

СОВЛАДАНИЕ С СЕМЕЙНЫМИ КОНФЛИКТАМИ, ПОВТОРЯЮЩИМИСЯ С РАЗЛИЧНОЙ ЧАСТОТОЙ

Ю. В. Пищикова (МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. *М. Б. Овчинникова*,

канд. психол. наук

За последнее десятилетие в современном обществе наметился ряд тревожных тенденций, которые свидетельствуют об увеличении кризисных явлений в жизни семьи, затрагивающих как супружеские, так и детско-родительские отношения. В связи с этим психологами активно разрабатывается проблема совладающего поведения в семейном контексте (Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская и др.). В то же время вне фокуса ученых остается взаимосвязь между выбором копинг-стратегий и частотой возникновения конфликтных ситуаций в семье.

Целью данного исследования было выявление различий в способах совладания с семейными конфликтами, повторяющимися с различной частотой. В исследовании приняло участие 50 респондентов (25 мужчин и 25 женщин) в возрасте от 18 до 45 лет ($M=30$ лет). Для достижения цели исследования использовались методики Е.В. Битюцкой «Опросник способа копинга» и «Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации» [1; 2].

В ходе сравнительного анализа с применением критерия Крускала-Уоллиса установлено, что в конфликтных ситуациях, которые однократно происходили в жизни субъекта, чаще используются стратегии избегания и дистанцирования. Мы полагаем, что выбор стратегий, ориентированных на отвлечение и уход от разрешения проблемы, обусловлен неожиданностью возникновения ситуации, затруднениями в прогнозе развития событий. В ситуациях, которые ранее происходили в опыте субъекта, чаще применяется стратегия самоконтроля. Это объясняется тем, что в результате преодоления субъектом трудностей в семье происходит развитие копинг-ресурсов, которые в дальнейшем опосредуют влияние стресс-факторов и способствуют выбору конструктивных способов совладания. При переживании «хронических» конфликтов увеличивается вероятность выбора стратегий, направленных на саморегуляцию и поиск социальной поддержки. На наш взгляд, это связано с тем, что при частом повторении проблемной ситуации происходит истощение ресурсов субъекта, вследствие чего возникает необходимость получения помощи и поддержки от других людей.

Результаты исследования расширяют представления о совладании в семейном контексте и могут быть использованы психологами в консультационной работе.

Литература

1. **Битюцкая, Е. В.** Опросник способов копинга: методическое пособие / Битюцкая Е. В. – М. : ИИУ МГОУ, 2015. – 80 с.
2. **Битюцкая, Е. В.** Когнитивное оценивание и стратегии совладания в трудных жизненных ситуациях : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Е. В. Битюцкая. – М. : Моск. гос. ун-т, 2007. – 30 с.