

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ СТРАТЕГИИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ ТЯЖЕЛО БОЛЬНЫХ ДЕТЕЙ

*В статье рассматриваются аспекты психологии совладающего поведения, дается обзор современных представлений о подходах к совладающему поведению, представлены результаты исследования индивидуальных эмоциональных стратегий совладающего поведения родителей тяжело больных детей, находящихся под опекой Белорусского детского хосписа.*

### Введение

Проблема совладающего (копинг) поведения становится все более популярной в отечественной психологии. Актуальность данного направления исследований не вызывает сомнений, поскольку с увеличением числа фрустрирующих, стрессовых ситуаций современного мира возникает необходимость подробного изучения стратегий разрешения и снятия субъективной угрозы различных трудностей, встающих перед человеком.

### Основная часть

Содержанием психологии совладающего поведения, как самостоятельного научного направления, выступают характеристики поведения субъекта в трудной (стрессовой) ситуации, закономерности и механизмы функционирования и развития стилей и стратегий совладания, а также их детерминация важнейшими факторами активности личности.

В зарубежной психологии для обозначения специфики способов поведения человека в трудной жизненной ситуации используется термин “копинг”, являющийся калькой с английского “coping” (от “cope” – справляться). В психоло-

гию термин пришел во второй половине прошлого столетия. Помимо термина “coping” (от английского “cope” – “справляться, совладать”), устойчиво вошедшего в психологическую литературу для описания специфического процесса разрешения человеком возникших трудностей, исследователями зачастую употребляются также иные термины и речевые обороты. В германо-язычной психологии в этом же смысле используются как синонимы понятия “Bewaltigung” (преодоление) и “Belastungsverarbeitung” (переработка нагрузок). Отечественные исследователи термин “копинг-поведение” понимают как совладающее поведение или психологическое преодоление [1].

Б.Д. Карвасарский [2] упоминает, что впервые термин “coping” был использован L. Murgu в 1962 г. в исследованиях способов преодоления детьми требований, предъявляемых кризисами развития. К ним относились активные усилия личности, направленные на овладение трудной ситуацией или проблемой. По мнению L. Murgu, совладание являлось подструктурой личностной защиты.

Однако, по мнению А.В. Либиной впервые в литературе процесс совладания был описан ранее в 1939 г. Н. Hartmann в книге “Эго-психология и проблемы адаптации” при анализе “свободной от конфликтов зоны Я” [3], где упоминается этот термин. Изучение копинга было продолжено следующим поколением исследователей психодинамической теории (Т. Kroeber, N. Haan, R. White, V. Vaillant). В 40–60 гг. XX ст. концепция совладания начала активно использоваться в рамках изучения механизмов стресса (R. Lazarus, S. Folkman), а также в связи с разработкой эффективных способов терапии стрессовых состояний, вызванных тяжелыми заболеваниями (F. Cohen и R. Lazarus, В.Д. Тополянский, М.В. Струковская).

Постепенная смена модели стресса, разработанной Г. Селье в 1956 г., произошла после выхода книги R. Lazarus “Psychological stress and the coping process”. В дальнейшем во второй половине прошлого века в зарубежной психологии появились другие работы, посвященные изучению этого феномена. Изучение феномена совладания было также продиктовано необходимостью проведения эффективной коррекции посттравматических состояний, обусловленных стихийными бедствиями, экстремальными событиями, такими, как террористические акты, неблагоприятными или необычными условиями жизни [4].

В российской психологической литературе термин “копинг” переводят, как адаптивное “совладающее поведение” или “психологическое преодоление”. Данное направление получило развитие в отечественных исследованиях с 90-х гг., когда становится принятым перевод термина “копинг” как “совладание” в варианте, предложенном Л.И. Анцыферовой. “Совладать с ситуацией” означает: своевременно и точно распознать причины, вызвавшие затруднительную ситуацию, адекватно отреагировать на те или иные обстоятельства, сладить с новыми условиями, возникшими в связи со сложной ситуацией, справиться со стоящей перед человеком задачей, дилеммой или трудностью, поладить или найти общий язык с другими [3]. Образно говоря, “совладать с ситуацией” – значит подчинить себе обстоятельства, сладить с ними.

В отечественной психологии комплексное изучение проблематики совладающего поведения началось сравнительно недавно (Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, А.Н. Демин, А. Приходько, С.А. Хазова, Р.М. Грановская, И.М. Никольская, В.А. Бодров и др.). Вопросами адаптации и копинга занимались такие исследователи, как Л.И. Анцыферова, Н.Ф. Михайлова, В.М. Ялтонский, Н.Н. Мельникова, К.А. Абульханова-Славская, Н.А. Милославова, Т.Я. Данило-

ва и др. Как отмечают Т.Л. Крюкова и Е.В. Куфтык [5], диагностике и измерению совладающего поведения посвящено большое количество публикаций в западных работах по психологии, и, гораздо меньше – в отечественной литературе. В немногочисленных публикациях отечественных авторов, посвященных практическому исследованию копинга, можно найти ссылки на достаточно известные в западной психологии методики, направленные на диагностику способов совладания, таких как – опросник способов совладания Р. Лазаруса и С. Фолкман, Coping Inventory for Stressful Situations (CISS), разработанный N.S. Endler и J.D. Parker. Широко используется при исследовании механизмов совладания и психодиагностическая методика “Индикатор стратегий преодоления стресса”, созданная J.H. Amirhan в 1988 г. и адаптированная В.М. Ялтонским. Большая заслуга в разработке данного направления, которое из частного аспекта адаптации к стрессу приобрело самостоятельный статус как психологии совладающего поведения, принадлежит Т.Л. Крюковой (2004) и ее ученикам. Глубокая теоретическая и обширная эмпирическая проработка различных проблемных моментов психологии совладающего поведения позволяет на сегодняшний день говорить о Костромской психологической школе. В рамках этой школы были сформулированы основные положения психологии совладающего субъекта, предложены критерии субъектного и антисубъектного совладания, эффективности и продуктивности стратегий и стилей совладания, показаны особенности индивидуального и группового копинга [6].

Совладание личности с жизненными трудностями – многоаспектный феномен. Практические исследования совладающего поведения личности нередко методологически затруднены из-за сложности социума, в котором происходит изучение того или иного аспекта совладания. В этой связи наибольшую трудность представляют ситуации, связанные с экстремальными или критическими событиями в жизни, такими, например, как постановка тяжелого или неизлечимого диагноза.

Ситуация постановки неизлечимого диагноза ребенку относится к категории тяжелых, психологически и социально травмирующих обстоятельств, выходящих за рамки нормального человеческого опыта и кардинально меняющих жизнь семьи. Изменения затрагивают все уровни взаимодействия семейных подсистем (партнерской, родительской, детско-родительской, сиблинговой и индивидуальной), определяют значительную трансформацию эмоциональной, когнитивной и поведенческой сферы личности. В наше время, специалистам уже немало известно о трудностях и проблемах, с которыми сталкиваются семьи, воспитывающие детей с тяжелыми хроническими заболеваниями и врожденными аномалиями развития (В.В. Ткачева, Т.А. Крюкова, М.В. Сапоровская, Е.В. Куфтык) [7]. Тем не менее, в отечественной психологии, на сегодняшний день, существует определенный дефицит практических исследований по проблемам совладающего и жизнестойкого поведения родителей в ситуации, когда у ребенка имеется тяжелое, угрожающее жизни заболевание.

Нами было проведено исследование, цель которого – изучение индивидуальных стратегий совладающего поведения родителей тяжело и неизлечимо больных детей. В качестве одной из методик исследования была взята методика “Копинг-поведения” Е. Heim (вариант Бернского опросника “Индивидуальные способы преодоления критических ситуаций”), апробированной в институте им. В.М. Бехтерева в Санкт-Петербурге [8]. Исследование проводилось на базе “Белорусского детского хосписа” (г. Минск) и паллиативного отделения для

детей с тяжелыми формами заболеваний (г. Гомель). В исследовании приняло участие 165 респондентов, 75 человек – родители тяжело больных детей, находящихся под опекой Белорусского детского хосписа (экспериментальная группа). В качестве контрольной группы выступили родители детей, не имеющих тяжелых форм заболеваний (90 человек).

Е. Heim (1988) разделил копинг-механизмы в соответствии со сферами жизнедеятельности личности человека, в которых проявляются: когнитивная сфера, поведенческая и эмоциональная. Виды копинг-поведения были распределены на адаптивный, неадаптивный и относительно адаптивный. В каждой сфере возможна своя стратегия в соответствии с предпочитаемым испытываемым вариантом поведения.

Формат данной статьи не позволяет детально рассмотреть все полученные нами данные. Мы сфокусируем внимание на эмоциональной составляющей стратегий совладающего поведения родителей тяжело больных детей. Такой акцент сделан на основании того, что по наблюдениям и результатам экспертного опроса специалистов детского хосписа именно эмоциональные реакции родителей наибольшим образом влияют на качество жизни и реакции на тяжелую болезнь у детей.

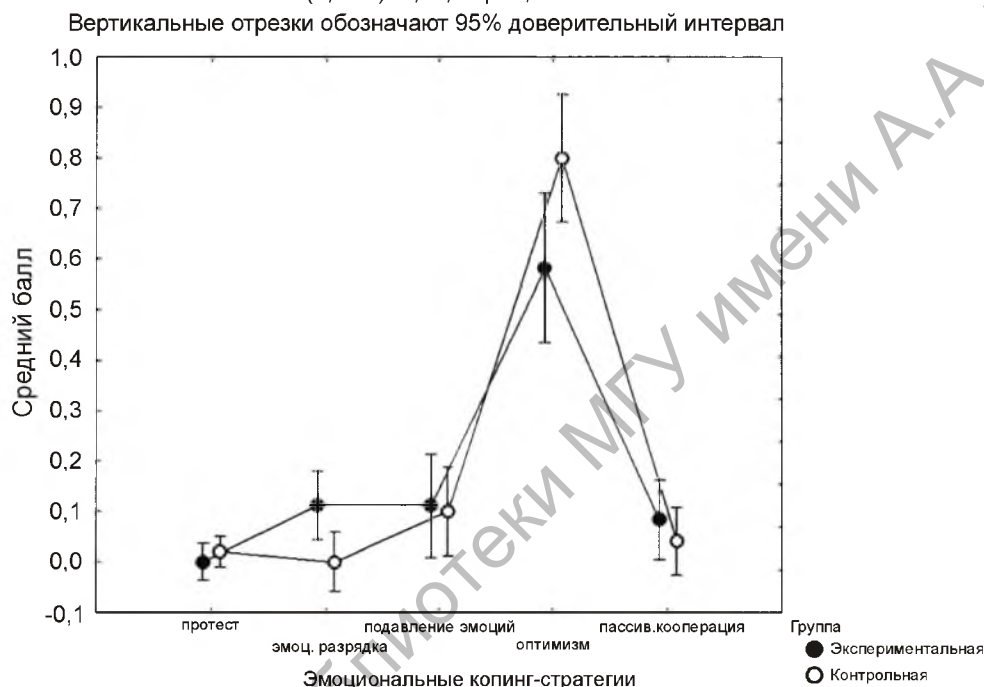
Основным методом обработки полученных данных был двухфакторный дисперсионный анализ, который позволил нам оценить не только влияние каждого из факторов в отдельности (1 фактор – группа, 2 фактор – стратегия), но и их взаимодействие. Двухфакторный анализ был проведен по трем копинг-стратегиям: когнитивные, эмоциональные и поведенческие. Согласно результатам проведенного анализа по методике Хейма, выявлено, что распределения показателей продуктивных, относительно продуктивных и непродуктивных эмоциональных копинг-стратегий испытуемых экспериментальной и контрольной групп различаются между собой ( $\chi^2=5,84$ ,  $p=0,05$ ). У испытуемых контрольной группы показатели по продуктивным и относительно продуктивным стратегиям закономерно выше, чем у испытуемых экспериментальной. Вместе с тем, непродуктивные эмоциональные копинг-стратегии преобладают у испытуемых экспериментальной группы.

Также статистический анализ показал, что есть значимое взаимодействие между переменными “группа” и “эмоциональная стратегия”, что говорит о том, что в экспериментальной группе иерархия используемых стратегий не такая, как в контрольной группе. В самом деле, родители контрольной группы предпочитают подавление эмоций, оптимизм, а родители тяжелобольных детей чаще пользуются протестом, эмоциональной разрядкой, пассивной кооперацией (рисунки). Так, в отличие от родителей здоровых детей, родители тяжело больных детей не имеют возможности отвлекаться от ситуации тяжелой болезни ребенка посредством хождения по магазинам, свободному планированию времени жизни, выбору социальных контактов. Они не могут уйти в отпуск или взять отгул, и вся их жизнедеятельность подчинена заботе о больном ребенке.

Таким образом, стиль поведения (выбор стратегии копинга) родителями тяжело больных детей может в существенной степени определяться в зависимости от того, осознается ли отцами и матерями ситуация как подконтрольная или нет. Фактором, влияющим на выбор индивидуальной стратегии совладания, может служить специфика ситуации болезни ребенка, которая является объективно трудной или субъективно так понимаемой родителями. Так, например, ситуация тяжелой, неизлечимой болезни ребенка является трудной на протяжении достаточно длительного времени, выступая как постоянный прессинг. Полученные

нами данные находят подтверждение в исследованиях В. Beresford и P.Rabice [9], согласно которым семья ребенка с тяжелым хроническим заболеванием имеет свою специфику. Рождение ребенка с аномалиями развития или постановка тяжелого диагноза, ограничивающего срок жизни ребенка – создает сложную жизненную ситуацию, меняет весь образ жизни семьи, вызывая психическую и эмоциональную напряженность родителей. Стресс часто длится годами, становясь хроническим, что вызывает необходимость родителей справляться с трудностями и развивать способность к зрелым формам адаптации.

$$F(4, 336)=3,28, \quad p=0,012$$



Результаты исследования эмоциональных копинг-стратегий родителей экспериментальной и контрольной групп

Многолетний опыт деятельности автора в качестве психолога Белорусского детского хосписа позволяет также предполагать, что существует взаимосвязь между выбором эмоциональных копинг-стратегий родителей и особенностями восприятия события или текущей ситуации. Так, в частности, на выбор эмоциональных стратегий совладания могут оказывать влияние следующие факторы: внезапность постановки тяжелого диагноза ребенку, ожидаемость прогнозов лечения и дальнейших изменений в состоянии ребенка, осознанность возможности или невозможности изменить ситуацию, каузальная ответственность и ответственность за неблагоприятный исход ситуации, связанной с ухудшением в состоянии тяжело больного ребенка.

### Заключение

Таким образом, индивидуальные эмоциональные стратегии совладания родителей тяжело больных детей в большей степени характеризуются – подавлением чувств, “покорностью” ситуации, эмоциональной разрядкой, пассивной кооперацией, “оптимизмом” и протестом. Дальнейшие исследования стратегий совладающего

поведения родителей тяжело больных детей будут иметь особую практическую значимость при условии изучения процессов совладания с позиции следующих параметров: сохранение личности родителей, взаимоотношения родителей с больным ребенком, со здоровыми детьми в семье, взаимоотношения с персоналом сопровождения семьи, адаптация родителей в широком спектре общественной жизни.

### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. **Анцыферова, Л.М.** Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование жизненных ситуаций и психологическая защита / Л.М. Анцыферова // Психол. журн. – 1994. – Т. 15. – № 1. – С. 3–18.
2. **Карвасарский, Б.Д.** Психотерапевтическая энциклопедия / Б.Д. Карвасарский. – 1-е изд. – СПб. : Питер Ком, 1998. – 752 с.
3. **Либина, А.В.** Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации / В.А. Либина. – Москва : Эксмо, 2008. – 247 с.
4. **Lazarus, R.S.** Psychological stress and coping process / R.S. Lazarus. – New York : McGraw, 1966. – 29 p.
5. **Крюкова, Т.Л.** Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними / Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, Е.В. Куфтяк. – СПб. : Речь, 2005. – 204 с.
6. **Крюкова, Т.Л.** Психология совладающего поведения в разные периоды жизни : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Т.Л. Крюкова ; КГУ им. Некрасова, ин-т психологии РАН. – М., 2005. – 46 с.
7. **Куфтяк, Е.В.** Психология семейного совладания : монография / Е.В. Куфтяк. – Кострома : Изд-во КГУ, 2010. – 73 с.
8. **Гончарова, С.С.** Совладающее поведение: теория, диагностика и результаты исследований : учеб.-метод. пособие / С.С. Гончарова, В.И. Слепкова. – Минск : БГПУ, 2010. – 200 с.
9. **Beresford, B.** Priorities and Perceptions of Disabled Children and Young People and Their Parents Regarding Outcomes from Support Services. Social Policy Research Unit / P. Rabiee, P. Sloper. – University of York, 2007. – 84 p.