

**Специфика предпочитаемых стратегий совладания с трудными ситуациями
в зависимости от пола и возраста**

Фомичева Анастасия Евгеньевна

Аспирант

МГППУ, Факультет социальной психологии, Москва, Россия

E-mail: nasikk@rambler.ru

Множество исследований показывают, что способы совладания меняются в зависимости от пола и возраста (Крюкова, 2004; Taylor, 1995; Берн, 2001; Майерс, 1999; Vockaerts, 1996; Frydenberg, 1997). Однако однозначных данных, касающихся этой взаимосвязи, не получено в связи с разницей в используемых методиках, выборках и т.п. Помимо этого, в фокусе внимания исследователей чаще оказываются респонденты подросткового или юношеского возраста, в то время как исследования взрослых и людей старшего возраста встречаются значительно реже. Целью данного исследования было выявление специфики совладания у мужчин и женщин в нескольких возрастных группах, сравнение данных групп между собой, выявление частоты использования той или иной стратегии совладания в определенном возрасте. Для проведения исследования были использованы методики «Опросник способов совладания» [1] и «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» [3].

В проведенном исследовании приняли участие 498 человек в возрасте от 19 до 90 лет. Выборка уравнивалась по полу. Был проведен сравнительный анализ по показателям методик между мужчинами и женщинами и в различных возрастных группах. Границы возрастных групп были определены нами на основе периодизации, предложенной О.В. Хухлаевой [2]: от 19 до 25 лет; от 26 до 39 лет; от 40 до 59 лет; от 60 лет. Для установления достоверности различий по выбранным параметрам между разными группами испытуемых использовались H -критерий Краскела-Уоллеса и U -критерий Манна-Уитни.

Опираясь на полученные результаты, мы видим, что в целом по выборке женщины значимо чаще, чем мужчины, прибегают к стратегиям поиска социальной поддержки, положительной переоценки, принятия ответственности и бегства-избегания.

В возрастной группе 19-25 лет женщины значимо чаще мужчин предпочитают стратегии поиска социальной поддержки, положительной переоценки. В возрастной группе 26-39 лет для женщин также более характерны стратегии поиска социальной поддержки, принятия ответственности. В возрастной группе 40-59 лет женщины чаще прибегают в трудных ситуациях к стратегии положительной переоценки. У женщин от 60 лет более выражены стратегии поиска социальной поддержки, положительной переоценки, принятия ответственности и бегства-избегания.

Полученные данные в целом подтверждают данные других исследований, показывающих, что женщины чаще мужчин выбирают социально-ориентированные стратегии, такие как поиск социальной поддержки, а также положительную переоценку, но при этом дополняют и конкретизируют их в том, что касается стратегий принятия ответственности и избегания.

Далее рассмотрим результаты сравнения возрастных групп.

Респонденты 19-25 лет чаще остальных респондентов используют конфронтативный копинг, чаще прибегают к поиску социальной поддержки по сравнению с респондентами от 60 лет; также они чаще используют планирование решения проблемы по сравнению с респондентами от 60 лет. Они чаще прибегают к стратегии бегства-избегания, чем респонденты старшего возраста. Наиболее выражена в структуре профиля данной возрастной группы стратегия планирования решения проблемы, наименее – стратегии дистанцирования и бегства-избегания. Таким образом, можно сказать, что респонденты данной группы в целом более обдуманно относятся к решению проблем по сравнению с более юными респондентами, реже стараются отгородиться от трудностей и избежать их. При этом важным фактором, помогающим им преодолеть трудности, является социальная поддержка, то есть помощь семьи, друзей или знакомых, а также переосмысление трудных ситуаций, поиск в них более позитивного смысла.

Респонденты 26-39 лет чаще, чем респонденты более старших возрастов, используют конфронтативный копинг; чаще прибегают к поиску социальной поддержки, планированию решения проблемы и положительной переоценке, чем респонденты от 60 лет. Наиболее выраженной в структуре профиля является стратегия планирования решения проблемы, наименее – стратегии бегства-избегания, дистанцирования и конфронтативный копинг. То есть данная группа чаще других использует обдуманные, тщательно спланированные стратегии преодоления трудностей, принимая ответственность за собственные решения.

В возрастной группе 40-59 лет респонденты чаще прибегают к поиску социальной поддержки, чем респонденты от 60 лет, чаще других используют планирование решения проблемы и самоконтроль. Для них более характерна положительная переоценка, чем для респондентов от 60 лет. В структуре профиля данной возрастной группы наиболее выражены стратегии планирования решения проблемы и самоконтроль, наименее – бегство-избегание и конфронтативный копинг.

В возрастной группе от 60 лет респонденты реже используют конфронтативный копинг и планирование решения проблемы, реже прибегают к поиску социальной поддержки. Чаще, чем 19-25-летние, они используют самоконтроль, реже остальных групп прибегают к положительной переоценке; реже принимают на себя ответственность и реже прибегают к стратегии бегства-избегания. В структуре профиля наиболее выражены самоконтроль и планирование решения проблемы, наименее – конфронтативный копинг и бегство-избегание.

Таким образом, можно сказать, что активные действия по преодолению ситуации чаще предпринимаются людьми юношеского возраста (до 25 лет). Тщательно спланированные и обдуманные действия по разрешению трудностей, самоконтроль присущи респондентам среднего возраста (ранней и поздней зрелости). Важно также отметить, что для респондентов среднего возраста крайне значимой является социальная поддержка. С возрастом снижается частота использования стратегии избегания трудностей (отрицания, ухода из сложных ситуаций) и конфронтации. Респонденты старшего возраста (от 60 лет) вообще реже других используют практически все стратегии совладания. Возможно, это говорит о специфике проблем у людей данного возраста, когда для их решения перечисленные стратегии оказываются неподходящими.

Литература

1. Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания (Адаптация методики WSCQ) // Психологическая диагностика. М., 2005. № 3. С. 57-76.
2. Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М., 2002.
3. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни. Дисс. ... д-ра психол. наук. Кострома, 2005.