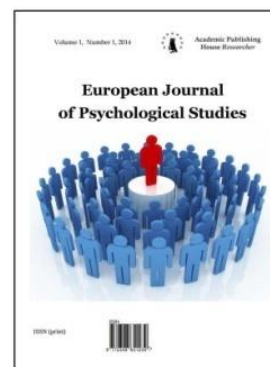


Copyright © 2019 by Academic Publishing House Researcher s.r.o.



Published in the Slovak Republic
European Journal of Psychological Studies
Has been issued since 2014.
E-ISSN: 2409-3297
2019, 7(1): 3-8

DOI: 10.13187/ejps.2019.7.3
www.ejournal12.com



Articles

Psychological Peculiarities of Individual Parental Coping-Strategies in Teenagers Upbringing

Hanna A. Chernyakova ^{a, *}

^a Sumy State University, Ukraine

Abstract

The article covers the problem of parents using various coping strategies in teenager's upbringing as one of the major factors that affects the parent-child relationships and the formation of the teenagers' personality. The concept of coping is revealed, a brief excursion into the history of studying this phenomenon is carried out. Parental cognitive, emotional and behavioral coping strategies are considered from the point of view of their effectiveness in solving difficulties that arise in the process of upbringing. Adaptive, relatively adaptive and non-adaptive coping strategies are distinguished, with the characterization of behavioral options in various difficult situations. It is noted that adaptive coping strategies help to solve difficult situations quickly and successfully, relatively adaptive ones help only in certain situations, non-adaptive do not eliminate the stress, but strengthen it. The ambiguous nature of relatively adaptive coping strategies is determined. In some cases relatively adaptive coping strategies can lead to a successful solution of a problem situation, in other – to its complication. The analysis of the research results of individual ways of coping in stressful situations that deals with the teenager's upbringing is also presented. The possibility of increasing the effectiveness of parents' coping behavior by developing their personal characteristics that affect the choice of coping strategies is considered.

Keywords: upbringing, coping, cognitive, emotional, behavioral coping strategies, coping efficiency, teenagers.

1. Введение

Воспитание как целенаправленное формирование личности, процесс освоения социального опыта, культуры, ценностей и норм общества, предполагает взаимодействие личности и семьи, различных групп и коллективов, а также социальных институтов. Часто этот сложный процесс отягощается возрастными и ситуативными трудностями. Так, подростковый возраст – один из самых важных и сложных как для самого подростка, так и для его родителей. К особенностям подросткового возраста можно отнести растущее стремление к самостоятельности, чувство взрослости, стремление к независимости и самовыражению, преимущество авторитета сверстников перед авторитетом взрослых, что часто нелегко принять родителям. Возникающие в процессе воспитания подростка

* Corresponding author

E-mail addresses: annachernyakova31@gmail.com (H.A. Chernyakova)

трудности, родители стараются преодолеть различными способами: адаптироваться или ослабить, уклониться или обратиться за помощью к авторитетным личностям, что по своей сути характеризует индивидуальные особенности их копинг-поведения.

2. Материалы и методы

При написании статьи были использованы теоретические методы исследования: изучение и обобщение литературы по проблеме копинг-поведения с целью формулировки основных понятий и осуществления теоретических обобщений. А также, с целью выявления индивидуального стиля преодоления стресса, связанного с воспитанием, была проведена "Методика выявления индивидуальных копинг-стратегий" Е. Хайма (Вассерман, Щелкова, 2004).

В исследовании приняли участие 120 родителей подростков из города Сумы, возрастом от 31 до 62 лет.

3. Обсуждение и результаты

Исследование копинг-поведения личности началось относительно недавно, хотя интерес к данному феномену инициирует множество исследований в современной науке. Первые работы посвященные копингу появились во второй половине двадцатого века (Р. Лазарус, С. Фолкман, Р. Мус, Н. Ендлер, Дж. Паркер, М. Перрез, М. Райтчерз). В начале 90-х годов исследование данного феномена становится сферой научных интересов российских ученых (Л.И. Анциферова, В.А. Бодров, Т.Л. Крюкова, С.К. Нартова-Бочавер и другие). В украинской психологической науке копинг-поведение активно изучается в последнее десятилетие и находится в сфере интересов молодых ученых (В.В. Грандт, М.М. Дидух, И.А. Корниенко, Д.Д. Отич, Н.В. Родина, З.А. Сивогракова, А.А. Симак, А.В. Сидоренко, А.И. Склень, Т.А. Ткачук, В.М. Чернобровкин). Исследования проводятся преимущественно в контексте формирования копинг-поведения в различных сферах профессиональной деятельности. В то время, как изучение копинга в сфере межличностных отношений, а именно, детско-родительских, фактически отсутствуют в современных украинских исследованиях.

Впервые термин "копинг" использовала Л. Мерфи во время изучения способов преодоления детьми трудностей, связанных с кризисами развития. По определению Л. Мерфи, термин "копинг" означает "некоторую попытку создать новую ситуацию, какой бы она ни была: угрожающей, опасной, неловкой, или радостной и благоприятной" (Murphy, 1974).

Понятие «копинг» понимается при этом как стремление индивида решить определенную проблему, которое, с одной стороны является врожденной манерой поведения, а с другой – приобретенной формой дифференцированного поведения (владение собой, сдержанность, склонность к чему-то).

Копинг – это когнитивные, эмоциональные и поведенческие попытки преодоления специфических внешних и/или внутренних требований, которые постоянно изменяются и оцениваются как напряжение или превышают ресурсы человека по их преодолению. Это форма поведения, проявляющаяся в готовности индивида к решению любых жизненных проблем, ситуаций, задач. Она отражает направленность личности на приспособление к обстоятельствам (Фролова, Сенина, 2005: 72-82).

Представители различных теорий отмечают, что копинг-стратегии могут быть адаптивные, относительно-адаптивные и неадаптивные (Vitaliano, 1990; Koplik, 1992; Frydenberg, 1997).

Адаптивные помогают быстро и успешно решать сложные ситуации, относительно-адаптивные – помогают только в отдельных ситуациях и при небольшом стрессе, неадаптивные – не устраняют стрессовое состояние, а, наоборот, усиливают его.

Сталкиваясь со сложными или травмирующими ситуациями, каждый человек имеет свои предпочтения в преодолении.

С целью выявления индивидуального стиля преодоления родителями стресса, связанного с воспитанием подростков, нами была проведена "Методика выявления индивидуальных копинг-стратегий" Е. Хайма (Вассерман, Щелкова, 2004). Методика позволяет исследовать 26 ситуативно-специфических вариантов копинга и предназначена для выявления когнитивных, эмоциональных и поведенческих копинг-стратегий как

индивидуальных осознанных стратегий преодоления стрессовых ситуаций. Респондентам предлагается три блока утверждений: первый включает когнитивные копинг-стратегии – 10 вариантов (игнорирование, подчинение, диссимиляция, сохранение совладания, проблемный анализ, относительность, религиозность, растерянность, придание смысла, установка собственной ценности); второй – эмоциональные копинг-стратегии – 8 вариантов (протест, эмоциональная разрядка, вытеснение эмоций, оптимизм, пассивная кооперация, самообвинение, агрессивность); третий – поведенческие копинг стратегии – 8 вариантов (отвлечение, альтруизм, активное избегание, компенсация, конструктивная активность, отступление, сотрудничество, обращение).

По результатам применения методики были получены следующие данные:

Таблица 1. Соотношение адаптивных, относительно-адаптивных и неадаптивных копинг-стратегий родителей

Копинг-стратегии	Признак адаптивности-неадаптивности					
	Адаптивные		Относительно-адаптивные		Неадаптивные	
	Количество человек	Процент	Количество человек	Процент	Количество человек	Процент
Когнитивные	43	35,93 %	49	40,63 %	28	23,44 %
Эмоциональные	92	76,56 %	11	9,38 %	17	14,06 %
Поведенческие	53	43,75 %	43	35,94 %	24	20,31 %

Таким образом, мы видим, что среди эмоциональных копинг-стратегий родителей было выявлено преобладание адаптивных эмоциональных копинг-стратегий (83,3 %) над относительно адаптивными (76,56 %) и неадаптивными (7,81 %) копинг-стратегиями по χ^2 – критерию на 0,01 уровне значимости. При этом, как видно из Таблицы 1, большинство опрошенных родителей (71,88 %) используют копинг-стратегию с направленностью на оптимизм, тем самым демонстрируя уверенность в положительном решении любой, даже самой сложной ситуации.

4,69 % опрошенных родителей используют в стрессовых ситуациях, связанных с воспитанием подростков, такую копинг-стратегию, как протест. Подобное поведение свидетельствует о проявлении возмущения и протеста по отношению к трудностям, связанным с воспитанием.

Использование относительно-адаптивных эмоциональных копинг-стратегий предпочитают 9,38 % участников эксперимента. Среди них 6,25 % выбирают стратегию с направленностью на пассивную кооперацию, что отражается в переключении родителями ответственности за решение проблем, связанных с воспитанием, на других лиц (учителей, бабушек, дедушек и т.д.), а 3,13 % в качестве стратегии используют эмоциональную разрядку, что свидетельствует скорее об обострении проблемных ситуаций, связанных с воспитанием подростков, чем к успешному их решению.

Данные копинг-стратегии нельзя однозначно отнести к адаптивным или неадаптивным, поскольку их использование в отдельных случаях может привести как к успешному решению проблемной ситуации, так и к ее осложнению. Поэтому комплекс таких стратегий принято считать относительно – адаптивными.

Среди общей выборки испытуемых было выявлено 14,06 % неадаптивных эмоциональных копинг-стратегий, где направленность на подавление эмоций имеют 9,38 %, на самообвинение – 3,13 % и на покорность – 1,56 %. Такие варианты поведения характеризуются подавленностью, состоянием безнадежности и исключения других проявлений чувств, возложение вины на себя и окружающих. Этот факт можно объяснить тем, что часто родители подростков сосредотачиваются в основном на обеспечении материального благополучия их детей, пренебрегая при этом актуальными проблемами воспитания и игнорируя необходимость налаживания близкого эмоционального контакта со своими детьми. Кроме этого, находясь в подавленном эмоциональном состоянии, они испытывают безнадежность и беспомощность, обвиняя себя или других людей.

Среди избранных родителями когнитивных копинг-стратегий зафиксировано преобладание относительно-адаптивных копинг-стратегий (40,63 %) над адаптивными (35,93 %) и неадаптивными (23,44 %) копинг-стратегиями, хотя по χ^2 – критерию на 0,05 уровне статистически значимых различий выявлено не было.

Когнитивно-ориентированный копинг связан с попытками человека преодолеть стрессовую ситуацию путем изменения когнитивной оценки сложной ситуации (сбор информации, сдерживания от импульсивных и поспешных действий, выбор способов решения проблемы, планирование). То есть, группа родителей, которая обладает адаптивными когнитивными копинг-стратегиями (35,93%) преодолевает трудности, связанные с воспитанием подростков, прежде всего, благодаря сохранению самообладания (15,62 %) и на основе проблемного анализа (14,06 %), что выражается в склонности к анализу проблемной ситуации и поиска возможных путей выхода из нее, а также путем осознания собственной ценности (6,25 %), что предполагает осознание собственной значимости как личности, наличии веры в собственные ресурсы.

Относительно адаптивными когнитивными копинг-стратегиями при решении сложных вопросов, связанных с воспитанием, пользуются большинство опрошенных родителей – 40,63 %. Среди них выделяются стратегии с направленностью на относительность глубины проблемы (оценка трудностей по сравнению с другими) – 17,18 %, религиозность (вера в Бога) – 15,62 %, объяснение содержания (приписывание трудностям особого содержания и смысла самосовершенствования) – 7,81%.

Неадаптивные когнитивные копинг-стратегии были выявлены у 23,44 % испытуемых. При этом большинство опрошенных родителей (15,62 %) проявляют в проблемных ситуациях связанных с воспитанием подростков непродуктивные копинг-стратегии с направленностью на диссимуляцию (4,69 %) – стратегию типа «игнорирование», а также «смирение» и «растерянность» по 1,56 %, соответственно. Что можно интерпретировать как склонность родителей этой группы к пассивным формам поведения, отказу преодолевать трудности из-за неверия в собственные силы и интеллектуальные ресурсы, умышленное недооценивание неприятностей, связанных с воспитанием. По нашему мнению, выбор родителями таких копинг-стратегий может быть обусловлен тем, что они, не обладая достаточными психолого-педагогическими знаниями, могут разувериться в собственной способности к решению сложных проблем, связанных с воспитанием и чувствовать растерянность и беспомощность, полагаться в сложных воспитательных вопросах на случайное их решение.

Как видно из [Таблицы 1](#), адаптивные поведенческие копинг-стратегии характерны для 43,75 %. При этом, стратегиям с направленностью на «обращение» и «альтруизм» отдают предпочтение 15,62 % опрошенных. Использование таких стратегий копинг-поведения предполагает обращение родителей в сложных ситуациях, связанных с воспитанием, за помощью к ближайшему социальному окружению (собственным родителям, друзьям, знакомым). А также, сами охотно и бескорыстно помогают другим людям в преодолении трудностей.

12,5 % родителей предпочитают использовать при совладании со стрессом адаптивную поведенческую копинг-стратегию «сотрудничество», что выражается в обращении к авторитетным и значимым лицам (психологам, педагогам) для преодоления трудностей, связанных с воспитанием.

Относительно адаптивные поведенческие копинг-стратегии присущи 35,94 % опрошенным родителям. При этом, 25 % родителей ориентируются в преодолении проблем, связанных с воспитанием, на стратегию «отвлечение». Остальные родители этой группы ориентируются на стратегии «конструктивная активность» (6,25 %) и «компенсация» (4,69 %). То есть, для них есть характерным стремление ко временному уходу от решения проблемы, которое может сопровождаться употреблением алкоголя, лекарственных препаратов, а также, погружением в любимое дело, путешествия и др.

Неадаптивные поведенческие копинг-стратегии были выявлены у 20,31 % опрошенных родителей. В частности, стратегию «активное избегание» употребляют 10,94 %, а «отступление» – 9,38 %, что свидетельствует о попытках родителей избегать мыслей о неприятностях, связанных с воспитанием подростков, о их пассивной позиции, стремлении

к уединению, покою и изоляции, а также избегание интерперсональных контактов и отказ от решения проблем.

Анализируя полученные данные, можно сделать вывод, что значительный процент опрошенных родителей используют относительно-адаптивные и неадаптивные копинг-стратегии в воспитании подростков, что в свою очередь не помогает решить проблему, а лишь усугубляет негативные последствия или временно дает ощущение решения проблемной ситуации.

4. Заключение

Использование родителями адаптивных копинг-стратегий способствует более эффективному разрешению трудных ситуаций, связанных с воспитанием, а также, является важным фактором гармоничного развития личности подростка. Особенно важным есть обучение родителей навыкам использования адаптивных копинг-стратегий в процессе воспитания. По нашему мнению, на выбор родителями копинг-стратегий непосредственно влияют их личностные характеристики, в частности: уровень рефлексии, эмпатии и саморегуляции, особенности родительского отношения, ценностные ориентации. Проверка данного предположения стала предметом наших дальнейших исследований.

Литература

Вассерман, Щелкова, 2004 – Вассерман Л.И., Щелкова О.Ю. Медицинская психодиагностика. Теория, практика и обучение. СПб.-Москва: Академия, 2004. 736 с.

Нартова-Бочавер, 1997 – Нартова-Бочавер С.К. "Coping behavior" в системе понятий психологии личности // *Психологический журнал*. 1997. № 5. С 20-30.

Ткачук, 2013 – Ткачук Т.А. Психология копинг-поведения личности будущего и действующего налогового работника. Дис. докт. психол. наук: 19.00.07. Киев. 2013. 350 с.

Токарева и др., 2014 – Токарева Н.М., Шамне В., Макаренко Н.М. Современный подросток в системе психолого-педагогического сопровождения. Кривой Рог. 2014. 312 с.

Фролова, Сенина, 2005 – Фролова С.В., Сенина Т.В. (2005). Стресс-совладающее поведение подростков в различных социально-психологических ситуациях // *Проблемы социальной психологии личности*. 2005. № 2. С. 72-82.

Frydenberg, 1997 – Frydenberg E. Adolescent Coping. Theoretical and Research Perspective Routhledge. London, N.Y., 1997. 233 p.

Koplik, 1992 – Koplik E.K. The Relationship of Mother-Child Coping Styles and Mothers' Presence of Children's Response to Dental Stress // *Journal of Psychology*. 1992. Vol. 126. №1. Pp. 79-92.

Lazarus, Folkman, 1984 – Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. [Electronic resource]. URL: [http://psychlib.ru/mgppu/periodica/PJ051997/NCB-020.HTM#\\$p20](http://psychlib.ru/mgppu/periodica/PJ051997/NCB-020.HTM#$p20)

Murphy, 1974 – Murphy L. Coping vulnerability and residence in childhood – coping and adaptation. N.Y., 1974.

Vitaliano, 1990 – Vitaliano P.P. Coping Profiles Associated With Psychiatric, Physical Health, Work, and Family Problems // *Health Psychology*, 1990. Vol. 9. №3. Pp. 348-376.

References

Frolova, Senina, 2005 – Frolova, S.V., Senina, T.V. (2005). Stress-sovladayushchee povedenie podrostkov v razlichnykh sotsial'no-psikhologicheskikh situatsiyakh [Stress-coping behavior of adolescents in various socio-psychological situations]. *Problemy sotsial'noi psikhologii lichnosti*. №2. Pp. 72-82. [in Russian]

Frydenberg, 1997 – Frydenberg, E. (1997). Adolescent Coping. Theoretical and Research Perspective Routhledge. London, N.Y., 233 p.

Koplik, 1992 – Koplik, E.K. (1992). The Relationship of Mother-Child Coping Styles and Mothers' Presence of Children's Response to Dental Stress. *Journal of Psychology*, Vol. 126. №1. Pp. 79-92.

Lazarus, Folkman, 1984 – Lazarus, R.S., Folkman, S. Stress, appraisal, and coping [Electronic resource]. URL: [http://psychlib.ru/mgppu/periodica/PJ051997/NCB-020.HTM#\\$p20](http://psychlib.ru/mgppu/periodica/PJ051997/NCB-020.HTM#$p20)

Murphy, 1974 – Murphy, L. (1974). Coping vulnerability and residence in childhood – coping and adaptation. N.Y.

Nartova-Bochaver, 1997 – Nartova-Bochaver, S.K. (1997). "Coping behavior" v sisteme ponyatij psikhologii lichnosti ["Coping behavior" in the system of psychology of personality concepts]. *Psikhologicheskij zhurnal*. № 5. Pp. 20-30. [in Russian]

Tkachuk, 2013 – Tkachuk, T.A. (2013). Psikhologiya koping-povedeniya lichnosti budushhego i dejstvuyushhego nalogovika [Psychology of coping behavior of the personality of the future and the current tax specialist]. Dis. dokt. psikhol. nauk: 19.00.07. Kiev. 350 p. [in Russian]

Tokareva i dr., 2014 – Tokareva, N.M., Shamne, V., Makarenko, N.M. (2014). Sovremenniyi podrostok v sisteme psikhologo-pedagogicheskogo soprovozhdeniya [The modern teenager in the system of psychological and pedagogical support]. Krivoj Rog. 312 p. [in Russian]

Vasserman, Shhelkova, 2004 – Vasserman, L.I., Shhelkova, O.Yu. (2004). Mediczinskaya psikhodiagnostika. Teoriya, praktika i obuchenie [Medical psychodiagnostics. Theory, practice and training]. SPb.-Moskva: Akademiya, 736 p. [in Russian]

Vitaliano, 1990 – Vitaliano, P.P. (1990). Coping profiles associated with psychiatric, physical health, work, and family problems. *Health Psychology*, Vol. 9. №3. Pp. 348-376.

Психологические особенности индивидуальных копинг-стратегий родителей в воспитании подростков

Анна А. Чернякова ^{а, *}

^а Сумской государственной университет, Украина

Аннотация. В статье рассматривается проблема использования родителями различных копинг-стратегий в воспитании подростков, как одного из основных факторов, влияющих на родительско – детские отношения и становление личности подростка. Раскрыто понятие копинга, осуществлен краткий экскурс по истории изучения данного феномена. Рассматриваются когнитивные, эмоциональные и поведенческие копинг-стратегии родителей, с точки зрения их эффективности при решении трудностей, которые возникают в процессе воспитания. Соответственно, выделяются адаптивные, относительно-адаптивные и неадаптивные копинг-стратегии, с последующей характеристикой вариантов поведения в различных сложных ситуациях. Отмечается, что адаптивные копинг-стратегии помогают быстро и успешно решать сложные ситуации, относительно-адаптивные – помогают только в отдельных ситуациях, неадаптивные – не устраняют стрессовое состояние, а, наоборот, усиливают его. Определяется неоднозначный характер относительно-адаптивных копинг-стратегий, использование которых в отдельных случаях может привести как к успешному решению проблемной ситуации, так и к ее осложнению. Представлен анализ результатов исследования различных способов преодоления родителями стрессовых ситуаций, связанных с воспитанием подростков. Рассматривается возможность повышения эффективности копинг-поведения родителей, путем развития их отдельных личностных характеристик, которые влияют на выбор копинг-стратегий.

Ключевые слова: воспитание, копинг, когнитивные, эмоциональные, поведенческие копинг-стратегии, эффективность копинга, подростки.

* Корреспондирующий автор

Адреса электронной почты: annachernyakova31@gmail.com (А.А. Чернякова)