

УДК 159.99-057.19 (575.2) (04)

КРОССКУЛЬТУРНЫЕ И ГЕНДЕРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ В СТРАТЕГИЯХ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ БЕЗРАБОТНЫХ

Т.А. Осипович

Данные проведенного исследования позволяют говорить о существовании гендерных и этнических отличий по предпочтению стратегий совладания с кризисной ситуацией безработицы.

Ключевые слова: совладающее поведение, гендер, кросскультурное исследование, рациональные-иррациональные установки.

“Копинг”, или “совладающее поведение”, понимают как индивидуальный способ взаимодействия личности с трудной, кризисной, стрессовой ситуацией [1, 2]. Это разновидность социального поведения человека, смысл которого – овладеть, разрешить или смягчить, привыкнуть или уклониться от требований, предъявляемых трудной ситуацией, а также, возможно, предотвратить, своевременно разгадав ее неразрешимость или опасность [3, 4]. В данном исследовании мы определяем *совладающее поведение* как целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией способами, адекватными личностным особенностям и ситуации через осознанные стратегии действий. Это сознательное поведение направлено на активное изменение, преобразование ситуации, поддающейся контролю, или на приспособление к ней, если ситуация не поддается контролю. Стили и стратегии совладания рассматриваются как отдельные элементы сознательного социального поведения, с помощью которых человек справляется с жизненными трудностями.

В теории копинг-поведения важное значение имеют механизмы преодоления стресса, определяющие развитие различных форм поведения, приводящих к адаптации или дезадаптации личности. В результате теоретических и практических исследований было показано, что для совладания со стрессом каждый человек использует собственные стратегии на основе имеющегося у него личного опыта и психологических резервов (копинг-ресурсов). Поэтому совладающее поведение можно рассматривать как результат взаимодействия копинг-стратегий и копинг-ресурсов. Копинг-стратегии являются способами управления стрессующим фактором, возникающие как ответ личности на вос-

принимаемую угрозу. Копинг-ресурсы – относительно стабильные характеристики людей, способствующие развитию способов совладания со стрессом.

В настоящее время поведенческие копинг-стратегии подразделяются на активные и пассивные; адаптивные и дезадаптивные. К активным стратегиям относят стратегию “разрешение проблемы” как базисную копинг-стратегию, включающую все варианты поведения человека, направленные на разрешение проблемной ситуации и стратегию “поиск социальной поддержки”, включающую поведение, направленное на получение социальной поддержки от среды. К пассивному копинг-поведению можно отнести варианты поведения, включающего базисную копинг-стратегию “избегание”, хотя некоторые формы избегания могут носить и активный характер.

К личностно-средовым адаптивным ресурсам (копинг-ресурсам) относят уровень когнитивного развития, Я-концепцию, локус контроля, эмпатию, способность оказывать и воспринимать социальную поддержку, психологические особенности личности, обеспечивающие стрессоустойчивость.

Одной из стрессовых ситуаций, с которой может столкнуться человек, является ситуация потери работы. Проблема влияния психологических факторов на восстановление трудовой занятости имеет исключительно важное общенаучное и прикладное значение. Интерес к психологическим аспектам безработицы усиливается в ситуации глобального мирового экономического кризиса, при котором количество безработных значительно возрастает.

Кризисные ситуации, связанные с потерей работы, в рамках теории стресса исследовали К. Леана, Д. Фельдман, Л. Пельцман [5; 6].

В. Франкл [7] описал переживания ситуации потери работы как “невроз безработицы”. Изучению влияния безработицы на здоровье посвящены исследования С. Хартли, Д. Фрайера, С. Манилы, Э. Лахельма [8]. Особенности преодоления ситуаций безработицы рассмотрены М. Аргайлом, К. Леаном, Д. Фельдманом [5; 9]. Ф.Е. Василюк, Б.С. Братусь связывают кризис безработицы с внутриличностными противоречиями [10].

Выход из кризисных ситуаций (одной из которых является безработица) в виде копинг-поведения и его механизмы исследовался Р. Лазарусом, С. Фолькманом [11].

В исследовании А.К. Осницкого и Т.С. Чуйковой были выявлены две стратегии поведения безработных: “успешная” и “неуспешная” [12]. Преобладающей выступила вторая стратегия, которая характеризуется рядом признаков: ожидание помощи от других людей, ориентация на чужие решения; неуверенность в своей профессиональной компетенции; ошибочные оценки объективных и субъективных факторов, обусловивших потерю работы; ригидность в освоении новых знаний, умений; неготовность к изменению образа жизни.

“Успешная” стратегия свойственна людям оптимистичным, направленным на будущее, ориентированным на инициативу и активный поиск выхода из тупика, готовым к изменениям.

Гендерные аспекты стратегий поведения безработных изучаются И.Н. Тартаковской, Л. Ржанициной, Г. Сергеевой [13]. Однако исследований в этом направлении немного.

В связи с чем целью настоящей работы явилось исследование стратегий совладающего поведения безработных мужчин и женщин, принадлежащих к разным культурам.

Мы предположили, что половые и кросс-культурные особенности субъекта являются факторами выбора им стиля и стратегий совладающего поведения в ситуации потери работы.

Также было высказано предположение, что на выбор “успешной” или “неуспешной” стратегии совладания могут влиять когнитивные установки человека: индивидам, выбирающим “успешную” стратегию совладания, свойственны рациональные когнитивные установки, а индивидам, тяготеющим к выбору “неуспешной” стратегии совладания, свойственны иррациональные когнитивные установки.

Материалы и методы исследования. В нашем исследовании мы руководствовались следующими методическими принципами: принци-

пом детерминизма (С.А. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев), принципом системности (Б.Г. Ананьев).

В исследовании принимали участие 378 безработных граждан, зарегистрированные в Центре занятости г. Бишкека: 198 женщин в возрасте от 20 до 48 лет и 180 мужчин в возрасте от 20 до 55 лет. На основании анкетных данных выборка была разделена на группы следующим образом:

по признакам пола: 1 группа – женская 198 человек, 2 группа – мужская 180 человек;

по национальной принадлежности: 3 группа – европейцы – 175 человек, 4 группа азиаты – 203 человека;

по успешности-неуспешности стратегии совладания: в группу 5 с положительными стратегиями совладания вошли 153 человека; в группу 6 с “неуспешными” стратегиями вошли 225 человек.

Для реализации поставленной цели использовался комплекс методов сбора эмпирической информации: опросник о способах копинга Р. Лазаруса, С. Фолькмана; тест-опросник А. Эллиса; тест-опросник самооотношения В.В. Столина, С.Р. Пантелеева; 16-факторный опросник Р. Кеттелла; авторская анкета.

Данные обрабатывались с учетом выделенных групп при помощи стандартного пакета Statistica 6.0. и Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. Проведенный сравнительный анализ данных психодиагностического обследования с учетом гендерной принадлежности показал следующее. Из данных анкеты следует, что женщины чаще, чем мужчины остаются без работы на короткий период времени ($p \leq 0,01$), что можно объяснить их большей готовностью “осваивать новую профессию” ($p \leq 0,001$), и обусловлено это беспокойством за благополучие семьи). Мужчинам, напротив, свойственно проявление ригидности: если в течение короткого периода они не могут найти работу, то их период безработицы может длиться до 5–6 лет. Данные методики Эллиса показали, что у мужчин в большей степени, чем у женщин, преобладают рациональные установки, о чем свидетельствуют значимые различия по шкалам “катастрофизация” ($p \leq 0,01$), “должестование” в отношении себя и других ($p \leq 0,05$). Мужчины более стрессоустойчивы и не склонны оценивать неблагоприятные события, в частности, безработицу, как ужасное и невыносимое событие. Сравнительный анализ копинг-стратегий, выбираемых представителями разных полов, констатировал, что их выраженность (уровень развитости, сформированности) выше у женской части выборки. У женщин вы-

явлены как продуктивный, так и непродуктивный стиль совладающего поведения. Это может иметь двоякую интерпретацию: либо женщины сильнее переживают, “улавливают” стресс и более мобилизованы для совладания с ним, либо они лучше рефлексируют свои мысли и чувства по поводу жизненных трудностей и более открыты для их обсуждения. При анализе данных в 1 и 2 группах теста Р. Лазаруса, С. Фолькмана было выявлено, что в 1 группе по сравнению со 2 группой преобладает “конфронтативный копинг” ($p \leq 0,01$), свидетельствующий о том, что поведение женщин в ситуации потери работы характеризуется большей агрессивной направленностью на изменение ситуации. Иначе говоря, женщины ведут себя более активно, более рискованно в поисках новой работы. Безработные мужчины чаще выбирают стратегию “планирование решения проблемы” ($p \leq 0,05$), согласно которой у них преобладает аналитический подход к решению проблемы. Кроме того, они не спешат активно действовать, предпочитая обдумать и проанализировать сложившуюся ситуацию.

Выявленные статистически достоверные различия по шкале “Саморуководство-самопоследовательность” ($p \leq 0,01$) теста Столина-Пантелеева свидетельствуют о том, что мужчины гораздо более последовательны в своих действиях по преодолению ситуации безработицы, чем женщины. Это в целом согласуется с данными, полученными при помощи теста Лазаруса-Фолькмана.

Анализ данных теста Р. Лазаруса в 3 и 4 группах выявил статистически достоверные отличия по шкале “Дистанцирование” ($p \leq 0,01$). Подобное расположение показателей характеризует представителей 4 группы следующим образом: они в большей степени проявляют когнитивные усилия, направленные на дистанцирование от ситуации безработицы по сравнению с представителями из 3 группы. Подобная тактика осложняет выход из кризиса.

Участники группы 5, выбирающие более успешные стратегии совладания с ситуацией безработицы, характеризуются в целом как более уверенные в себе ($p \leq 0,05$) по результатам опросника Кеттелла. Кроме того, для 5 группы характерна высокая самооценка ($p \leq 0,05$) по тесту Эллиса. У представителей этой группы по данным методики Лазаруса выявлено преобладание самоконтроля ($p \leq 0,05$), в отличие от 6 группы, что предполагает усилия, направленные на урегулирование своих чувств и действий, фокусирование на собственной личности.

Дальнейшее сравнение безработных, представителей 5 и 6 групп, т.е. групп с “успешной” и “неуспешной” копинг-стратегией по методике самоотношения Столина показало, что существуют значимые различия между этими группами по шкалам “Самоуважение”, “Самообвинение”, “Самопоследовательность” и по шкале “S” ($p \leq 0,01$), отражающей интегральное чувство “за” и “против” собственного “Я”. Это позволяет говорить о том, что у безработных, вошедших в группу 6, снижено качество принятия себя, чувство самоуважения, они испытывают выраженное чувство вины, неверие в собственные силы и способности, имеют меньшую самостоятельность.

Корреляционный анализ установил значимые коэффициенты корреляции в 5 и 6 группах и показал положительные корреляционные связи (при $p \leq 0,05$ и $p \leq 0,01$) между показателями шкалы “Катастрофизация” и шкалами “Самоуверенность” и “Самообвинение” ($r=0,32$); показателями шкалы “Должествования в отношении себя” и шкалами “Самопринятие”, “Самообвинение” ($r=0,38$); показателями шкалы “Рациональность-иррациональность мышления” и шкал “Самообвинение”, “Самоинтерес”, “Самопонимание” ($r=0,44$), свидетельствующие о том, что для человека с иррациональными установками, оценивающего каждое неблагоприятное событие как “ужасное и невыносимое”, характерны низкая самоуверенность, завышенные требования к себе и тенденция к самообвинению.

Кроме того, положительные корреляционные связи (при $p \leq 0,05$ и $p \leq 0,01$) в 6 группе были получены между показателями шкал: “Катастрофизация” и “Дистанцирование” ($r=0,32$); “Должествование по отношению к себе” и “Конфронтативный копинг” ($r=0,44$); “Бегство-избегание” и “Иррациональные установки” ($r=0,41$).

В связи с этим можно говорить о том, что респонденты с “неуспешной” стратегией склонны преувеличивать негативную сторону безработицы, а это в свою очередь обуславливает рост уровня агрессивных тенденций по отношению к окружающим и к самому себе. В других выделенных группах статистически значимых коэффициентов корреляции не было установлено.

Выводы

1. Ситуация безработицы носит кризисный характер. Для совладания с кризисом безработные могут воспользоваться как “успешными”, так и “неуспешными” стратегиями поведения.

2. Безработные представляют собой психологически неоднородную группу. Их отличает сложно организованная система личностно-

средовых копинг-ресурсов, которые могут способствовать либо затруднять выход из сложной ситуации безработицы.

3. Существуют гендерные отличия по предпочтению стратегий совладания с кризисной ситуацией безработицы: женщины выбирают более активные, даже агрессивные стратегии поведения, проявляя независимость, самоуверенность, напористость, что скорее обусловлено беспокойством за благополучие семьи; у мужчин преобладает аналитический подход к решению проблемы, они не торопятся с принятием решения, предпочитают хорошенько все обдумать либо отстраниться от травмирующей ситуации и уменьшить ее значимость в субъективном восприятии.

4. Система когнитивных установок является элементом адаптивного копинг-ресурса, который влияет на предпочтение определенной стратегии совладания. Для безработных с “неуспешной” стратегией характерны иррациональные установки “катастрофизации” в оценке ситуации безработицы, “должестования” в отношении самого себя, что несомненно будет препятствовать успешному выходу их кризиса.

5. Безработные, предпочитающие “успешную” стратегию совладания, легко вступают в контакт, умеют контролировать свои чувства и поступки, полагаются на себя, более практичны, независимы и самоуверенны, им свойственны гибкость и уравновешенность, кроме того, они обладают высокой степенью рациональности. Эти качества позволяют данной группе лиц достаточно быстро и без существенного ущерба для психического здоровья находить выход из кризисной ситуации безработицы.

6. Индивиды, выбирающие “неуспешные” стратегии совладания, склонны к чувству вины, избеганию или дистанцированию от проблемы, поиску социальной поддержки, им свойственна импульсивность, мечтательность, конформность, ригидность, эмоциональная неуравновешенность.

7. Выявлены отличия в стратегиях поведения безработных, принадлежащих к различным этническим группам: европейцы более контактны и мотивированы на внешний успех; внимание группы азиатов в большей степени сконцентрировано на себе, чем на внешнем успехе.

Проведенное исследование позволило решить поставленные цели и задачи, но в то же время оно свидетельствует о необходимости дальнейшего изучения психологических аспектов преодоления кризиса безработицы. Будет интересным более глубоко исследовать этниче-

ский фактор, рассмотреть проблему коррекции определенных иррациональных установок.

Литература

1. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование жизненных ситуаций и психологическая защита // Психол. журн. – 1994. – Т. 15. – №1. – С. 3–18.
2. Бодров В.А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов. – М.: ПЕР СЭ, 2000.
3. Крюкова Т.Л. О методике диагностики стилей психологического совладания (копинга) у подростков ACS (Юношеская копинг-шкала) // Психическое здоровье и социально-психологическая поддержка детей и подростков: состояние и перспективы / Т.Л. Крюкова и др. – Кострома, 2002. – С. 144–146.
4. Крюкова Т.Л. О диагностике совладающего (копинг) поведения у современной молодежи // Психология на рубеже веков / Ред. Е.Е. Сапогова. – Тула: Изд-во Тульского ун-та, 2000. – С. 98–100.
5. Леана К., Фельдман Д. Как справиться с потерей работы. – М., 1995.
6. Пельцман Л. Стрессовые состояния людей, потерявших работу // Психологический журнал. – 1992. – Т. 13. – №1.
7. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990.
8. Манила С., Лахельма Э. Безработные и больные: некоторые проблемы и результаты финского исследования по безработице // Труд и общество. – М., 1988.
9. Аргайл М. Психология счастья. – М.: Прогресс, 1990.
10. Василюк Ф.Е. Психология переживаний. – М.: МГУ, 1984.
11. Ржаницкая Л., Сергеева Г. Женщина на Российском рынке труда // Соц. исследование. – 1995. – №7.
12. Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. – СПб.: Питер, 2002.
13. Осницкий А.К., Чуйкова Т.С. Саморегуляция активности субъекта в условиях потери работы // Вопросы психологии. – 1999. – №1.
14. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс / Под ред. Л. Леви. – М., 1970.
15. Глуханюк Н.С. Практикум по психодиагностике. – М., 2004.
16. Рукавишников А.А., Соколова М.В. Факторный личностный опросник Р. Кеттелла. – СПб., 1995.
17. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. – СПб.: Речь, 2000.