СВЯЗЬ Я-ОБРАЗА И КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ У ЗАМЕЩАЮЩИХ МАТЕРЕЙ

А.А. Стреленко

Белорусский государственный университет
пр-т Независимости 4, 220004, Минск, Республика Беларусь
strelenko@list.ru

Аннотация. Статья посвящена изучению взаимосвязи Я-образа и копинг-поведения у замещающих матерей. Предполагается, что самосознание, в частности Я-образ может выступать ресурсом копинг-поведения. Объектом в исследовании стали замещающие матери. Результаты исследования показали, что у замещающих матерей наиболее выраженными в использовании копинг-стратегиями являются планирование решения проблемы, положительная переоценка и поиск социальной поддержки. Вместе с тем, выявленные связи между Я-образом и копинг-поведением показывают на то, что замещающие матери в проблемных ситуациях пытаются уйти от проблем, уклониться от них; у замещающих матерей отмечается страх самораскрытия, чрезмерной требовательности к себе, приводящий к сверхконтролю поведения и недоверчивости к окружающим; у замещающих матерей отмечается слабость рефлексии.

Ключевые слова: Самосознание; Я-образ; замещающие матери; копинг-поведение; ресурсы.

THE RELATIONSHIP OF I-IMAGE AND COPING-BEHAVIOUR IN FOSTER MOTHERS

A.A. Strelenko

Belarusian state university
Independence Avenue 4, 220004, Minsk, Republic of Belarus

Annotation. The article is devoted to the study of the relationship between I-image and coping behavior in foster mothers. It is assumed that self-awareness, in particular the I-image, resource copings-behavior. The subjects of the study were foster mothers. The results of the study showed that among foster mothers the most pronounced coping-strategies are planning a solution to the problem, positive reassessment and seeking social support. The revealed relationships show that foster mothers in problem situations are trying to get away from problems; foster mothers have a fear of self-disclosure, excessive demands on themselves, leading to over-control of behavior and distrust of others; foster mothers have a low level of reflection.

Keywords: Self-awareness; I-image; foster mothers; coping-behavior; resources.

На протяжении всей жизни практически каждый человек сталкивается с ситуациями, которые субъективно переживаются как трудные и нарушающие обычный ход жизни. Переживание таких ситуаций зачастую меняет восприятие окружающего мира, восприятие своего места в нем, самосознание человека.

В зрелом возрасте подобные переживания имеют свою специфику, связанную с семейными стрессами. Подобные явления способствуют концентрации внимания ученых и практиков на имеющиеся проблемы семьи и те трудности, которые на разных жизненных циклах переживаются ей, и вместе с тем на выработке определенных способов преодоления семейных жизненных проблем.

Так, в замещающей семье семейный стресс может быть связан с появлением приемного ребенка. По утверждению А. В. Махнача, в замещающей семье с появлением приемного ребенка происходит непредвиденная реструктуризация семейных границ, норм, правил принятых и существующих до его появления. Замещающие родители должны понять и принять всей семьей неизбежность трансформации многих ранее принятых условий ее жизнедеятельности. Если в обычных семьях к рождению ребенка готовятся девять месяцев, то в замещающей семье появление приемного ребенка, как правило, происходит в более короткий срок. Зачастую это приводит к усилению ситуативной и личностной тревожности, напряжению у замещающих родителей – не только в связи с появлением в ближайшем будущем ребенка, но и по причине непродолжительного времени адаптации к факту его появления в семье [1, с. 146–156].

Невозможно не сказать о том, что замещающие родители проявляют заботу о детях, которые больше не могут жить со своими биологическими родителями. В опыте таких детей наверняка могут быть испытания пренебрежением, отказами, травматизацией и злоупотреблением. Из-за этих и других проблем, испытанных детьми до размещения в приемную семью, замещающие родители могут быть подвержены вынужденному риску встречи с детьми, которые имеют психологические расстройства, задержки развития, хронические проблемы со здоровьем и проблемное поведение. Соответственно стабильность семейной системы и непрерывность ее развития должны обеспечивать созданию ресурсных отношений, которые повысят вероятность снижения негативных проблем у приемных детей [2].

Однако замещающие родители зачастую сталкиваются с некоторыми трудностями, которые могут препятствовать их способности достигнуть ресурсной цели в воспитании ребенка. Так, например, различные требования,

связанные с тем, чтобы быть приемным родителем, зачастую отражаются в увеличенном напряжении родительского восприятия. Некоторые общие стрессоры, связанные с введением временного члена в свою семью, воспитание и взаимодействие замещающего родителя с ребенком с реальными или потенциальными эмоциональными и поведенческими проблемами, контакт с биологической семьей ребенка, а также знание, что ребенок в конечном счете покинет приемную семью, могут истощать ресурсы замещающих родителей.

В тоже время если приемные родители испытывают высокий уровень напряжения, это также может затронуть их способность функционировать в своей родительской роли как компетентного взрослого. Связанное с функционированием в роли родителя эмоциональное напряжение может способствовать в процессе воспитания неадекватным воздействиям, таким как физические наказания, окрики, непонимание, проявляющееся в неадекватных и непонятных требованиях к ребенку. Кроме того, в зарубежных исследованиях, которые были посвящены вопросам взаимодействия замещающих родителей с приемными детьми в целом находят отражение связи между чрезмерным напряжением родителей и негативными поведенческими проблемами у детей [2].

Вторая сторона этой проблемы – это то, что замещающие родители могут подвергаться манипуляциям со стороны приемных детей и из-за боязни быть оклеветанным в глазах специалистов психологических и социальных служб не всегда знают, как правильно реагировать на такое неправильное поведение ребенка.

В связи с этим, замещающим родителям необходимы особые личностные ресурсы, позволяющие справляться с трудностями, закономерно возникающими при взаимодействии с приемными детьми. В качестве одним из таких ресурсов может выступать самосознание, а именно адекватный Я-образ. Положение о том, что самосознание обуславливает поведение человека и его отношения с окружающей действительностью является вполне оправданным. Можно предположить, чем выше уровень развития притязаний, самоуважения, уверенности в себе и других качеств самосознания, в основе которого лежит соотнесение со своими реальными личностными особенностями, тем выше ценность субъекта в собственном представлении. В свою очередь, осознание собственной ценности может оказать значительное влияние на других людей, в том числе и на детей, принятых на воспитание в семью, благодаря чему будет развиваться ориентировочная основа в проявлении своего отношения к другим людям и к самому себе. Кроме этого, самосознание относится многими авторами к

числу ресурсов особого типа поведения – совладающего, направленного на преодоление трудных жизненных ситуаций, в том числе и семейных.

Современный подход к изучению механизмов формирования совладающего поведения основан на мнении, что человеку присущ инстинкт преодоления. Копинг-поведение и механизмы психологической защиты рассматриваются в качестве важнейших форм адаптационных процессов и реагирования индивидов на стрессовые ситуации. Психологическая защита пассивна и не конструктивна, в то время как копинг-стратегии активны и конструктивны [3, с. 226–229].

Таким образом, идея нашего исследования заключалась в установлении связи компонентов Я-образа замещающих матерей и копинг-поведения в процессе взаимодействия с приемным ребенком.

Объектом в нашем исследовании выступили замещающие матери в количестве 18 человек, средний возраст которых составил 48 лет (min. возраст – 29 лет, max. возраст – 59 лет). Все респонденты – это родители с различным стажем работы в должности приемного родителя (родитель-воспитатель). Исследование проводилось после установления эмоционального контакта и анонимно.

В нашем исследовании были использованы методики: СОЧ(И) – структура образа человека (иерархическая), предложенная В. Л. Ситниковым [4]; «Стратегии совладающего поведения» (WCQ), предложенная Л. И. Вассерманом, В. А. Абабковым, Е. А. Трифионовой [5].

На основании проведенного эмпирического исследования с помощью методики «СОЧ(И)» – структура образа человека (иерархическая), метода контент-анализа, было определено, что в Я-образах замещающих матерей на первых трех ранговых местах определяются социальные, эмоциональные и волевые характеристики. Полученные результаты весьма близки к результатам исследований российских коллег, которые в свое время изучали Я-образ биологических родителей [4]. По мнению В. Л. Ситникова, волевые, социальные и эмоциональные характеристики Я-концепции отражают различные стороны личности. И мы их относим к регулятивному и социальному компонентам самосознания. Важно отметить, что подобные характеристики отражают и самооценку человека.

Относительно модальности изученных характеристик в Я-образах нужно отметить, что наибольшее их количество отмечается по положительной характеристикам – 57% от общего числа всех оценочных характеристик, меньше по нейтральным или амбивалентным характеристикам – 38%, еще меньше по отрицательным характеристикам – 5%.

Соответственно, в целом восприятие себя у замещающих матерей позитивное, но не лишено негативных тенденций.

Еще один вопрос, который нас интересовал, это определение ведущих поведенческих реакций на совладание со стрессом, в котором зачастую могут находиться замещающие родители. В исследовании нами была использована методика «Стратегии совладающего поведения» (WCQ).

Мы проанализировали варианты копинга с точки зрения изучения исследуемой группы респондентов и получили следующие данные.

Результаты показателей относительной частоты выраженного использования копинга по шкалам можно представить следующим образом: «Планирование решения проблемы» (22%), «Положительная переоценка» (22%), «Самоконтроль» (17%), «Дистанцирование» (11%), «Поиск социальной поддержки» (11%), «Принятие ответственности» (6%).

Результаты показателей относительной частоты умеренного использования копинга по шкалам определяется так: «Бегство-избегание» (83%), «Поиск социальной поддержки» (78%), «Принятие ответственности» (78%), «Планирование решения проблемы» (72%), «Положительная переоценка» (72%), «Конфронтация» (67%), «Дистанцирование» (61%), «Самоконтроль» (50%).

Вместе с тем результаты относительной частоты редкого использования копинга определяются следующим образом: «Конфронтация» (33%), «Самоконтроль» (33%), «Дистанцирование» (28%), «Принятие ответственности» (17%), «Бегство-избегание» (17%), «Поиск социальной поддержки» (11%), «Планирование решения проблемы» (6%), «Положительная переоценка» (6%).

Таким образом при ранжировании значений относительных частот выраженного и умеренного использования копинга на трех первых ранговых местах определяются следующие стратегии: планирование решения проблемы (94%), положительная переоценка (94%) и поиск социальной поддержки (89%).

Следует отметить, что такая стратегия как планирование решения проблемы рассматривается большинством исследователей как адаптивная, способствующая конструктивному разрешению трудностей. Благодаря ей становится возможным целенаправленно и планомерно разрешить проблемную ситуацию в семье. Однако при общении с маленькими детьми, которым важна передача эмоций и выражение чувств родителей, подобная стратегия будет нести отрицательные очертания, т.к. увеличивает вероятность чрезмерной рациональности, недостаточной эмоциональности, интуитивности и спонтанности поведения в детско-родительском взаимодействии.

Положительная переоценка – «спокойствие, только спокойствие» – такой вариант эффективен в ситуации, когда от человека мало что зависит. Попытка увидеть хорошее даже в очень плохой ситуации снижает стресс, но не помогает в ситуации, когда нужно действовать немедленно. Именно поэтому может возникать вероятность недооценки личностью возможностей действительного разрешения проблемной ситуации.

Поиск социальной поддержки – стратегия наиболее эффективна для решения проблем личного характера, чтобы не быть одиноким в трудную минуту и быстрее пережить проблемную ситуацию. Однако при частом использовании такой стратегии может привести к слабоволию и зависимой позиции и/или чрезмерных ожиданий по отношению к окружающим, в том числе и по отношению к приемному ребенку.

В дальнейшем, полученные результаты были подвергнуты статистическому анализу. Нас интересовал вопрос о связях Я-образов замещающих матерей и их копинг-поведением. Корреляционный анализ проводился с помощью непараметрического критерия r -Спирмена (Пакет SPSS Statistics 23).

Так, нами было определено 4 корреляционных связей, из них 3 – отрицательные и 1 – положительная. Положительная связь определяется между эмоциональными характеристиками Я-образов и копинг-реакцией «Бегство-избегание» ($r_s=0,527$ при $p \leq 0,05$). В нашей выборке такой копинг, пусть и в умеренном своем проявлении, будет свойственен значительному числу замещающих матерей. Бегство от проблемы предполагает попытки преодоления негативных переживаний за счет реагирования по типу уклонения. По нашему мнению, чем больше в своем образе замещающие матери отмечают эмоциональных характеристик, тем чаще в проблемных ситуациях они избегают конструктивных путей решения проблемы, а пытаются уйти от проблемы, надеясь, что «само рассосется».

Отрицательные корреляционные связи выявлены между: копинг-реакцией «Конфронтация» и конвенциональными ($r_s=-0,479$ при $p \leq 0,05$), а также нейтральными характеристиками Я-образов ($r_s=-0,480$ при $p \leq 0,05$).

Эта двойная отрицательная связь реакции конфронтации не случайна, т.к. конвенциональные характеристики, по сути, нейтральны и преобладание этих характеристик, как правило, отмечается у людей с невысоким развитием рефлексии, не склонных достаточно глубоко анализировать свои личностные особенности или не доверяющих окружающим, не желающих раскрываться перед людьми [6, с. 264–271]. А это как раз способствует такому способу разрешения проблемных ситуаций, как конфронтация, противопоставление себя другим.

В нашей выборке респонденты редко прибегают к такому варианту совладания, однако следует отметить, что конфронтация предполагает попытки разрешения проблемы за счет не всегда целенаправленной поведенческой активности и рациональной обоснованности своего поведения в проблемной ситуации.

Еще одна отрицательная связь между реакцией «Самоконтроль» и поведенческими характеристиками замещающих матерей ($r_s = -0,557$ при $p \leq 0,05$) свидетельствует о том, что мамы с высоким уровнем самоконтроля не придают большого значения особенностям своего поведения, как раз потому, что считают, что хорошо его контролируют и их поведение адекватно ситуации.

При отчетливом предпочтении стратегий самоконтроля, который определяется в нашей выборке, может наблюдаться стремление скрывать от окружающих свои переживания и побуждения, вызванные проблемной ситуацией. Зачастую подобное поведение свидетельствует о боязни самораскрытия, чрезмерной требовательности к себе, приводящей к сверхконтролю поведения.

Таким образом, на основании проведенного анализа по изучению взаимосвязи структурных компонентов Я-образов с копинг-реакциями можно утверждать, что у замещающих матерей выработана возможность активного противостояния трудностям и стрессогенному воздействию, развита вероятность избегания эмоциогенных импульсивных поступков, отмечается наличие рационального подхода к решению проблемной ситуации, имеется способность быстрого снижения эмоционального напряжения в ситуации стресса. Вместе с тем, определяемая недоверчивость к окружающим, имеющийся страх самораскрытия, выявленная чрезмерная требовательности к себе, уклонение от решения проблем, а также невысокий уровень рефлексии могут приводить к образованию сверхконтроля поведения, который может усложнять жизнь не только семейному окружению, но и самому себе. Необходимость держать все под пристальным контролем истощает нервную систему, сужает общий кругозор и лишает обычных радостей жизни.

Вместе с тем, выявленные особенности стимулируют нас на проведение дальнейших исследований по изучению Я-образов в представлениях замещающих родителей.

Библиографические ссылки

1. Махнач, А. В. Проблема поколения в замещающей семье как особой малой социальной группе [Электронный ресурс] / А. А. Махнач // Социальная психология и

общество. – 2019. – Т. 10. – № 2. – С. 146–156. – Режим доступа: <https://doi.org/10.17759/sps.2019100211>. Дата доступа: 00.02.2021.

2. Bergsund, H. B. Parenting stress in long-term foster carers: A longitudinal study / H. B. Bergsund, T. Wentzel-Larsen, H. Jacobsen // *Child & Family Social Work*, 2020. – Vol. 25(S1). – pp. 53–62. – Режим доступа: <https://doi.org/10.1111/cfs.12713>. Дата доступа: 02.02.2021.

3. Коломейцев, Ю. А. Основные научные подходы к копинг-поведению (совладающему поведению) / Ю.А. Коломейцев, С.А. Корзун // *Проблемы управления*. – 2010. – № 2(35). – С. 226–229.

4. Ситников, В. Л. Психология образа ребенка (в сознании субъектов педагогического процесса): дисс. ... доктора психол. наук: 19.00.07 / В. Л. Ситников. – Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург, 2001. – 597 с.

5. Вассерман, Л. И. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика / Л. И. Вассерман, В. А. Абабков, Е. А. Трифонова. – СПб.: Речь, 2010. – 192 с.

6. Карагачёва, М. В. Социально-педагогическая рефлексия студентов психолого-педагогических специальностей / М. В. Карагачёва, С. И. Кедич, В. Л. Ситников // *Ученые записки Забайкальского государственного гуманитарно-педагогического университета им. Н. Г. Чернышевского*. – 2012. – № 5 (46). – С. 264–271.