

На правах рукописи

СИЗОВА Яна Николаевна

**ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В СЕМЬЯХ
ПОДРОСТКОВ С ЛИЧНОСТНОЙ БЕСПОМОЩНОСТЬЮ**

19.00.13 – Психология развития и акмеология

Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата
психологических наук

Челябинск – 2019

Работа выполнена на кафедре психологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Челябинский государственный университет»

Научный руководитель: доктор психологических наук, профессор
Циринг Диана Александровна

Официальные оппоненты: **Хазова Светлана Абдурахмановна** – доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры специальной педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет»

Богданович Наталья Викторовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры юридической психологии и права ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»

Ведущая организация: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный университет»

Защита состоится 17 октября 2019 г. в 11 часов на заседании диссертационного совета Д 002.016.03 на базе Федерального государственного бюджетного учреждения науки Института психологии Российской академии наук (ИП РАН) по адресу: 129366, Москва, ул. Ярославская, д. 13, корп. 1.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ИП РАН и на сайте <http://ipras.ru>.

Автореферат разослан «___» _____ 20__ года.

Ученый секретарь
диссертационного совета Д 002.016.03
кандидат психологических наук

Е. А. Никитина

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Рост драматических событий и явлений в нашей жизни предъявляют особые требования и оказывают влияние на современную семью. В Концепции государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года выделены приоритетные направления в работе с семьёй, среди которых создание условий для обеспечения семейного благополучия и поддержания социальной устойчивости семьи. На семью возлагается функция воспитания самостоятельного субъекта, ответственного за собственные выборы и собственную продуктивность (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 25 августа 2014 г. № 1618-р г. Москва об утверждении Концепции государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года). В связи с этим особую актуальность приобретают вопросы семейного воспитания, супружеских и детско-родительских взаимоотношений, вопросы семейной устойчивости неблагоприятным социально-экономическим условиям, различной природы стрессам и негативным воздействиям.

На всём протяжении своего развития семья сталкивается с теми или иными ситуациями, имеющими разное происхождение и последствия. Некоторые события, происходящие в жизни семьи, являются стрессовыми, угрожающими семейному благополучию. Одним семьям в процессе преодоления трудностей свойственны укрепление семейных связей, приобретение новых ресурсов, другим – изменения в сторону дисфункционального состояния вплоть до распада. Взаимодействие с трудной ситуацией обеспечивается посредством «совладающего поведения, направленного на активное изменение, преобразование ситуации, поддающейся контролю, или на приспособление к ней, если ситуация не поддается контролю» (Т. Л. Крюкова, 2008).

Качество и уровень совладающего с трудностями поведения зависят от того, насколько семья успешно реализует свои основные функции (О. А. Карбанова, 2004). В семьях с нормальным функционированием совладающее поведение создаёт прочный фундамент адаптивности, высокой жизнеспособности, стойкости. Кроме того, функциональность семьи либо её дисфункциональность играют важную роль в становлении личности ребёнка, определяют его личностные особенности. Опыт взаимоотношений в дисфункциональных семьях в совокупности с другими факторами способствует формированию у детей такой системной характеристики как личностная беспомощность, определяющей низкую способность противостоять трудностям, преобразовывать действительность (Д. А. Циринг, 2010). Противоположным личностной беспомощности системным качеством субъекта является самостоятельность, которая обуславливает особенности жизнедеятельности индивида, детерминирует характер его взаимоотношений с окружающими, поведение и деятельность,

позволяющие субъекту выступать активным началом собственной жизни, проявляющиеся в высокой способности к преобразованию действительности, жизнотворчеству (Д. А. Циринг, 2010).

Так, особенности семейного функционирования влияют на эффективность совладания семьёй с трудностями и оказываются решающими в становлении личностной беспомощности или самостоятельности у детей. Способность субъекта противостоять факторам, нарушающим его внутреннее равновесие, – важная характеристика его жизнедеятельности. Особенно остро вопрос совладания с проблемными ситуациями поднимается в подростковом возрасте – периоде физиологических и психологических изменений. Развитие социально и личностно-ценные навыков совладания в подростковом возрасте определяет не только со способность индивида решать трудные жизненные задачи, но и в целом благополучие в старшем возрасте.

Исходя из вышеизложенного, представляется важным и актуальным изучение различий в совладающем поведении у подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью, их родителей и в их семьях. Логика и дизайн исследования детерминированы системным подходом к вопросам изучения семьи (М. Боуэн, А. Я. Варга, С. Минухин, А. С. Спиваковская, А. В. Черников и др.).

Степень разработанности проблемы исследования. Концепция личностной беспомощности (Д. А. Циринг) раскрывает её специфические особенности (Е. В. Веденева, Е. А. Евстафеева, М. О. Климова, Е. В. Забелина, И. В. Пономарева, Д. А. Циринг, Ю. В. Яковлева), факторы её формирования (И. В. Пономарева, Д. А. Циринг), структурные компоненты (Е. В. Веденева, Д. А. Циринг), функциональную значимость и типологию (И. В. Пономарева), проявление личностной беспомощности в деятельности и поведении субъекта (Е. В. Веденева, Е. А. Евстафеева, Д. А. Циринг), а также раскрывает противоположную личностной беспомощности характеристику – самостоятельность (Ю. В. Яковлева, Д. А. Циринг).

Континуум «личностная беспомощность – самостоятельность» обуславливает реализацию уровня субъектности в деятельности и поведении, выступая в качестве внутренних условий, определяет влияние внешних воздействий. Комплексные характеристики личности, самостоятельность и личностная беспомощность, обуславливая своеобразие способов решения жизненных проблем, определяют выбор субъектом совладающих стратегий поведения. Оценить роль данных личностных характеристик в формировании совладающего поведения довольно сложно, в связи с тем, что их изучению посвящено небольшое количество научных работ.

Проблема совладающего поведения, занимающая одно из ведущих мест в зарубежной и отечественной психологии, изучается с точки зрения психологических аспектов адаптационных процессов личности (Р. Лазарус, Р. Моос, С. Фолкман, Е. Фрайденберг и др.; Л. И. Анцыферова, Р. М. Грановская, Е. Р. Исаева, Т. Л. Крюкова, С. К. Нартова-Бочавер,

И. М. Никольская, М. В. Сапоровская, Е. А. Сергиенко, Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский и др.).

Теоретическо-эмпирические исследования психологического стресса и совладающего (копинг) поведения в отечественной психологии активно начаты в 90-е годы (Л. И. Анцыферова, А. В. Либина, С. К. Нартова-Бочавер, Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский, и др.). Совладающее поведение, рассматриваемое отечественными психологами преимущественно в русле психологии субъекта (А. В. Брушлинский, К. А. Абульханова-Славская), характеризуется с точки зрения адаптивности и зрелости, соотносится с развитым сознанием и самосознанием личности, со способностью субъекта к интеграции в социум и успешному функционированию в нём.

Изучение совладающего поведения ведётся на уровне индивида, диады и группы (Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, Е. В. Куфтяк). Смещение фокуса с индивидуального субъекта на группового обусловлено актуальностью и необходимостью исследований, посвященных различным аспектам психологии семьи. Опыт зарубежных исследователей свидетельствуют о том, что совладающее поведение выступает неотъемлемой частью динамического, сложного процесса развития личности, социального окружения и их взаимоотношений (Г. Боденманн, Т. А. Реверсон, С. Е. Хобфолл и др.).

Изучение особенностей индивидуального совладания с трудностями и способов преодоления стрессов и кризисов семьёй представляет специфическую область. Анализ научной литературы указывает на то, что работ, посвящённых изучению совладающего поведения в контексте личностной беспомощности / самостоятельности, практически нет. Следует отметить, что копинг-поведение у подростков с личностной беспомощностью различного типа, проблема совладания с трудностями в семьях подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью в науке не рассматривались.

Общая гипотеза исследования: в семьях подростков с личностной беспомощностью совладающее поведение имеет отличительные особенности как у подростков, так и у их родителей (в том числе супружеский копинг, общий стиль совладания), а также существуют стилевые особенности показателей совладания в семье в целом.

Гипотезы эмпирического исследования, конкретизирующие общую гипотезу:

конкретизирующие общую гипотезу:

1. Совладающее поведение подростков с личностной беспомощностью имеет особенности, отличающие его от совладающего поведения самостоятельных подростков.
2. Существуют различия в показателях супружеского копинга и общего стиля совладания у родителей подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью.

3. Существуют стилевые особенности совладающего с трудностями поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью.

Цель диссертационного исследования: выявить особенности совладающего поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью.

Объектом диссертационного исследования является личностная беспомощность у подростков.

Предмет диссертационного исследования – совладающее поведение в семьях подростков с личностной беспомощностью.

В соответствии с целью и гипотезами исследования были сформулированы следующие **задачи**:

1. Провести теоретический анализ проблемы беспомощности и совладающего поведения в зарубежной и отечественной науке.

2. Изучить особенности взаимоотношений в семьях подростков с личностной беспомощностью.

3. Теоретически обосновать и эмпирически подтвердить различия в совладающем поведении у подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью.

4. Теоретически обосновать и эмпирически подтвердить различия в совладающем поведении у подростков с адаптивной, защитной и манипулятивной личностной беспомощностью.

5. Определить особенности совладающего с трудностями поведения родителей подростков с личностной беспомощностью.

6. Выявить и проанализировать стили совладающего поведения в семьях с подростком с личностной беспомощностью.

Теоретико-методологическим основанием исследования выступили общеметодологические принципы психологии: принцип развития (Л. И. Анцыферова, Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн), принцип системности (П. К. Анохин, В. А. Барабанщиков, Б. Ф. Ломов, Е. А. Сергиенко и др.), принцип субъекта (А. В. Брушлинский, Е. А. Сергиенко, К. А. Абульханова, С. Л. Рубинштейн). Теоретической основой изучения личностной беспомощности являются положения субъектного подхода (А. В. Брушлинский, Е. А. Сергиенко, К. А. Абульханова, С. Л. Рубинштейн и др.), теория системной психотерапии семьи и семейных систем (М. Боуэн, А. Я. Варга, С. Минухин, В. Сатир, А. С. Спиваковская, А. В. Черников, Э. Г. Эйдемиллер), теория выученной беспомощности (Л. Абрамсон, Дж. Овермайер, К. Петерсон, М. Селигман, Д. Хирото и др.), концепция личностной беспомощности (Д. А. Циринг, И. В. Пономарева, Ю. В. Яковлева и др.). Теоретическим основанием исследования совладающего поведения выступили положения системно-субъектного подхода (Е. А. Сергиенко), концепция стресса и адаптации (Г. Селье, Р. Лазарус, С. Фолкман); отечественный подход к проблеме совладающего поведения (Л. И. Анцыферова, Т. Л. Крюкова, Е. В. Куфтяк, С. К. Нартова-Бочавер, Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский и др.).

Организация и методы исследования. Диссертационное исследование включало в себя реализацию нескольких этапов: 2016 г. – теоретический анализ проблемы исследования, анализ существующих подходов к её пониманию, формулирование гипотез, цели и задач исследования, определение понятийного аппарата; 2017 г. – обобщение и систематизация теоретического материала по проблеме исследования, подбор психодиагностического инструментария, разработка и проведение эмпирического исследования, обработка эмпирических данных; 2018–2019 гг. – анализ и обобщение полученных результатов исследования, оформление диссертационной работы.

Базой эмпирического исследования выступили муниципальные автономные общеобразовательные учреждения средние общеобразовательные школы г. Челябинска Челябинской области. Выборку испытуемых составили обучающиеся 7 – 10 классов. Всего на разных этапах исследования приняли участие 525 респондентов, среди которых 266 человек – 13-14 лет, 259 человек – 15-16 лет. Кроме того, в исследовании приняли участие родители подростков с личностной беспомощностью (142 человека, 71 папа, 71 мама).

В качестве методов исследования выступили теоретический анализ научной литературы по исследуемой проблеме и эмпирические методы психологического исследования (метод тестирования). В качестве психодиагностических методик исследования использовались: методика диагностики личностной беспомощности (Д. А. Циринг, М. О. Климова), методика исследования макиавеллизма личности (В. В. Знаков), методика «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Х. Келлерман), шкала семейной адаптации и сплочённости (FACES-3) (Д. Х. Олсон, Дж. Портнер, И. Лави), опросник «Копинг-стратегии» (Р. Лазарус, в адаптации Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой), опросник способов преодоления негативных ситуаций (в адаптации С. С. Гончаровой), «Юношеская копинг-шкала» (Э. Фрайденберг, Р. Льюис, в адаптации Т. Л. Крюковой), опросник «Супружеский копинг» (М. Боуман, в адаптации Е. В. Куфтяк) и методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (Н. Эндлер, Д. Паркер, в адаптации Т. Л. Крюковой).

В работе использовались математические методы обработки и анализа данных исследования: методы первичной описательной статистики, непараметрические методы сравнения выборок (U-Манна-Уитни, Н-Краскала-Уоллесса), однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA), дискриминантный анализ (шаговый метод). Ввод, хранение переменных разных типов, первичная обработки и статистический анализ данных производились при помощи лицензионного программного обеспечения IBM SPSS Statistics 20.0.

Научная новизна исследования заключается в комплексном изучении специфики совладающего поведения у подростков с личностной беспомощностью, а также в их семьях. Личностная беспомощность,

обуславливая своеобразие способов решения жизненных проблем, определяет выбор субъектом совладающих стратегий поведения. Впервые интегративные характеристики личности (личностная беспомощность и самостоятельность) рассматриваются в контексте проблемы семейного совладающего поведения: изучены особенности в супружеском копинге и общих стилях совладания родителей подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью, выявлены стили совладания с трудностями в семьях подростков с личностной беспомощностью. Важным результатом исследования стал вывод о том, что особенности совладающего поведения подростков с личностной беспомощностью соотносятся с особенностями совладающего поведения их родителей, составляя в совокупности стиль семейного совладания.

Теоретическая значимость исследования состоит в уточнении и расширении концепции личностной беспомощности и её типологии, установлении соотношения между типом личностной беспомощности и определёнными особенностями совладающего поведения. Проанализированы и систематизированы результаты отечественных и зарубежных эмпирических исследований по проблеме стресса и совладания с ним. В диссертационной работе раскрывается связь личностной беспомощности и совладающего поведения, что вносит вклад в развитие отечественного подхода к проблеме совладания с трудностями.

Практическая значимость исследования. Выявленные особенности совладающего поведения у подростков с личностной беспомощностью, соотносящиеся с ними копинг-стратегии, применяемые их родителями, стили семейного совладания позволяют разработать более эффективные программы профилактики и коррекции личностной беспомощности, а также могут стать основанием для разработки программы развития навыков совладающего поведения у подростков. Изученные особенности преодоления трудностей семьёй с беспомощным подростком при необходимости могут использоваться в психологической практике по вопросам внутрисемейных взаимоотношений, в том числе детско-родительских. Результаты исследования включены в учебно-методические программы по дисциплинам «Психология личностной беспомощности», «Психология развития», «Психология семьи», используются при проведении данных занятий на факультете психологии и педагогики Челябинского госуниверситета.

Обоснованность и достоверность результатов исследования обеспечиваются чёткостью и непротиворечивостью исходных методологических позиций, теоретическим анализом исследуемой проблемы, адекватностью применяемых методов и психодиагностических методик целям, задачам, объекту и предмету работы, обеспечением репрезентативности выборки исследования, применением методов математико-статистической обработки материалов исследования.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Совладающее поведение подростков с личностной беспомощностью характеризуется эмоционально-ориентированными и избегающими действиями. Самостоятельные подростки чаще совладают с трудностями при помощи проблемно-ориентированных копинг-стратегий, склонны к привлечению внешнего ресурса в сложных ситуациях.

2. Тип личностной беспомощности (адаптивный, защитный, манипулятивный) определяет особенности совладающего с трудностями поведения у подростков. Подростки с адаптивной личностной беспомощностью склонны к планированию решения проблемы, принятию ответственности, самоконтролю и позитивной категоризации трудной ситуации. Подростки с защитной личностной беспомощностью прибегают к конфронтационным действиям и усилиям, направленным на поиск социальной поддержки. Подростки с личностной беспомощностью манипулятивного типа прилагают минимум усилий для совладания с происходящим, отказываясь от попыток преодолеть трудности.

3. Супружеский копинг и основные стили совладания родителей подростков с личностной беспомощностью имеют отличительные особенности и совпадают с копинг-стратегиями, предпочитаемыми их детьми. При супружеском совладании с трудностями: матери подростков с личностной беспомощностью отдают предпочтение конфронтационным действиям и склонны к самообвинению; отцы подростков с личностной беспомощностью избегают эмоционального контакта в отношениях с партнёром, отказываются от попыток улучшить качество супружеских отношений. Общий стиль совладания родителей подростков с личностной беспомощностью характеризуется эмоционально-ориентированными и избегающими действиями.

4. Существуют стилевые особенности совладающего с трудностями поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью. Структура семейного совладания в семьях подростков с личностной беспомощностью представлена тремя стилями: социотропный стиль семейного совладания, мобилизационный стиль подростка в условиях чрезмерной ответственности, проблемно-ориентированность матери.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные положения и результаты диссертационного исследования докладывались и обсуждались на заседаниях аттестационной комиссии отдела Аспирантуры и докторантуры Челябинского государственного университета (2016 – 2019 гг.), заседаниях кафедры психологии Челябинского государственного университета (2016 – 2019 гг.), на Международной научной конференции «Ананьевские чтения – 2018. Психология личности: традиции и современность» (23-26 октября 2018 г., г. Санкт-Петербург), VIII Международной научной конференции «Психологические проблемы современной семьи» (3-6 октября 2018 г., г. Москва), Всемирном конгрессе Международной ассоциации детской и подростковой психиатрии и смежных

профессий (23-27 июля, 2018 г., г. Прага, Чехия), XII Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых «Психология и современный мир» (26 апреля 2018 г., г. Архангельск), Всероссийской научно-практической конференции «Личность в норме и патологии» (20–21 апреля 2017 г., г. Челябинск), VII Международной научной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего», (14-15 ноября 2017 г., г. Москва), Всероссийской научно-практической конференции XXXII Мерлинские чтения: Способности. Одаренность. Индивидуальность (20-21 октября 2017 г., г. Пермь).

По материалам исследования опубликовано 16 печатных работ, 6 из которых в изданиях, включённых в список ВАК. Данное исследование получило поддержку в виде гранта Фонда поддержки молодых ученых ФГБОУ ВО «Челябинский государственный университет» (2018 г.).

Структура и объём работы. Объём основного текста рукописи составляет 167 страниц машинописного текста, без учёта приложений. Диссертация состоит из введения, трёх глав, заключения, списка используемой литературы и приложений, иллюстрирована 14 таблицами и 9 рисунками. Количество литературных источников – 182, из них – 28 на английском языке.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обосновывается актуальность исследования, определяются цель, объект, предмет исследования, формулируются задачи и гипотеза исследования, раскрывается научная новизна, обосновывается теоретическая и практическая значимость работы, формулируются положения, выносимые на защиту, обосновывается достоверность полученных результатов, представляются данные об апробации результатов исследования и его структуре.

В первой главе **«Теоретические подходы к исследованию особенностей совладающего поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью»** раскрываются теоретические основы исследования.

В параграфе 1.1. **«Теоретические подходы к изучению беспомощности в отечественной и зарубежной психологии»** рассматривается понятие беспомощности человека в исторически сложившихся психологических теориях, в рамках теории выученной беспомощности и раскрывается феномен беспомощности как устойчивой характеристики личности. Упоминания о состоянии беспомощности встречаются в описаниях формирования экспериментальных неврозов у собак, представленных И. П. Павловым. В рамках психоанализа беспомощность интерпретируется, с одной стороны, как врождённая характеристика, связанная с зависимостью младенца от значимого взрослого – матери (З. Фрейд, Ж. Лакан), и, с другой, как результат переживания

ребёнком психотравмирующего опыта (А. Адлер, З. Фрейд, В. Райх). Также в свете психоаналитического подхода беспомощность рассматривается как следствие недостаточно развитого социального интереса, как средство манипуляции ближайшим окружением (А. Адлер), в качестве результата нарушенных отношений между ребёнком и родителями в раннем возрасте (Д. Боулби, Д. Винникот, Дж. Кристал, Дж. МакДугалл, М. Малер, Р. Шпиц). В свете гуманистического подхода феномен психологической беспомощности выступает как барьер к самоактуализации (А. Маслоу, К. Роджерс). В экзистенциальном подходе феномен психологической беспомощности рассматривается с точки зрения удовлетворения основной потребности человека – поиска смысла жизни (Л. Бинсвагер, Р. Мэй, В. Франкл).

Системное описание феномена выученной беспомощности начинается в зарубежной психологии с 60-х гг. XX века (Л. Абрамсон, С. Майер, Б. Овермайер, М. Селигман, Дж. Тисдейл, Д. Хирото и др.). В результате серии экспериментов было обнаружено, что выученная беспомощность формируется у человека по тому же принципу, что и у животных, то есть посредством опыта влияния неподконтрольных событий (С. Майер, М. Селигман, Д. Хирото).

Исследования беспомощности в современной отечественной психологии рассматривают данный феномен как устойчивое качество личности (Н. А. Батурин, Е. В. Веденева, Е. А. Евстафеева, М. О. Климова, Е. В. Забелина, И. В. Пономарева, Д. А. Циринг, Ю. В. Честюнина, В. В. Шиповская). Наиболее разработанной теорией является концепция личностной беспомощности (Д. А. Циринг). В рамках концепции проведены исследования факторов формирования личностной беспомощности (И. В. Пономарева, Д. А. Циринг), особенностей структурных компонентов (Е. В. Веденева, Д. А. Циринг), проявлений личностной беспомощности в деятельности и поведении субъекта (Е. В. Веденева, Е. А. Евстафеева, Д. А. Циринг), функциональной значимости (И. В. Пономарева), связи с правосознанием личности (Е. А. Евстафеева, В. С. Красник), изучен феномен личностной беспомощности в структуре интегральной индивидуальности (Е. В. Забелина), эмпирически верифицирована типология личностной беспомощности (И. В. Пономарева), раскрыта характеристика, противоположная личностной беспомощности – самостоятельность (Ю. В. Яковлева, Д. А. Циринг). В современной отечественной психологии под личностной беспомощностью понимается качество субъекта, представляющее собой единство определённых личностных особенностей, возникающих в результате взаимодействия внутренних условий с внешними, определяющее низкий уровень субъектности, то есть низкую способность человека преобразовывать действительность, управлять событиями собственной жизни, ставить и достигать целей, преодолевая различного рода трудности (Д. А. Циринг).

В параграфе 1.2. **«Семья с точки зрения системного подхода»** раскрываются структура и способы организации семьи как системы, приводится детальный анализ теории семейных систем (Г. Бейтсон, М. Боуэн, А. Я. Варга, С. Минухин, В. Сатир, М. Сельвини-Палаццоли, Д. Хейли и другие). В рамках системного семейного подхода каждая семья рассматривается с точки зрения её структуры, с точки зрения того, как организуется выполнение её функций. Понятие функционирования является одним из ключевых в системном подходе. Функциональной семейной системой является та, которая обеспечивает взаимную поддержку, сохраняет индивидуальность отдельных своих членов, в то же время создавая ощущение принадлежности к целому. В связи со структурными особенностями семейной организации семья может стать дисфункциональной. Следует подчеркнуть, в различных семьях в зависимости от взаимодействия структурных параметров одни и те же способы взаимоотношений могут выступать и как адаптивные, и как дезадаптивные.

Общими принципами функционирования семьи являются законы гомеостаза и развития. Закон гомеостаза декларирует, что всякая семейная система стремится к поддержанию существующего состояния, к сохранению стабильности и постоянства жизненных условий. Согласно закону развития, каждая семья должна пройти свой жизненный цикл – последовательность смены событий и стадий. Как отмечает А. В. Черников, семья представляет собой систему, в которой баланс поддерживается с помощью постоянного перехода от гомеостаза к изменениям, и равновесие, которое может достигаться, является динамическим (А. В. Черников).

Многие авторы при оценке причин, приводящих к формированию патологических свойств характера, придают значение семейно-бытовым факторам (И. М. Балипский, В. М. Бехтерев, П. Б. Ганнушкин, С. С. Корсаков, В. А. Гиляровский, О. В. Кербилов, Г. К. Ушаков, Ж. Эскироль, Дж. Фурст и др.). Согласно Г. К. Ушакову, семейные отношения в большинстве случаев выступают в роли наиболее значимых для индивида, чем объясняется их ведущая роль в формировании патогенных ситуаций и психических нарушений. Родительский стиль взаимоотношений с ребёнком играет важную и решающую роль в формировании личностной беспомощности, которая является стабилизатором, придающим прочность и стабильность семейной системе, а субъект, демонстрирующий личностную беспомощность, обеспечивает сохранность семьи, позволяет поддержать её привычный стиль жизнедеятельности (И. В. Пономарева, Д. А. Циринг).

Параграф 1.3. **«Особенности взаимоотношений в семьях подростков с личностной беспомощностью»** посвящён анализу особенностей нарушений межличностных взаимоотношений в семье, выступающих в качестве предиктора формирования личностной беспомощности. Личностная беспомощность рассматривается как часть семейной системы, симптом, необходимый системе, выполняющий для неё определённую функцию.

Опираясь на результаты исследования И. В. Пономаревой, доказывающие, что типы личностной беспомощности детерминированы определёнными нарушениями семейных взаимоотношений, описаны особенности взаимоотношений в семьях подростков с личностной беспомощностью различного типа.

Семейные взаимоотношения по типу доминирующая гиперпротекция, характеризующиеся стремлением родителей к некритичному удовлетворению потребностей ребёнка, посвящением последнему большого количества времени, сил и внимания, формируют личностную беспомощность манипулятивного типа. Типы негармоничных семейных взаимоотношений, такие как повышенная моральная ответственность и жестокое обращение, формируют адаптивную личностную беспомощность. Противоречивое воспитание, обусловленное реализацией разными членами семьи одновременно различных стилей воспитания, изменением образцов воспитания, воспитательной неуверенностью родителей, способствуют формированию у ребёнка личностной беспомощности защитного типа.

Параграф 1.4. **«Исследование совладающего поведения в современной психологической науке»** посвящён ретроспективному анализу понимания феномена совладающего поведения, связанного с научными исследованиями психологического стресса и процессов, направленных на преодоление стрессовых состояний.

Изучение стресса и совладающего (копинг) поведения берёт начало в зарубежной психологии в русле когнитивно-поведенческой парадигмы (Р. Лазарус, Р. Моос, С. Олдвин, С. Фолкман, Е. Фрайденберг, С. Хобфолл, и др.). Р. Лазарус и С. Фолкман выделяют в совладающем поведении два основных аспекта: копинг, «сфокусированный на проблеме», направленный на устранение стрессовой связи между личностью и средой, на решение проблемы; копинг, «сфокусированный на эмоциях», направленный на изменение своего внутреннего состояния, отношения, установок в контексте стрессовой ситуации (Р. Лазарус, С. Фолкман). Подчёркивается значительную роль субъективного восприятия и переживания стресса и отмечает, что успешная адаптация возможна тогда, когда субъект в состоянии объективно и в полном объеме воспринимать стрессор (Р. Лазарус). Классификации способов совладания со стрессом зарубежных авторов имеют схожее содержание, как правило, выделяются: копинг-стратегии, воздействующие на ситуацию; когнитивные стратегии, направленные на переоценку ситуации; усилия, направленные на снятие эмоционального напряжения.

В России теоретическо-эмпирические исследования психологического стресса и совладающего (копинг) поведения активно начаты в 90-е годы (Н. А. Сирота, 1994; В. М. Ялтонский, 1995; Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский, 2003; Л. И. Анцыферова, 1994; Л. Г. Дикая, А. В. Махнач, 1996; С. К. Нартова-Бочавер, 1997; К. Муздыбаев, 1998, 1999; А. В. Либина, 1998-2008; В. Г. Каменская, 1999; Т. Л. Крюкова, 2002, 2008; И. Г. Малкина-Пых,

2003; Р. Р. Набиуллина, И. В. Тухтарова, 2003; Н. О. Белорукова, 2005; Г. С. Корицова, 2006 и др.). Большинство отечественных исследователей рассматривает изучаемый феномен в русле психологии субъекта (Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский, Т. Л. Крюкова, А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко и др.). В контексте психологии субъекта совладающее поведение рассматривается как сознательное поведение, направленное на активное взаимодействие с ситуацией – изменение ситуации или приспособление к ней; как поведение, «позволяющее субъекту с помощью осознанных действий способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией» (Т. Л. Крюкова).

Процесс совладания с трудностями может рассматриваться не только на уровне индивидуального копинга, под которым понимаются когнитивные, поведенческие реакции человека на воспринимаемую угрозу, но и уровне диады (диадический, супружеский копинг), группы (семейное совладание). Смещение фокуса с индивидуального субъекта на группового обусловлено актуальностью и необходимостью исследований, посвященных различным аспектам психологии семьи. Под семейным совладанием понимается «выбор стратегий действий и способов реагирования более чем одного члена семьи в ответ на переживаемое внутреннее напряжение одного или нескольких членов семьи либо семейную дисфункциональность (стрессовые нарушения гомеостаза семьи), направленных на сохранение, восстановление или контроль семейной целостности» (Е. В. Куфтык).

Параграф 1.5. «Совладающее поведение в семьях подростков с личностной беспомощностью» представлено теоретическое обоснование отличительных особенностей совладающего поведения у подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью, их родителей и в их семьях.

Психологическое своеобразие личности опосредует воздействие на неё трудных ситуаций, определяет особенности совладающего поведения. Приведены результаты анализа исследований, описывающих связь между личностными особенностями (тревожность, уровень депрессивности, интернальность-экстернальность, оптимизм-пессимизм, характеристики самоотношения) и своеобразием решения жизненных проблем. Повышенный уровень тревожности и депрессии, низкая самооценка опосредуют выбор субъектом избегающих и эмоционально-ориентированных стратегий совладания с трудной ситуацией. Также подросткам, которые характеризуются высоким уровнем тревожности, свойственно отвлечение от решения возникших проблем. Субъектам с пессимистическим атрибутивным стилем свойственны избегание разрешения стрессовых ситуаций и приспособление к ним. Так, комплексные характеристики личности, самостоятельность и личностная беспомощность, обуславливают выбор субъектом совладающих стратегий поведения. Самостоятельность характеризует навык субъекта соотнести объективную сложность ситуации с

собственными возможностями. Субъект с личностной беспомощностью вследствие того, что чрезмерно тревожен, не уверен в себе и собственных возможностях, полон мрачных предчувствий и пессимистических ожиданий, испытывает сложности при построении полноценных взаимоотношений с окружающими, которые могут выступать в качестве внешнего ресурса в сложных ситуациях.

Для более полного понимания особенностей совладающего поведения субъекта с личностной беспомощностью и самостоятельностью учитываются не только «внутренние условия», но и средовые, социокультурные факторы (совладающее поведение родителей и особенности семейного совладания).

Семья с подростком признается зрелой семьёй, выполняющей все свои функции, обладающей определённым стилем межличностных отношений, моделью ролевого взаимодействия, иерархией семейных ценностей. Совладающее поведение в семье определяется особенностями семейной системы и способствует сохранению её целостности, снижению стрессогенного переживания у каждого члена семьи, улучшению качества взаимоотношений в подсистемах семьи. Семья, в которой формируется личностная беспомощность у ребёнка, характеризуется низким уровнем дифференциации её членов, имеет определённые нарушения в сфере супружеских и детско-родительских отношений. В семьях с нарушениями взаимоотношений можно наблюдать отсутствие согласованности в выборе стратегий совладания и используемых ресурсов (Е. В. Куфтяк). Непродуктивный, или несогласованный семейный копинг, связанный с преобладанием эмоциональных реакций на ситуацию, проявляется в виде погружения в переживания, самообвинения или обвинения других членов семьи. Семейное совладание выступает в качестве системы, представляющей тесную взаимосвязь индивидуальных копинг-усилий членов семьи. Продуктивность/непродуктивность совладания семьи со сложными условиями и кризисами опосредует качественные характеристики семейного функционирования, жизнедеятельность семьи в целом.

Представленные теоретические выводы являются предпосылками сравнительного изучения в эмпирическом плане особенностей совладающего поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью. Выявление и понимание семейного совладания с трудностями в семьях подростков с личностной беспомощностью позволит решить задачу развития совладающего поведения у субъектов с личностной беспомощностью.

Вторая глава **«Организация и методы исследования особенностей совладающего поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью»** состоит из четырёх параграфов и отражает дизайн исследования. Параграф 2.1. посвящён организации эмпирического исследования и характеристике испытуемых. Общая схема эмпирического исследования определялась целью работы: выявить особенности совладающего поведения в семьях подростков с личностной

беспомощностью. Исследование проводилось на базе муниципальных автономных общеобразовательных учреждений средних общеобразовательных школ № 74 и № 92, образовательного центра № 2 г. Челябинска в период с 2016 по 2017 г. Выборку испытуемых составили обучающиеся 7 – 10 классов (всего 525 человек на разных этапах исследования, из них 13-14 лет – 266 человек, 15-16 лет – 259 человек), а также их родители (142 человека, 71 папа и 71 мама). Из всей выборки испытуемых подросткового возраста были сформированы три группы: самостоятельные подростки, подростки с личностной беспомощностью и испытуемые с промежуточными значениями. В дальнейших этапах исследования принимали участие контрастные группы испытуемых с личностной беспомощностью и самостоятельностью.

В параграфе 2.2. описываются используемые психодиагностические методы исследования личностной беспомощности и её типов. С целью выявления личностной беспомощности и самостоятельности у подростков используется методика диагностики указанных характеристик, разработанная Д. А. Циринг и М. О. Климовой. Исследование типов личностной беспомощности осуществляется по ряду показателей, выделенных И. В. Пономаревой (И. В. Пономарева, 2013). Диагностическим показателем манипулятивного типа личностной беспомощности выступает уровень макиавеллизма личности («Методика исследования макиавеллизма личности», В. В. Знаков). Защитный тип личностной беспомощности диагностируется по показателям выраженности психологических защит замещения и регрессии при помощи методики «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Х. Келлерман, Х. Р. Конте). Субъективный показатель удовлетворённости условиями семейной жизни свидетельствует об адаптированности испытуемого и позволяет диагностировать адаптивный тип личностной беспомощности (опросник «Шкала семейной адаптации и сплочённости» (FACES-3), Д. Х. Олсон, Дж. Портнер, И. Лави.).

Методы исследования совладающего поведения раскрываются в параграфе 2.3. Исследование совладающего поведения у подростков проводилось при помощи методики «Способы преодоления негативных ситуаций», адаптированной С. С. Гончаровой версии Бернского опросника; опросника «Юношеская копинг-шкала», адаптированного Т. Л. Крюковой варианта методики Э. Фрайденберга и Р. Льюис. Опросник «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса, адаптированный Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой, позволил выявить особенности совладающего поведения у подростков и их родителей. Также копинг-поведение родителей изучалось при помощи опросника «Супружеский копинг», автор М. Боуман, адаптация Е. В. Куфтяк; методики «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях», авторы Н. Эндлер, Д. Паркер, адаптация Т. Л. Крюковой.

В параграфе 2.4. приведены математические методы обработки эмпирических данных, к которым относятся методы дескриптивной статистики, сравнительный анализ (непараметрический U-критерий Манна-

Уитни, непараметрический критерий Н-Краскала-Уоллесса), однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA), дискриминантный анализ («Пошаговый метод»).

В третьей главе диссертационного исследования **«Результаты эмпирического исследования особенностей совладающего поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью»** представлено описание полученных эмпирических данных в соответствии с поставленными задачами.

В параграфе 3.1. «Анализ результатов исследования совладающего поведения подростков с личностной беспомощностью» представлены результаты сравнительного анализа показателей совладающего поведения в группах подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью, а также у испытуемых с различным типом личностной беспомощности: манипулятивным, защитным, адаптивным.

Сравнительный анализ средних значений по показателям методики «Копинг-стратегии» (Р. Лазарус) показал, что существуют достоверные различия в совладающем поведении подростков с личностной беспомощностью (N=115) и самостоятельностью (N=91). Самостоятельные испытуемые значимо чаще прибегают к использованию копинг-стратегий «Планирование решения проблемы» (U=3953,0, p=0,002) и «Положительная переоценка» (U=4296,5, p=0,027), чем их сверстники с личностной беспомощностью. Реализация проблемно-ориентированной копинг-стратегии подразумевает выработку определённого плана по разрешению задачи, реализацию его и внесение необходимых изменений в зависимости от конкретных условий. Также усилия самостоятельных испытуемых в стрессовых условиях направлены на создание положительного смысла ситуации, поиск пользы в происходящем, извлечение выводов из случившегося. Подросткам с личностной беспомощностью больше свойственны способы разрешить сложную ситуацию путём конфронтации (U=3759,0, p=0,000), дистанцирования (U=3388,5, p=0,000), принятия ответственности (U=3685,0, p=0,001), избегающего копинга (U=3387,5, p=0,000). Конфронтационная стратегия предполагает не столько целенаправленную поведенческую активность по решению проблемы, сколько осуществление действий, направленных на отреагирование негативных эмоций или на изменение ситуации. Подростки с личностной беспомощностью при совладании с трудностями чаще прилагают когнитивные усилия с целью дистанцироваться от ситуации, стараются не думать о проблеме, уменьшают значимость или вовсе отрицают её существование. Также испытуемые с личностной беспомощностью, в сложной ситуации склонные к самообвинению, поиску причины случившегося в себе и своём поведении, значимо чаще принимают ответственность на себя, даже если проблема оказывается неподвластной их влиянию. Описательные статистики по показателям предпочитаемых способов поведения в трудных жизненных ситуациях в группах подростков с

личностной беспомощностью и самостоятельностью представлены в приложении 1 диссертации.

В результате сравнительного анализа совладающего поведения в группах подростков с манипулятивным, защитным, адаптивным типами личностной беспомощности (N=28, N=34, N=27 соответственно) были получены значимые различия по шести показателям (опросник «Копинг-стратегии», Р. Лазарус). Подростки с защитной личностной беспомощностью чаще совладают с трудностями с помощью стратегий «Конфронтационный копинг», «Поиск социальной поддержки» ($H=5,794$, $p=0,004$; $H=5,873$, $p=0,004$ соответственно). Поведение субъекта с защитным типом личностной беспомощности оказывается направлено на нейтрализацию травмирующего действия сложной жизненной ситуации посредством агрессивного ответа. Подросток, воспринимая ситуацию как угрожающую его благополучию, реагирует на неё наступательно и враждебно, замещение помогает снизить эмоциональное напряжение, но не приводит к достижению поставленной цели или разрешению ситуации. Использование стратегии «Поиск социальной поддержки» связано с тем, что подростки с защитной личностной беспомощностью, не выдерживая напряжения трудной жизненной ситуации, склонны избегать тревоги путём отката на более ранние стадии развития, перехода к регрессивному поведению. Регрессия, характерная для данной категории подростков, проявляется в зависимости от настроений, потребности в стимуляции, утешении, податливости влиянию окружающих. Такие подростки в сложной ситуации направляют усилия на поиск поддержки, внешнего источника, способного решить их проблему. Тот факт, что подростки с защитной личностной беспомощностью прибегают к использованию несколько разноречивых, контрастных стратегий (конфронтация и поиск поддержки извне), нами объясняется тем, что данный тип беспомощности формируется при противоречивом стиле воспитания, которому свойственны разнонаправленные родительские воздействия на ребёнка: от потворствующей гиперпротекции до жесткого обращения. Поведение подростка в таких условиях отличается, с одной стороны, пассивной позицией, инфантилизацией, а с другой – выраженной враждебностью, связанной с внутренними эмоциональными переживаниями и мыслями о несправедливости.

Испытуемые подросткового возраста с адаптивной личностной беспомощностью в сложных жизненных ситуациях чаще используют копинг-стратегии «Самоконтроль», «Принятие ответственности», «Планирование решения проблемы», «Положительная переоценка» ($H=6,287$, $p=0,003$; $H=3,595$, $p=0,032$; $H=7,616$, $p=0,001$; $H=5,913$, $p=0,004$ соответственно). Подросткам с адаптивной личностной беспомощностью, преимущественно формирующейся в условиях повышенной моральной ответственности и жестокого обращения, свойственны педантичность, обязательность, строгое следование установленным правилам и одновременно неуверенность в себе и конформность. Применение стратегии «Планирование решения проблемы»

предполагает выработку определённого плана действий с целью разрешения надвигающейся проблемной ситуации. Подростки с личностной беспомощностью адаптивного типа стремятся решить проблемы, не соотнося их со своими возможностями, желая угодить окружающим. В условиях повышенной моральной ответственности подросток стремится «заслужить» родительскую любовь, оправдать их ожидания. Данный тип личностной беспомощности в большей мере предполагает планирование подростком своих будущих действий, предвидение препятствий и возможных реакций родителей. Стратегии «Принятие ответственности» и «Планирование решения проблемы» способствуют снижению тревожности субъекта, так как предварительное составление плана решения проблемы формирует условную психологическую безопасность, помогает устранить внутренний эмоциональный дискомфорт. Подросток с адаптивной личностной беспомощностью склонен к подавлению эмоциональных реакций в сложных ситуациях, сдерживанию своих действий с целью совладания с трудностью. Положительная переоценка помогает ребёнку перестроить своё поведение и представления с целью эффективного приспособления к сложным семейным условиям (жестокое обращение и повышенная моральная ответственность).

Подростки с манипулятивной личностной беспомощностью совладают с трудностями посредством различных копинг-стратегий, у испытуемых данной подгруппы нет ярко выраженных отличий в преобладании того или иного способа совладания.

Анализируя результаты, полученные в группах подростков с различным типом личностной беспомощности, мы не обнаружили значимых различий по копинг-стратегиям «Бегство-избегание» и «Дистанцирование», то есть подростки с личностной беспомощностью вне зависимости от типа беспомощности при совладании с проблемной ситуацией чаще используют обозначенные копинг-стратегии. Соотношение средних значений по показателям совладающего поведения в подгруппах подростков с различным типом личностной беспомощности представлено в параграфе 3.1 диссертации (рисунок 3.2).

В результате изучения способов преодоления негативных ситуаций в группах подростков с личностной беспомощностью (N=74) и самостоятельностью (N=35) (опросник «Способы преодоления негативных ситуаций», С. С. Гончарова) выявлено, что респонденты с личностной беспомощностью значимо чаще преодолевают негативные ситуации посредством копинг-стратегий «Самообвинение» (U=358, p=0,000), «Поиск виновных» (U=509,5, p=0,000), чем их сверстники с самостоятельностью, которые чаще используют стратегию «Повышение самооценки» (U=963,5, p=0,027). Подростки с личностной беспомощностью в стрессовых условиях чаще, чем их самостоятельные ровесники, критикуют и обвиняют себя, испытывают жалость к себе, беспокоятся о происходящем, оказываются неспособными проявлять активность с целью совладания с ситуацией. Кроме того, подросткам с личностной беспомощностью, склонным в сложных и

противоречивых ситуациях к применению копинг-стратегии «Поиск виновных», характерны проявления агрессивности и враждебности, связанных с внутренним эмоциональным дискомфортом, недоверие и осторожное отношение к окружающим людям, мысли о несправедливости окружающей действительности. Стратегии преодоления «Самообвинение» и «Поиск виновных» имеют разную направленность: на себя и на других. Субъект с личностной беспомощностью в зависимости от условий стрессовой ситуации отдаёт предпочтение той или иной стратегии, обвиняя себя или других в случившемся, избегает активного решения задачи, проявляя бездеятельность и пассивность. Различий в способах преодоления негативных ситуаций у подростков с личностной беспомощностью различного типа не было выявлено. Описательные статистики по показателям предпочитаемых способов поведения в трудных жизненных ситуациях в группах подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью представлены в приложении 2 диссертации.

Исследование копинг-стилей и копинг-стратегий у подростков с личностной беспомощностью (N=115) и самостоятельностью (N=91) (опросник «Юношеская копинг-шкала») позволило выявить, что испытуемые с самостоятельностью значимо чаще прибегают к использованию стратегий проблемно-ориентированного, социотропного и мобилизационного стилей совладания, а их сверстники с личностной беспомощностью чаще совладают при помощи стратегий эмоционально-доминантного стиля.

В сложных ситуациях самостоятельные подростки чаще стараются соотнести сложность ситуации и свои возможности по её преодолению, проявление активности в учебной деятельности может выступать как способ адаптации в рамках сложившихся трудностей (стратегии «Решение проблемы» (U=506,5, p=0,000), «Работа, достижения» (U=159,24, p=0,000)). Более частое применение копинг-стратегии «Друзья» (U=155,50, p=0,000) самостоятельными подростками подразумевает отвлечение на отношения с другими людьми, склонность проводить время в компании, потребность в общении с друзьями, в установлении близких отношений. Подростки с самостоятельностью в сложной ситуации чаще, чем их сверстники с личностной беспомощностью, стремятся уменьшить значимость проблемы, отделиться от неё посредством посвящения времени досугу (копинг-стратегия «Отвлечение», (U=153,07, p=0,000)). Копинг-стратегия «Активный отдых» значимо чаще используется подростками с самостоятельностью (U=116,71, p=0,004), которые склонны в сложных жизненных ситуациях опираться на внутренние физические ресурсы, заниматься спортом, ориентируясь на поддержание своего здоровья.

Проявление повышенной эмоциональной тревожности без осуществления действий по адаптации к ситуации, беспокойство о происходящем и его последствиях, опасение за своё будущее и будущее вообще характеризуют копинг-стратегию «Беспокойство», применяемую чаще подростками с личностной беспомощностью (U=147,67, p=0,000).

Совладание беспомощными подростками посредством стратегии «Самообвинение» заключается в обвинении себя в возникновении трудностей, ощущении личной ответственности за происходящее ($U=117,88$, $p=0,000$). Описательные статистики по показателям стилей совладающего поведения и копинг-стратегий представлены в приложении 3 диссертации.

Сравнительный анализ предпочитаемых копинг-стратегий в подгруппах подростков с манипулятивным, защитным, адаптивным типами личностной беспомощности ($N=28$, $N=34$, $N=27$ соответственно) позволил выявить ряд значимых различий (опросник «Юношеская копинг-шкала»). В результате проведённого сравнения мы можем наблюдать большее разнообразие копинг-стратегий у подростков с адаптивной личностной беспомощностью. Испытуемые данной группы в сложных ситуациях прибегают к использованию стратегий различных стилей совладания. Такие способы преодоления трудностей как решение проблемы ($H=9,848$, $p=0,007$), работа, достижения ($H=8,686$, $p=0,013$) относятся к проблемно-ориентированному совладающему стилю. Кроме того, субъекты с адаптивной личностной беспомощностью используют способы совладания мобилизационного и социотропного стилей: фокусирование на позитиве ($H=8,728$, $p=0,013$) и принадлежность ($H=5,678$, $p=0,058$) соответственно. Подростки с адаптивной личностной беспомощностью чаще совладают с трудностями при помощи психологического принятия ситуации, стратегий, опирающихся на внутренние психические ресурсы, пополнение которых возможно при получении одобрения значимыми людьми и с помощью акцентирования на позитивном. Подростки с адаптивной личностной беспомощностью, воспитывающиеся преимущественно в условиях повышенной моральной ответственности и жестокого обращения, характеризуются выраженным чувством долга, склонностью к самообвинению, заниженной самооценкой. В качестве способа адаптации подростка к повышенным родительским требованиям выступает поведенческая активность в сфере значимой деятельности (учебная, помощь в быту и др.). Предпочитаемые копинг-стратегии и перечисленные личностные особенности формируют установку, что при любых обстоятельствах необходимо направлять усилия на преодоление трудной ситуации порой ценой истощения собственных ресурсов.

У подростков с защитной личностной беспомощностью доминирующими копинг-стратегиями являются «Разрядка» ($H=12,989$, $p=0,002$), «Социальная поддержка» ($H=7,803$, $p=0,020$) и «Игнорирование» ($H=7,248$, $p=0,027$). Преодоление сложной ситуации посредством разрядки предполагает улучшение самочувствия за счёт вымещения своих неудач на окружающих, снижение тревоги и эмоционального напряжения при помощи плача, крика, вредных привычек. Применение стратегии «Социальная поддержка» предполагает стремление в сложной ситуации получить помощь, одобрение, совет, заручиться поддержкой со стороны окружения. Регрессивные формы поведения и поддержка, оказанная извне, помогают

беспомощным подросткам преодолеть эмоциональный дискомфорт в сложной ситуации. Однако, данный способ совладания не всегда оказывается эффективным: постоянно возникающая потребность в поддержке других людей провоцирует возникновение депрессивных состояний и заниженной самооценки. Позиция отстранения от трудностей, с одной стороны, помогает подросткам с защитной личностной беспомощностью сохранить внутренние психические ресурсы, с другой – способствует накоплению неразрешённых задач, появлению эмоционального дискомфорта, повышает вероятность ухода в бессознательное защитное поведение.

Подростки с манипулятивной личностной беспомощностью, склонные к привлечению посторонних лиц в процесс достижения личных целей, чаще используют стратегию «Несовладание» ($N=10,239$, $p=0,006$). Субъект, реализующий данную стратегию, прилагает минимум усилий для совладания с происходящим, а иногда и вовсе отказывается от малейших попыток преодолеть трудности. Предпочтение данной копинг-стратегии подростками с манипулятивной личностной беспомощностью оказывается вполне объяснимым. Такие субъекты путём демонстрации невозможности справиться с трудностями, беспомощного состояния привлекают окружающих для удовлетворения личных потребностей, достижения определённых целей. Соотношение средних значений предпочитаемых копинг-стратегий в подгруппах подростков с адаптивным, защитным и манипулятивным типами личностной беспомощности представлено в параграфе 3.1 диссертации (рисунок 3.5).

В целом, результаты сравнительного анализа позволяют утверждать, что самостоятельные подростки чаще совладают с трудностями при помощи проблемно-ориентированных копинг-стратегий в отличие от их сверстников с личностной беспомощностью. Кроме того, мы можем наблюдать преодоление трудностей субъектами с самостоятельностью при помощи активизации внутренних ресурсов и привлечения социальной поддержки. У подростков с личностной беспомощностью в большей степени развиты эмоционально-ориентированный и избегающий стили совладания, позволяющие снизить эмоциональное напряжение и отстраниться от проблемы в целях экономии личных ресурсов.

В параграфе 3.2. **«Анализ результатов исследования совладающего поведения родителей подростков с личностной беспомощностью»** представлены результаты изучения супружеского копинга и общего стиля совладания родителей подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью. На этапе исследования особенностей супружеского копинга и основных стилей совладания в семьях подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью приняло участие 142 человека, из них 39 отцов (средний возраст $M=42,17$, стандартное отклонение $SD=3,485$) и 39 матерей (средний возраст $M=41,07$, стандартное отклонение $SD=4,15$) подростков с самостоятельностью, 32 отца (средний возраст $M=42,38$, стандартное отклонение $SD=4,511$) и 32 матери (средний возраст $M=41,69$,

стандартное отклонение $SD=4,117$) подростков с личностной беспомощностью. В качестве метода исследования супружеского копинга выступил опросник «Супружеский копинг» (М. Боуман, в адаптации Е. В. Куфтяк). Общий стиль совладания родителей изучался при помощи методики «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (адаптированный Т. Л. Крюковой вариант методики Н. Эндлера и Д. Паркера). Методом статистического анализа в обоих случаях выступил однофакторный дисперсионный анализ ANOVA.

Исследование стратегий совладания в супружеских отношениях позволило выявить отличия в супружеском копинге в семьях подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью. Отцы подростков с самостоятельностью чаще прибегают к копинг-стратегиям эгоистичного стиля, чем их жёны ($p=0,001$) и отцы подростков с личностной беспомощностью ($p=0,002$). Показатель «Эгоистический стиль» предполагает повышенную активность вне семьи, превалирование личных интересов над семейными. Выбор отцом, чья роль признаётся ведущей в формировании беспомощности и самостоятельности, предпочитаемых видов деятельности, посвящение времени работе, хобби, текущим делам, способствует развитию у подростков чувства личной ответственности, самостоятельности.

Отцы подростков с личностной беспомощностью реже используют позитивный стиль супружеского совладания, чем родители подростков с самостоятельностью ($p=0,000$ для обоих родителей). Проявление позитивного настроения в ситуации преодоления трудностей осуществляется за счёт обращения к эмоциональной стороне отношений с партнёром, усилия оказываются направленными на улучшение качества супружеских отношений. Позитивность как копинг-стратегия является важным условием построения благополучных супружеских отношений. Слабо выраженный позитивный настрой при разрешении супружеских трудностей у отцов подростков с личностной беспомощностью сказывается на подростке, характеризующегося пессимистическим атрибутивным стилем и неуверенностью в себе.

Матери подростков с личностной беспомощностью чаще прибегают к использованию стратегии самообвинения при совладании с проблемами во взаимоотношениях с супругом, нежели отцы подростков с личностной беспомощностью ($p=0,001$) и родители подростков с самостоятельностью ($p=0,003$ – мать; $p=0,008$ – отец). Также матери подростков с личностной беспомощностью чаще совладают с трудностями в сфере супружеских взаимоотношений при помощи конфликтной стратегии, чем матери подростков с самостоятельностью ($p=0,05$). Так, жёны на этапе семьи, воспитывающей подростка, чаще своих мужей стремятся к самообвинению и выбирают конфронтационный стиль разрешения супружеского напряжения, что согласуется с полученными нами ранее результатами исследования предпочитаемых копинг-стратегий подростками с личностной беспомощностью, которые также как их матери чаще прибегают к

использованию конфронтации и самообвинения при совладании с трудностями.

Полученные результаты дополняют существующие представления об особенностях супружеского совладания позволяют расширить представление о формировании стиля совладания у подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью.

Следующий этап исследования родительского копинг-поведения заключался в выявлении особенностей в общих стилях совладания у родителей подростков с различными личностными характеристиками (личностная беспомощность/самостоятельность). Матери подростков с самостоятельностью значимо чаще прибегают к использованию проблемно-ориентированных копинг-стратегий, чем родители беспомощных подростков ($p=0,001$ для обоих родителей). Действия матерей самостоятельных подростков направлены на планирование и реализацию действий по разрешению проблемы, мобилизацию усилий для эффективного совладания. Отцы подростков с личностной беспомощностью значимо чаще, чем их жёны и родители подростков с самостоятельностью предпочитают в трудных ситуациях эмоционально-ориентированный копинг ($p=0,000$ для всех). У отцов подростков с личностной беспомощностью сложная ситуация вызывает большую тревожность, агрессию или чувство отчаяния, которые могут проявиться, в том числе, в виде болезни, злоупотребления алкоголем, наркотиков. Полученные нами данные согласуются с результатами исследования совладающего поведения у беспомощных подростков, согласно которым последние значимо чаще прибегают к использованию копинг-стратегий эмоционально-доминантного стиля совладания, чем их самостоятельные сверстники. Изложенное свидетельствует, что на основе отцовского эмоционального подхода к решению проблемы у подростков развиваются соответствующие навыки собственного совладания.

Матери подростка с самостоятельностью реже прибегают к использованию копинг-стратегий избегающего стиля, чем их отцы и родители подростков с личностной беспомощностью ($p=0,000$ для всех). Мать, самостоятельного подростка, как было указано ранее, склонна в сложной ситуации планомерно решать возникающие проблемы, а не избегать их. Также выше отмечалось, отец подростка с самостоятельностью в сложной ситуации предпочитает отвлекаться на личные интересы, проявлять активность вне семьи, что согласуется с данными о более частом использовании избегающих копинг-стратегий, в частности отвлечения. Родители подростков с личностной беспомощностью значимо чаще прибегают к использованию копинг-стратегий «Отвлечение» ($p=0,000$ для всех), чем матери самостоятельных подростков. А также характеризуются частым использованием стратегии «Социальное отвлечение», чем родители подростков с самостоятельностью ($p\leq 0,01$ для всех). Отвлечение на дела, не связанные с проблемой, на контакты с другими людьми позволяет родителям

беспомощных подростков снизить эмоциональный дискомфорт и уйти от активных действий по решению трудностей.

Полученные результаты согласуются с данными об особенностях совладания самих подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью, предпочитаемые копинг-стратегии которых, чаще всего, соотносятся с родительскими.

Параграф 3.3. «Результаты исследования стилей совладающего поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью» посвящён результатам дискриминантного анализа, позволившего выделить стили семейного совладания в семьях подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью.

Описание семьи с точки зрения системного подхода, опора на данный подход в рамках исследования открывает путь к изучению совладающего поведения не только с точки зрения индивидуального копинга, но и с позиции семейной системы. Принимая во внимание, что стиль совладания в семье обусловлен не только внешними условиями, характером стрессового воздействия, но и особенностями семейных взаимоотношений, личностными характеристиками членов семьи, считаем важным и необходимым выявить и описать стили семейного совладания в семьях подростков с личностной беспомощностью. На этапе исследования стилей совладающего поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью приняло участие 32 семьи, включающие отца, мать и ребёнка. Совладающее поведение изучалось при помощи опросника «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса, адаптированного Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой.

Для дискриминантного анализа из всей выборки испытуемых были выделены три класса семей по диагностическим показателям типа личностной беспомощности у подростков: манипулятивной (10 семей), защитной (10 семей) и адаптивной (12 семей). В каждой семье нами были выделены предпочитаемые копинг-стратегии подростками с личностной беспомощностью того или иного типа и их родителями. В таблице 1 представлены результаты выделения предпочитаемых способов совладающего поведения подростками с различным типом личностной беспомощности и их родителями.

Таблица 1

Предпочитаемые копинг-стратегии подростками с личностной беспомощностью различного типа и их родителями

Семья	Предпочитаемая копинг-стратегия	Стиль семейного совладания
Отец ¹	поиск социальной поддержки	Социотропный стиль семейного совладания
	бегство-избегание	
Мать ¹	поиск социальной поддержки	
	дистанцирование	
Подросток ¹	поиск социальной поддержки	
	конфронтационный копинг	

Отец ²	дистанцирование	Мобилизационный стиль подростка в условиях чрезмерной ответственности
	самоконтроль	
Мать ²	бегство-избегание	
	положительная переоценка	
Подросток ²	принятие ответственности	
	планирование решения проблемы	
	положительная переоценка	
Отец ³	бегство-избегание	Проблемно-ориентированность матери
Мать ³	самоконтроль	
	планирование решения проблемы	
Подросток ³	дистанцирование	
	бегство-избегание	
¹ – члены семьи подростка с защитной личностной беспомощностью ² – члены семьи подростка с адаптивной личностной беспомощностью ³ – члены семьи подростка с манипулятивной личностной беспомощностью		

Подвергнув анализу репертуар предпочитаемых копинг-стратегий, мы выделили три стиля семейного совладания. Социотропный стиль семейного совладания характеризует семьи подростков с защитной личностной беспомощностью. В такой семье при разрешении семейных трудностей, в ситуации, когда супруг и ребёнок склонны обращаться за социальной помощью, мать стремится с одной стороны, дистанцироваться от проблемы, снизить её значимость для себя, и, с другой стороны, также оказывается ориентированной на взаимодействие с окружающими, ожидает внимания, совета и сочувствия. В семьях подростков с адаптивной личностной беспомощностью предпочитаемый членами семьи репертуар копинг-стратегий получил название «Мобилизационный стиль подростка в условиях чрезмерной ответственности». Подросток при данном стиле семейного совладания оказывается больше вовлечён в разрешение проблем, нежели его родители. Помимо позитивного фокуса подросток совладевает с семейными сложностями посредством планомерного решения проблемы и принятия личной ответственности. Отец подростка в сложной семейной ситуации склонен к целенаправленному подавлению и сдерживанию эмоций, самоконтролю, за которым может скрываться стремление скрыть собственные переживания относительно проблемы. Копинговые усилия матери направлены на положительное переосмысление ситуации, извлечение пользы из сложившихся условий. Стиль совладания в семьях подростков с манипулятивной личностной беспомощностью был назван «Проблемно-ориентированность матери». Ориентация матери на проблемно-ориентированное решение, преобладание рационального подхода к разрешению трудностей, минимизация влияния эмоций на оценку ситуации сочетаются с избегающей стратегией преодоления стрессовых ситуаций, используемой отцом и ребёнком. При возникновении сложной ситуации, требующей групповых копинг-усилий, отец подростка с личностной

беспомощностью склонен к совладанию посредством уклонения от ответственности и действий по разрешению проблемы. Мать подростка в данном случае, наоборот, направляет усилия на выработку стратегии решения задачи, сохраняя при этом самообладание.

Для дополнительной оценки проведённого разделения семей в зависимости от типа личностной беспомощности у подростка и выделения у них стилей семейного совладания был использован дискриминантный анализ. Дискриминантный анализ позволяет обнаружить процент совпадения реальной классификации (разделение семей в зависимости от типа личностной беспомощности у подростка) и предсказанной классификации объектов при помощи канонических функций. Исходными данными для дискриминантного анализа выступили значения предпочитаемых копинг-стратегий отца, матери и подростка с личностной беспомощностью (дискриминантные переменные) и результаты классификации выборки испытуемых на три класса в зависимости от типа личностной беспомощности у подростка (классифицирующая переменная). Данные отвечали основным статистическим требованиям дискриминантного анализа, дискриминантные переменные были измерены в метрической шкале, линейная зависимость, равная 1, между переменными отсутствовала.

В результате проведённого дискриминантного анализа процент совпадения действительной классификации и классификации для объектов с помощью канонических функций составляет 96,9 %. Это говорит о том, что точность предсказания групп объектов (испытуемых) очень высока, что свидетельствует о наличии трёх типов семей, отличающихся по своему психологическому содержанию (предпочитаемым копинг-стратегиям).

Семейное совладание позволяет снизить воздействие стрессора на каждого члена семьи, оказывает влияние на взаимоотношения в системе, способствует сохранению целостности семьи. Различия в стиле взаимодействия в семье, сформированные личностные особенности подростков (личностная беспомощность различного типа) определяют особенности семейного совладания. В сложной ситуации копинг-усилия каждого члена семьи составляют некую систему способов совладания, позволяющую разрешить доступным способом проблемную ситуацию и сохранить семейную целостность.

Результаты выполненного исследования подтверждают выдвинутую гипотезу и позволяют сделать следующие **выводы**:

1. Личностные особенности подростков обуславливают их совладающее поведение. Подростки с личностной беспомощностью чаще, чем их самостоятельные сверстники совладают со сложной ситуацией при помощи конфронтационного копинга, дистанцирования от проблемы и избегания мыслей о ней, отрицания её наличия. В то же время, подросткам с личностной беспомощностью свойственно принимать на себя ответственность за проблему, такие подростки склонны к самообвинению и чрезмерной самокритике. Самообвинение подростков с личностной

беспомощностью сопровождается беспокойством. Помимо направленности на себя обвинение может быть направлено на других, на внешние обстоятельства. Подростки с личностной беспомощностью в сложной ситуации также прибегают к использованию копинг-стратегии «Поиск виновных», что позволяет снизить уровень эмоционального напряжения.

2. Подростки с личностной беспомощностью различного типа склонны использовать при совладании с трудностями разного рода поведенческие копинг-стратегии. Подростки с защитной личностной беспомощностью значимо чаще используют конфронтационный и социальный копинги. Таким подросткам свойственно при совладании с трудностями проявление импульсивности, порой с элементами конфликтности и враждебности, отстранения, обесценивания значимости собственных переживаний, позволяющими уменьшить эмоциональный дискомфорт, вызываемых проблемной ситуацией. Кроме того, подростки с личностной беспомощностью защитного типа ориентированы в сложной ситуации на взаимодействие с другими людьми с целью получения действенной, информационной или эмоциональной поддержки.

3. Подростки с адаптивной личностной беспомощностью в сложной ситуации испытывают необходимость планирования решения проблемы, сохраняют самообладание и принимают ответственность за сложившиеся обстоятельства на себя. Предварительное составление плана разрешения проблемы формирует у подростков условную психологическую безопасность, способствует устранению внутреннего эмоционального дискомфорта. Акцентирование внимания на извлечение возможной пользы из ситуации, её положительное переосмысление помогают подросткам адаптироваться к сложным семейным условиям.

4. Подростки с манипулятивной личностной беспомощностью, склонные к привлечению посторонних лиц в процесс достижения личных целей, прилагают минимум усилий для совладания с происходящим. Такие подростки в отличие от своих сверстников значимо чаще прибегают к использованию копинг-стратегии «Несовладание», проявляющейся в отказе от каких бы то ни было действий по решению проблемной ситуации.

5. Совладающее поведение родителей подростков с личностной беспомощностью и самостоятельностью имеет существенные различия. Родители подростков с самостоятельностью чаще совладают с трудностями при помощи позитивного подхода к решению проблем в супружеских взаимоотношениях. Также отцам самостоятельных подростков свойственен эгоистичный стиль разрешения сложных ситуаций в отношениях с супругой. Матери беспомощных подростков предпочитают конфронтационную стратегию и, в то же время, склонны к самообвинению при разрешении проблем с партнёром. Что касается общего стиля совладания, то матери подростков с самостоятельностью характеризуются проблемно-ориентированным подходом к решению задач. Родители подростков с

личностной беспомощностью чаще прибегают к эмоционально-ориентированным и избегающим копинг-стратегиям.

6. Семейное совладание, выступающее как интегративная характеристика семьи, позволяет снизить воздействие стрессора на каждого члена семьи, оказывает влияние на взаимоотношения в системе, способствует сохранению целостности семьи. Стили совладающего поведения в семьях подростков с личностной беспомощностью различного типа имеют характерные особенности. Структура семейного совладания в семьях подростков с личностной беспомощностью представлена тремя стилями: социотропный стиль семейного совладания, мобилизационный стиль подростка в условиях чрезмерной ответственности, проблемно-ориентированность матери.

Основное содержание исследования отражено в следующих публикациях:

Публикации в изданиях, рекомендованных ВАК Минобразования РФ

1. Пономарева И.В., Сизова Я.Н., Социально-психологические проявления личностной беспомощности различного типа // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2017. Т.6, № 3 (20). С. 326-330.

2. Сизова Я.Н. Евстафеева Е.А. Эвнина К.Ю. Преодоление стрессовых ситуаций подростками с личностной беспомощностью // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2018. № 1-2 (76-77). С. 69-71.

3. Сизова Я.Н., Циринг Д.А. Особенности взаимоотношений в семьях подростков с личностной беспомощностью различного типа // Высшее образование сегодня. 2018. № 1. С. 50-54.

4. Сизова Я.Н., Пономарева И.В., Эвнина К.Ю. Особенности волевой регуляции и совладающего поведения у субъектов с личностной беспомощностью // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7, № 4А. С. 73-79.

5. Пономарева И.В., Климова М.О., Сизова Я.Н. Теоретическое исследование регулятивной функции субъекта с личностной беспомощностью // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2018. Т. 9, № 2-1. С. 105-127.

6. Сизова Я.Н. Исследование способов преодоления трудностей и уровня волевой регуляции у подростков с личностной беспомощностью // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2018. Т.9, № 8. С. 175-188.

Статьи

7. Циринг Д.А., Сизова Я.Н., Теоретический анализ взаимоотношений в семьях подростков с личностной беспомощностью // Современные атрибуты теории и практики психологии и педагогики: сборник научных трудов, посвященный 20-летию юбилею Факультета психологии и педагогики

Челябинского государственного университета, Челябинск: Печатный двор. 2017. С. 244-253.

8. Климова М.О., Пономарева И.В., Сизова Я.Н., Regulative Function of a Subject with Personal Helplessness: A Theoretical Model of Research // Eurasian Journal of Analytical Chemistry. 2017. № 12. Interdisciplinary Perspective on Sciences 7b. P. 1491-1498 (<http://www.eurasianjournals.com/Regulative-Function-of-a-Subject-with-Personal-Helplessness-a-Theoretical-Model-of,78765,0,2.html>).

9. Ponomareva I.V., Sizova Y.N., Tsiring D.A., Structural organization of the regulatory function of a subject with different types of personal helplessness // International Journal of Civil Engineering and Technology. 2018. V.9, No 11. P. 1822-1831. ISSN/ISBN 0976-6316 (индексируется Scopus).

Материалы конференций

10. Сизова Я.Н., Пономарева И.В., Ретроспективный анализ феномена психологической беспомощности // Личность в норме и патологии: материалы Всероссийской научно-практической конференции, Челябинск: Печатный двор. 2017. С. 105-107.

11. Пономарева И.В., Сизова Я.Н., Эвнина К.Ю., Особенности контроля поведения у подростков с личностной беспомощностью (постановка проблемы) // XXXII Мерлинские чтения: Способности. Одаренность. Индивидуальность: матер. Всерос. науч.-практ. конф. (20-21 октября 2017 г., г. Пермь, Россия), Пермь: Перм. гос. гуманит.-пед. ун-т. 2017. С. 130-133.

12. Пономарева И.В., Сизова Я.Н., Способы преодоления негативных ситуаций у субъектов с личностной беспомощностью // Психология – наука будущего: Материалы VII Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего». 14-15 ноября 2017 года, Москва, Москва: Изд-во «Институт психологии РАН». 2017. С. 645-647.

13. Сизова Я.Н., Пономарева И.В., Теоретическое обоснование исследования регулятивной функции субъекта с личностной беспомощностью // Психология здоровья и болезни: клинико-психологический подход. Материалы VII Всероссийской конференции с международным участием., Курск: Курский государственный медицинский университет (Курск). 2018. С. 293-297.

14. Сизова Я.Н. Исследование совладающего поведения подростков с личностной беспомощностью // Ананьевские чтения – 2018. Психология личности: традиции и современность: материалы международной научной конференции. Правительство Российской Федерации, Санкт-Петербургский государственный университет, Российский фонд фундаментальных исследований, Санкт-Петербургское психологическое общество. 2018. С. 295-296.

15. Сизова Я.Н. Исследование совладающего поведения у студентов с личностной беспомощностью // Психология и современный мир: Материалы Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. 2018. С. 288-290.

16. Sizova Ya.N., Tsiring D.A. The peculiarities of behavior control in adolescents with various types of personal helplessness // 23rd World Congress of the International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions (IACAPAP 2018). Abstract book. 2018. C. 165.