

**Дмитриенко София Александровна**

психолог-консультант

Частный психологический центр

г. Краснодар, Краснодарский край

DOI 10.21661/r-564630

## **РАЗЛИЧИЯ В ПРЕДПОЧТЕНИИ ОБОБЩЕННЫХ ПОВЕДЕНЧЕСКИХ СТРАТЕГИЙ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН**

**Аннотация:** в статье обсуждаются результаты авторского эмпирического исследования. Показано, что мужчины и женщины предпочитают разные стратегии поведения в совладании с жизненными трудностями. Мужчины более склонны предпринимать реальные поведенческие усилия, тогда как женщины чаще ориентированы на эмоциональное переживание трудных ситуаций. Автором отмечено, что и у мужчин, и у женщин прослеживается тенденция к обдумыванию текущих обстоятельств и своего поведения, однако женщины чаще отказываются от каких-либо действий в ситуации жизненных трудностей.

**Ключевые слова:** личность, трудная жизненная ситуация, стресс, совладание, обобщенная поведенческая стратегия.

**Введение.** Совладание личности с периодически возникающими жизненными проблемами не теряет актуальности для психологической науки. Как замечает Н.Е. Водопьянова, «феномен трудной жизненной ситуации является предметом изучения психологии человеческого бытия и неразрывно связанной с ней психологии стресса и совладающего поведения» [5, с. 84]. В изучении поведения в стрессовых ситуациях важен «контекст трудностей», на которое направлено совладание [7]. Так же важны индивидуально-личностные и социально-психологические детерминанты, на основании которых строится дифференциация поведенческих стратегий [2].

Эмпирические исследования позволили ученым установить различия в предпочтении тех или иных стратегий совладания с трудностями, среди которых

немаловажным фактором выступают различия между мужскими и женскими способами поведения в стрессогенных ситуациях [1–2; 4; 8].

Сказанное обусловило *проблему исследования*: каковы содержательные характеристики различий в предпочтениях поведенческих стратегий в трудных жизненных ситуациях между мужчинами и женщинами?

*Методы исследования*: опрос, количественный и качественный анализ данных, математические статистические методы (анализ эмпирического распределения по критерию  $\chi^2$  Пирсона, анализ таблиц кросстабуляции по коэффициенту  $V$  Крамера) [9]. Анализ проводился с использованием программ *Excel 2016* и *SPSS 16.0 for Windows*.

*Методика исследования*: опросник ситуационной активности личности (ОСА) Е.А. Белан (подробное описание см.: [2–3]); в данной статье будет обсуждаться только показатель поведенческого компонента «Обобщенные поведенческие стратегии», измеряющий 4 стратегии: реальное, эмоциональное, мыслительное действия и отказ от действия (подробно см.: [2, с. 124–126]). Измерение осуществляется в категориальной шкале.

Изучались ситуации, обозначенные испытуемыми как жизненные трудности.

*Выборку* составили 206 человек в возрасте 20–33 года (76 мужчин и 130 женщин), жители Южного Федерального округа, образование – не ниже среднего специального.

*Обсуждение результатов и выводы.*

Первоначально было подсчитано количество предпочитаемых обобщенных поведенческих стратегий в трудных жизненных ситуациях отдельно по подвыборкам мужчин и женщин. Данные представлены в таблице.

К полученным распределениям был применен статистический анализ по критерию  $\chi^2$  Пирсона, который показал, что и в мужской, и в женской подвыборках эмпирические распределения существенно отличаются от равновероятностного ( $p = 0,00$  и  $p = 0,03$  соответственно). На этом основании можно сделать вывод, что полученные различия не случайны и подлежат содержательной интерпретации.

Таблица 1

Эмпирические распределения по показателю «Обобщенные поведенческие стратегии» (в % от числа подвыборки)

|                   | Обобщенные поведенческие стратегии |                               |                              |                          |
|-------------------|------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|--------------------------|
|                   | <i>Реальное действие</i>           | <i>Эмоциональное действие</i> | <i>Мыслительное действие</i> | <i>Отказ от действия</i> |
| Подвыборка мужчин | 38,2                               | 15,8                          | 36,8                         | 9,2                      |
| Подвыборка женщин | 20,8                               | 25,4                          | 35,4                         | 18,5                     |

Из таблицы видно, что в трудных жизненных ситуациях мужчины в большей степени стараются предпринимать реальные действия или обдумывать текущую ситуацию. При этом эмоциональное переживание для них является второстепенным. Женщины чаще стараются опираться на когнитивное осмысление происходящего, эмоциональное переживание для них достаточно важно. Однако женщины не торопятся предпринимать реальные действия в совладании с жизненными трудностями. В обеих подвыборках испытуемые реже всего используют стратегию отказа от действия, однако в женской подвыборке, по сравнению с мужской, такая стратегия диагностируется чаще.

Дополнительно был проведен анализ таблиц кросстабуляции по коэффициенту  $V$  Крамера, который показал существование статистически достоверной взаимосвязи между полом испытуемых и их предпочтениями обобщенных поведенческих стратегий в совладании с жизненными трудностями ( $p = 0,02$ ). Это позволяет заключить, что различия в предпочтении обобщенных поведенческих стратегий в трудных жизненных ситуациях обусловлены в том числе и гендерными различиями, т.е. теми «психологическими или поведенческими свойствами», которые «отличают мужчин от женщин» (И.С. Кон; см.: [6, с. 327]). Полученные нами результаты в целом согласуются с данными других исследователей (см., в частности: [1; 4]).

Таким образом, проведенное исследование позволяет сформулировать следующие *выводы*.

1. Существуют различия в предпочтении обобщенных поведенческих стратегий в трудных жизненных ситуациях у мужчин и женщин, обусловленные их психологическими и поведенческими свойствами.

2. В отличие от женщин, мужчины чаще выбирают реальные поведенческие действия в трудных ситуациях, тогда как женщины чаще предпочитают эмоционально ориентированное поведение.

3. Когнитивные усилия по осмыслению жизненных трудностей являются важной характеристикой совладания как для мужчин, так и для женщин. Собственно избегающее поведение (отказ от действия) в трудных ситуациях чаще выбирают женщины.

Результаты исследования позволяют понимать особенности организации поведения мужчин и женщин в совладании с жизненными трудностями, и могут быть полезны в консультативной практике психологического сопровождения личности.

### ***Список литературы***

1. Балабанова Е.С. Гендерные различия стратегий совладания с жизненными трудностями / Е.С. Балабанова // Социологические исследования. – 2002. – №11. – С. 26–36. EDN XPNLQD

2. Белан Е.А. Ситуационная активность личности как социально-психологический феномен: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.05, МПГУ / Е.А. Белан. – М., 2022. – 439 с. EDN INJHVX

3. Белан Е.А. Ситуационная активность личности: теоретический и практический аспекты / Е.А. Белан. – Краснодар: Кубанский государственный ун-т, 2017. – 190 с.

4. Борисова И.В. Связь способов поведения в конфликте с типами защитного и совладающего поведения юношей и девушек / И.В. Борисова, Ю.Н. Хадыкина // Российский психологический журнал. – 2018. – Т. 15, №1. – С. 92–112. DOI 10.21702/rpj.2018.1.5. EDN OURCXX

5. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с. EDN QXVSDN

6. Кон И.С. Ребёнок и общество / И.С. Кон. – М: Академия, 2003. – 336 с.

7. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: автореф. дис. ... д-ра. психол. наук: 19.00.13, Ин-т психологии РАН / Т.Л. Крюкова. – М., 2005. – 46 с. EDN NIKRWT

8. Либина Е.В. Индивидуальные различия в стратегиях разрешения человеком сложных жизненных ситуаций: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01, Психол. ин-т Рос. акад. Образования / Е.В. Либина. – М., 2003. – 25 с. EDN NMGFWV

9. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования: анализ и интерпретация данных / А.Д. Наследов. – СПб.: Речь, 2012. – 389 с. EDN QYDNBR