их обсуждение. Анализ результатов оценки соотношения средних в выборке брачных партнеров по копинг-стратегиям показали, что в целом в выборке преобладает копинг-стратегия, ориентированная на решение задачи (53,05), затем копинг-стратегия, ориентированная на избегание (47,6), и наименьший уровень – копинг-стратегия, ориентированная на эмоции (46,7). Поэтому для копинг-стратегии, направленной на решение задачи, характерна проблемно-ориентированная реакция на различные трудные, огорчающие или стрессовые ситуации, т.е. люди с этой доминирующей копинг-стратегией склонны разрешать данные ситуации конструктивно.

В сравниваемых группах партнеров с разным уровнем удовлетворенности браком копинг-стратегии различаются. По результатам проверки статистической гипотезы о различиях в выборе копинг-стратегий поведения у брачных партнеров с разным уровнем удовлетворенности браком с помощью критерия Стьюдента можно сделать выводы о том, что у супругов, удовлетворенных браком, наиболее выбираемой копинг-стратегией является стратегия, ориентированная на решение задачи, т.е. в трудных для семьи ситуациях такие люди стараются их преодолеть конструктивным путем (уровень значимости различий $p < 0,01$). Эти супруги в трудных ситуациях согласовано ищут конструктивный выход и решают возникшую проблему. У брачных партнеров с более низким уровнем удовлетворенности преобладает копинг-стратегия, ориентированная на избегание, т.е. в трудных для семьи ситуациях такие люди склонны уходить от проблем, может быть даже перекладывать их на других членов семьи.

Для этой группы брачных партнеров характерна копинг-стратегия, ориентированная на эмоции, т.е. в трудных жизненных ситуациях такие люди чаще отдаются воле эмоций, нежели решают конкретную проблему. Человек, удовлетворенный браком, адекватно реагирует на ситуацию и конструктивно решает ее. Человек, относительно удовлетворенный браком, реагирует на трудную ситуацию, выплескивая свои эмоции, и не может адекватно ее воспринять. Более выбираемой в группе удовлетворенных браком супругов является и стратегия поведения в трудных ситуациях «отношение к работе» (уровень значимости различий $p < 0,05$). Здесь семья в большей степени выполняет рекреационную функцию, не выступая местом разрядки «рабочих» стрессов.

Изучение стратегий поведения брачных партнеров с разной степенью удовлетворенности браком позволило выявить и описать взаимосвязи между стратегиями разрешения значимых ситуаций и копинг-стратегиями и субъективными переживаниями качества супружеских отношений.

Результаты оценки взаимосвязей между измеренными признаками с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена представлены на рисунках 1 и 2.



Условные обозначения: ** – корреляции, значимые на уровне $p < 0,01$, * – корреляции, значимые на уровне $p < 0,05$).

Рис. 1. Взаимосвязь между удовлетворенностью браком и копинг-стратегиями поведения

По результатам проведенного исследования было обнаружено, что существует положительная зависимость между показателями удовлетворенности браком и копинг-стратегией в решении жизненной задачи, что указывает на выбор конструктивной копинг-стратегии при высокой удовлетворенности браком (** – корреляции, значимые на уровне $p < 0,01$). Это означает, что человеку, удовлетворенному браком, чаще удается адекватно реагировать на трудную ситуацию и конструктивно решать ее.

В то же время низкие показатели удовлетворенности браком чаще связаны с вероятностью того, что человек выбирает копинг-стратегию, ориентированную на эмоции (* – корреляции, значимые на уровне $p < 0,05$). Человек, лишь относительно удовлетворенный браком, чаще реагирует на трудную ситуацию, выплескивая свои эмоции, и значит, не может

адекватно ее воспринять и разрешить (отрицательные корреляции). Следовательно, осознанный выбор адекватных стратегий поведения в трудных ситуациях служит фактором повышенной удовлетворенности браком и, наоборот, удовлетворенность браком определяет реализацию конструктивного поведения при разрешении трудных жизненных ситуаций.

В ходе исследования установлена отрицательная зависимость между показателями копинг-стратегии, направленной на решение задачи, и копинг-стратегии избегания (* – корреляции, значимые на уровне $p < 0,05$). Чем чаще человек выбирает копинг-стратегию на решение задачи, тем реже он выбирает избегание в трудной ситуации.

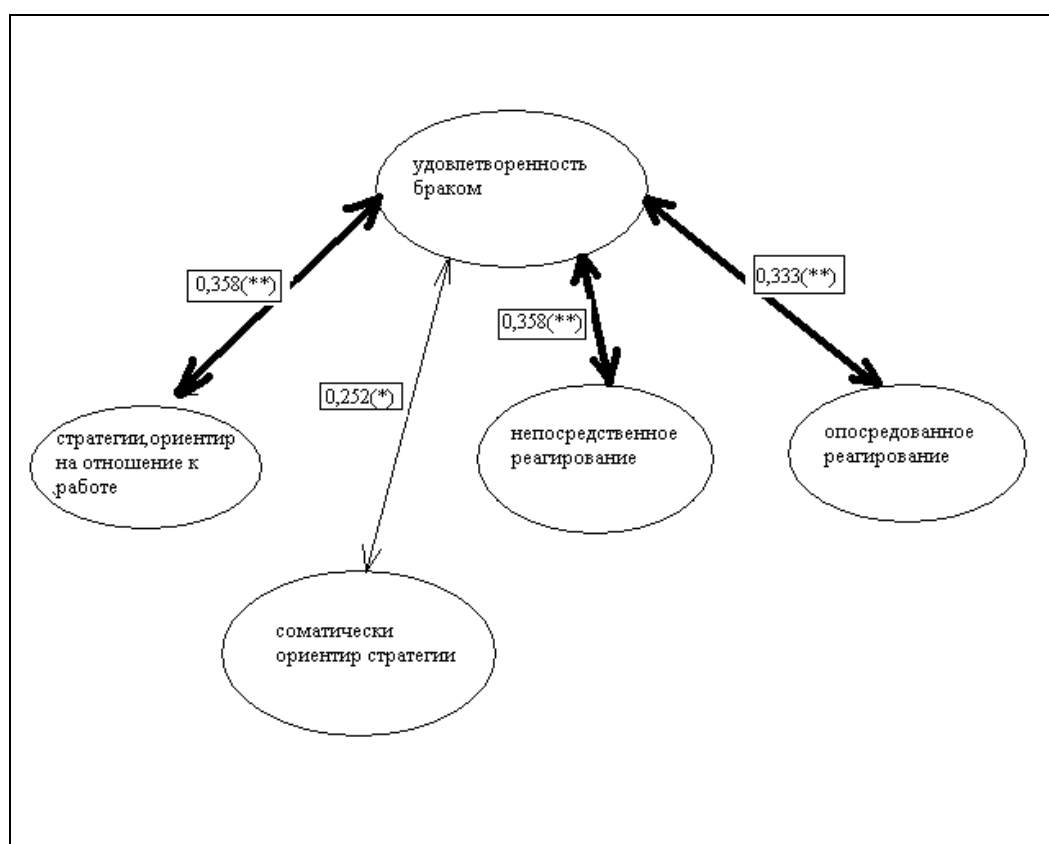


Рисунок 2. Взаимосвязь между удовлетворенностью браком и выбором стратегий поведения в значимых ситуациях

Все стратегии поведения, которые используют испытуемые, удовлетворенные браком и относительно удовлетворенные браком, являются адаптивными, но существует разница по содержанию самих стратегий. Различия касаются направленности стратегий, а именно стратегии разных групп направлены на разные объекты.

Так, брачные партнеры, удовлетворенные браком, чаще используют такие типы стратегий, как стратегия «отношение к работе» (профессионально ориентированная), предполагающая повышение или понижение активности в работе; трату адапционных

ресурсов, приспособление к профессиональной ситуации; практическое реагирование; и стратегия «внутренний мир (непосредственное реагирование)», включающая реагирование на ситуацию на уровне восприятия и эмоций, отрицание актуальных переживаний, тревогу, ожидание, печаль; акцептацию, гнев.

Брачные партнеры, которые относительно удовлетворены браком, чаще всего используют стратегию «отношение к людям»: Стратегии поведения, в которых отражается отношение к людям (социально ориентированные), имеют такие характеристики, как: приспособление к другим (приспособление к потребностям других); агрессия (агрессивное поведение); проекция (приписывание успехов и затруднений другим); идентификация (отождествление своего поведения с поведением коллеги); аутизм (уход от контактов).

Выявлена положительная зависимость между показателями удовлетворенности браком и такими стратегиями, как ориентирование на отношение к работе, непосредственное реагирование, опосредованное реагирование (** – корреляции, значимые на уровне $p < 0,01$). Это означает, из всех предложенных стратегий, люди с высоким уровнем удовлетворенности браком выбирают такие стратегии, как ориентированные на отношение к работе, непосредственное реагирование, опосредованное реагирование. Другими словами, удовлетворенные браком люди находят выход из трудных ситуаций благодаря включенности в работу, в то время как относительно удовлетворенные браком люди предпочитают гасить неудовлетворенность в семье. Также выявлена положительная зависимость между показателями удовлетворенности браком и соматически ориентированными стратегиями (* – корреляции, значимые на уровне $p < 0,05$). Данная связь означает, что удовлетворенные браком люди находят выход из трудных ситуаций благодаря своей физической активности.

Заключение. На основе полученных в исследовании результатов можно утверждать, что уровень удовлетворенности браком брачных партнеров находится во взаимосвязи с выбором стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях. Удовлетворенность семейной жизнью понятие очень широкое и показывает степень удовлетворения всех потребностей личности. Трудные жизненные ситуации блокируют удовлетворение потребностей и могут служить фактором снижения удовлетворенности браком. Использование конструктивных стратегий поведения помогает супругам решить жизненную проблему и снизить риск неудовлетворенности супружескими отношениями. Наиболее значимыми для удовлетворенности браком являются стратегии, ориентированные на решение задачи, для которых характерна проблемно-ориентированная реакция на различные трудные, огорчающие или стрессовые ситуации, т.е. люди с этой доминирующей копинг-стратегией склонны разрешать данные ситуации конструктивно. Это дает основания для рассмотрения удовлетворенности браком как некоторого ресурса преодоления трудностей и, в свою очередь, наращивания

конструктивных стратегий поведения в значимых ситуациях как ресурса повышения удовлетворенности браком в молодых семьях.

Список литературы

1. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций / Л. Ф. Бурлачук, Е. Ю. Коржова. - М.: Российское педагогическое агентство, 1998. – 263 с.
2. Василюк, Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – 184 с.
3. Голод, С. И. Стабильность семьи: социологические и демографические аспекты / С. И. Голод // под ред. Г. М. Романенковой. – Л.: Наука, 1984. – 136 с.
4. Либина, А. В. Совладающий интеллект / А. В. Либина. – М.: ЭКСМО, 2008. – 400 с.
5. Шакуров, Р. Х. Психология смыслов: теория преодоления./ Р. Х. Шакуров // Вопросы психологии. – 2003. – №5. – С. 18-33.
6. Kobasa D, Puccetti M. Personality and social resources in stress resistance.// Journal of personality and social psychology. – 1983. – Vol. 45. – N 4.
7. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal and coping. – N.-Y., 1984.
8. Williams P. G., Wiebe D. Y., Smith T. W. Coping processes as mediators of the relationship between Hardiness and health // Journal of Behavioral Medicine. – 1992. – Vol. 15. – N 3.

Рецензенты:

Григорьева М. В., д. псих. н., профессор кафедры психологии образования Педагогического института ФГБОУ ВПО «Саратовский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского», г. Саратов.

Лукиянова М. И., д. п. н., профессор, зав. кафедрой педагогики и психологии ОГБОУ ДПО «Ульяновский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования», г. Ульяновск.