

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ ДЕТЕЙ-СИРОТ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА И ДЕТЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В СЕМЬЕ

**Шагдарова Туяна Владимировна**

Старший преподаватель, Политехнический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова» г. Мирный  
tuyanash.21@mail.ru

### COMPARATIVE ANALYSIS OF COPING STRATEGIES OF ADOLESCENT ORPHANS AND CHILDREN BROUGHT UP IN A FAMILY

**T. Shagdarova**

*Summary:* This article presents a comparative analysis of the prevailing coping strategies in adolescent orphans and children brought up in a family. In the course of an empirical study, it was revealed that orphans more often use such copings as «ignoring», «protest» and «distraction». In the group of teenagers brought up in a family, the most pronounced strategies are «maintaining self-control», «suppression of emotions» and «conversion». The reliability of the differences was proved using the Student's t-test.

*Keywords:* adolescence, orphans, stressful situations, coping behavior, coping strategies.

*Аннотация:* В данной статье проведен сравнительный анализ копинг-стратегий детей-сирот подросткового возраста и детей, воспитываемых в семье. В ходе эмпирического исследования было выявлено, что дети-сироты чаще используют такие копинги как «игнорирование», «протест» и «отвлечение». В группе же подростков, воспитываемых в семье, наиболее выраженными являются стратегии «сохранение самообладания», «подавление эмоций» и «обращение». Достоверность различий доказана с помощью t-критерия Стьюдента.

*Ключевые слова:* подростковый возраст, дети-сироты, стрессовые ситуации, совладающее поведение, копинг-стратегии.

**В** настоящее время, в свете происходящих событий в мире в целом, и, в частности, в нашей стране, вопрос о формировании адаптивных возможностях человека становится наиболее актуальным. Одним из психологических механизмов адаптации человека к изменившимся условиям является его совладание с различными трудными ситуациями.

В течение всей жизни у каждого человека формируются так называемые копинг-стратегии, то есть система целенаправленного поведения по сознательному овладению ситуацией для уменьшения вредного влияния стресса [1].

Необходимо отметить, что, несмотря на то, что проживая и обучаясь в одинаковых социальных и культурных условиях, одни учащиеся в затруднительных ситуациях используют непродуктивные копинг-стратегии, приводящие к формированию нарушения поведения, в то время как другие применяют продуктивные способы совладания [3].

Цель исследования: провести сравнительный анализ копинг-стратегий детей-сирот подросткового возраста и подростков, воспитываемых в семье.

Методы исследования: теоретический анализ пси-

холого-педагогической литературы по проблеме исследования, методика диагностики копинг-стратегий Э. Хейма, статистическая обработка данных с помощью t-критерия Стьюдента.

Исследованием проблемы копинг-стратегий у подростков занимаются такие авторы, как: Л.И. Анцыферова, Ф.Е. Василюк, Ц.П. Короленко, М.Ш. Магомед-Эминов, К. Муздыбаев, Н.Н. Пуховский, Н.А. Сирота, Н.В. Тарабрина, Э. Хайм, В.М. Ялтонский и другие.

Нами было проведено эмпирическое исследование копинг-стратегий детей подросткового возраста.

В исследовании приняли участие 50 воспитанников детских домов и 50 подростков, воспитываемых в семье. Возраст испытуемых 11-15 лет.

Экспериментальная база исследования: Санаторный детский дом для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (г. Улан-Удэ), ГБУСО «Хоринский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних» и МАОУ «Хоринская средняя общеобразовательная школа №1 им. Д.Ж. Жанаева».

В ходе эмпирического исследования совладающего поведения детей-сирот подросткового возраста были получены следующие результаты:

Таблица 1.  
Доля продуктивных и непродуктивных  
копинг-стратегий детей-сирот (в %)

Копинг-стратегии	Продуктивные	Относительно-продуктивные	Непродуктивные
Когнитивные	36	2	62
Эмоциональные	40	10	50
Поведенческие	18	38	44

Из приведенной таблицы видно, что наиболее часто подростки применяют непродуктивные стратегии поведения, которые не только не устраняют стрессовое состояние, но и способствуют его усилению. Так, при решении проблем среди когнитивных копинг-стратегий преобладают следующие типы поведения: «игнорирование» (26%) и «растерянность» (24%). Подростки в стрессовой ситуации часто «не знают, что делать» или стараются не обращать внимания на эти трудности.

Среди стратегий эмоционального копинга, применяемых сиротами, чаще встречаются «подавление эмоций» (26%) и «агрессивность» (20%). Это свидетельствует о том, что дети стараются «подавить эмоции в себе», не дать им вырваться наружу. Агрессия же подростка направляется или на себя («аутоагрессия»), или на других людей.

В поведении сирот при стрессовых ситуациях прослеживаются такие неадаптивные копинг-стратегии как «активное избегание» (28%) и «отступление» (16%).

Из продуктивных копинг-стратегий, дети-сироты чаще применяют стратегию «сохранение самообладания». 24% подростков ответили, что «не теряют самообладания и стараются никому не показывать своего состояния». Данное обстоятельство можно объяснить, как возрастными особенностями подростков: «чувство взрослости», самостоятельности и т.д., так и специфическими особенностями детей-сирот, связанными с социальной ситуацией развития в детском доме и проявляющиеся в низком уровне социальной адаптации, социальной компетентности. В связи с этим подростки, проживающие в гос. учреждениях, в отличие от подростков, воспитывающихся в семье, более ориентированы на использование копинг-стратегий, позволяющих самостоятельно справиться с трудностями [2].

12% испытуемых в стрессовой ситуации применяют копинг «установка собственной ценности». Отмечены такие ответы, как: «сейчас я не могу полностью справиться с возникшими трудностями, но в будущем я решу и эти и более сложные проблемы». Данная форма поведения направлена на повышение самооценки, более глубокое осознание собственной ценности, вера в собственные силы в преодолении трудных жизненных ситуаций [6].

Ни один из опрошенных подростков данной группы испытуемых не применяет стратегию «проблемный анализ».

В эмоциональной сфере психической деятельности детей-сирот активно используется стратегия «протест». Так, стрессовая ситуация у 30% подростков вызывает протест - «глубокое возмущение несправедливостью судьбы и желание протестовать», а 10% опрошенных настроены оптимистично и считают, что «всегда есть выход из любой трудной ситуации».

К адаптивным копингам в поведенческих стратегиях детей-сирот относится стратегия «обращение». Однако, лишь 10% опрошенных готовы обратиться за советом к людям, способным им помочь.

К стратегии «сотрудничество со значимыми людьми» прибегают лишь 4% респондентов и такое же количество опрошенных в стрессовых ситуациях «стараясь помочь другим людям» для того, чтобы «забыть свои горести».

При рассмотрении относительно-продуктивных копинг-стратегий, хотелось бы отметить, что дети-сироты не применяют такие когнитивные стратегии как «относительность» и «религиозность» и лишь 2% опрошенных придают «особый смысл своим трудностям».

В эмоциональной сфере относительно-продуктивные копинг-стратегии также применяются не часто: к «эмоциональной разрядке» прибегают 6% опрошенных, к «пассивной кооперации» - 4%.

Противоположная тенденция наблюдается в поведенческих стратегиях, хотя относительно-адаптивные копинги не всегда могут помочь справиться с трудной жизненной ситуацией. Почти 1/3 опрошенных подростков «погружаются в любимое дело, стараются забыть о трудностях», то есть применяют стратегию «отвлечение» и 12% респондентов справляются со стрессовыми ситуациями путем «компенсации» стараются отвлечься и расслабиться с помощью еды, игры в телефоне, интернета или других средств».

Таким образом, можно сделать вывод, что в большинстве случаев, подростки, оставшиеся без попечения родителей, склонны применять неадаптивные копинг-стратегии, скорее всего, помимо возрастных особенностей респондентов, это связано и с особенностями проживания детей в детском доме.

Далее проведем сравнительный анализ копинг-стратегий подростков, воспитывающихся в детских домах и подростков, воспитывающихся в семье.

Результаты сравнительного анализа копинг-стратегий детей-сирот и детей, воспитывающихся в семье, представлены в таблице 2.

Таблица 2.  
Сравнительная таблица копинг-стратегий подростков  
обеих групп (средние значения)

Копинг-стратегии	Продуктивные	Относительно-продуктивные	Непродуктивные
Дети-сироты	15,7	8,3	26
Дети, воспитывающиеся в семье	21	10	19

Из таблицы видны различия в выборе основных копинг-стратегий: так детям, проживающим в государственных учреждениях свойственно применять непродуктивные копинг-стратегии ( $t=4,95$ , при  $p=0,05$ ), «домашние» дети же чаще используют продуктивные стратегии поведения ( $t=4,24$ , при  $p=0,05$ ).

Для более подробного изучения полученных данных проведен сравнительный анализ предпочитаемых копинг-стратегий в соответствии с основными сферами психической деятельности: когнитивной, эмоциональной и поведенческой.

Анализ когнитивных копинг-стратегий обеих групп, показал:

1. высокие показатели когнитивных копинг-стратегий в обеих группах – «сохранение самообладания» (у детей-сирот – 24%, у «домашних» детей – 30%). Данный копинг относится к продуктивным стратегиям и ориентирован на анализ проблемы, подростки «стараясь не терять над собой контроль и не показывать никому своего состояния»;
2. установка собственной ценности, также относится к адаптивным копинг-стратегиям, преобладает у 12% опрошенных детей-сирот и у 10% детей, воспитывающихся в семье;
3. следующую адаптивную стратегию «проблемный анализ» дети-сироты, в отличие от группы «домашней» детей (10%), не применяют;
4. относительно-адаптивные копинги («относительность», «придача смысла», «религиозность») детьми-сиротами практически не применяются. Из 50 опрошенных детей-сирот лишь одни «придают особый смысл своим трудностям» и считает, что, преодолевая их, он совершенствуется. В другой же группе респондентов копинг «религиозность» встречается лишь раз, а смысл своим трудностям придают 12% опрошенных. Стратегию «относительность» не применяет ни одна из экспериментальных групп;
5. далее рассматривая неадаптивные стратегии поведения, можно отметить, что к данным копингам в стрессовой ситуации подростки прибегают чаще (49% от общего числа респондентов), чем к адаптивным. Наиболее распространенным является копинг «растерянность»;
6. респонденты обеих групп часто находятся в состо-

янии растерянности, когда не знают «Что делать?», «Как справиться с проблемами?» и это вызывает чувство «что не выпутаться из этих трудностей». Чаще в таком состоянии пребывают дети-сироты (24%), дети, воспитывающиеся в семье подвержены этому явлению меньше (16%);

7. копинг-стратегию «диссимуляция» применяют 10% опрошенных из контрольной группы, воспитанники же гос. учреждений данную стратегию не выбрали в качестве базовой;
8. смирение более характерно для детей-сирот (24%), чем для детей, проживающих в семье (16%);
9. стратегию «игнорирование», отказ от принятия проблемной ситуации, применяют 26% детей-сирот и 10% детей, воспитывающихся в семье.

Рассмотрев результаты выбора когнитивных копинг-стратегий обеих групп, мы выявили, что наиболее часто дети-сироты используют стратегия «игнорирование» (26%), а «домашние» дети – «сохранение самообладания» (30%). Тем не менее, общее количество непродуктивных стратегий доминирует над продуктивными и относительно-продуктивными ( $t=8,49$ , при  $p=0,05$ ).

При сравнительном анализе выбора эмоциональных копинг-стратегий обеих групп, мы выявили следующее:

1. в обеих группах испытуемых на первом месте из применяемых стратегий стоит копинг «протест». Данная стратегия относится к разряду продуктивных и выражается в эмоциональном состоянии возмущения и протеста против трудностей. Такое состояние присуще 30% опрошенных детей-сирот и 26% детей, воспитывающихся в семье;
2. на втором месте – непродуктивная стратегия «подавление эмоций». Таким образом, в стрессовой ситуации 26% детей-сирот и 24% детей «домашней» группы находятся в подавленном эмоциональном состоянии и стараются «подавить эмоции в себе»;
3. на третьем месте – «агрессивность». Данный копинг также относится к непродуктивным и выражается в проявлении агрессии. Так 20% детей, проживающих в государственных учреждениях и 16% детей, воспитывающихся в семье, ответили, что при столкновении с трудностями «впадают в бешенство» (некоторые респонденты уточнили: «начинаю психовать»);
4. на четвертом месте – стратегия «оптимизм». Данную стратегию чаще применяют «домашние» дети (16%) в отличие от детей, проживающих в гос.учреждении (10%);
5. стратегию «самообвинение» дети-сироты не используют, а среди детей контрольной группы данная стратегия встречается лишь раз.

Таким образом, рассмотрев результаты выбора эмоциональных копинг-стратегий было выявлено, что наиболее применяемой копинг-стратегией в обеих группах

является стратегия «протест» ( $p=0,05$ ). Однако общее количество непродуктивных стратегий доминирует над продуктивными и относительно-продуктивными.

Далее проведем сравнительный анализ выбора поведенческих копинг-стратегий детьми-сиротами и детьми, воспитываемыми в семье:

1. продуктивный копинг «обращение» более выражен у «домашних» детей, чем у детей, проживающих в гос. учреждениях (1 и 5 при  $p=0,05$ ), а к относительно-адаптивной копинг-стратегии «отвлечение» чаще прибегают дети-сироты ( $t=2,1$  при  $p=0,02$ ); Таким образом, подростки, воспитываемые в семье для преодоления проблемных ситуаций склонны обращаться за советом, помощью и поддержкой к другим «значимым лицам», в то время как сироты демонстрируют большую ориентацию на копинг-стратегии, позволяющими самостоятельно справиться с трудностями, но чаще предпочитают не думать о них, отвлекаясь на другие дела [5].;
2. непродуктивную стратегию «бегство-избегание» дети-сироты используют чаще, чем дети, воспитываемые в семье (4 и 2 при  $p=0,05$ );
3. на третьем месте (по частоте использования) у детей-сирот находится стратегия «отступление», а у «домашних» детей – копинг «избегание»;
4. анализируя стратегии преодоления проблемных ситуаций подростками обеих групп можно выделить и общие черты. Например, обе группы респондентов практически не прибегают к использованию стратегии «конструктивная активность». Скорее всего, это связано с тем, что подросткам (пока еще находящимся в зависимости от взрослых) трудно «приниматься за осуществление мечты». Они пока еще не могут «все бросить» и уехать путешествовать или позволить себе дорогостоящую покупку и т.д. Также в меньшей степени подростки обеих групп прибегают к стратегии – альтруизм (4%).

Таким образом, проявляются различия в базовых ко-

пинг-стратегиях подростков, проживающих в государственных учреждениях и детей, воспитываемых в семье.

Итак, проведя исследование копинг-стратегий по методике Хейма, мы выявили, что преобладающими у детей-сирот являются копинг-стратегии «игнорирование», «протест» и «отвлечение», которые выражаются в поведении, направленном на сознательное уменьшение трудностей, некоторой недооценки трудных ситуации и желанием уйти от них с помощью погружения в любимые дела. При этом эмоциональное состояние характеризуется активным возмущением и протестом по отношению к трудностям («Я всегда глубоко возмущен несправедливостью судьбы ко мне и протестую!»).

В группе подростков, проживающих в семье, наиболее выраженной является стратегия «сохранение самообладания» (30%), которая проявляется в усилиях, направленных на сохранение контроля над собой и стремлением скрыть свое состояние от окружающих [5]. Преобладание данной стратегии у подростков может быть связано с их желанием быть «взрослыми», самостоятельно справляться со своими проблемами, не показывая свою «слабость» другим. Также преобладающими стратегиями у подростков, воспитываемых в семье, являются стратегии «подавление эмоций» (24%) и «обращение» (24%). Это говорит о том, что «высокая импульсивность» подросткового возраста приводит к тому, что некоторые дети начинают «подавлять свои эмоции», стараются не показывать их. У 24% опрошенных доминирует стратегия «обращение», так для преодоления проблемных ситуаций, они склонны обращаться за советом, помощью и поддержкой к другим людям.

Проведенное эмпирическое исследование наглядно показало различия в выборе копинг-стратегий детьми-сиротами подросткового возраста и подростками, проживающими в семье. Достоверность различий была доказана с помощью t-критерия Стьюдента.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Абабков В.А. Адаптация к стрессу. Проблемы, теории, диагностики, терапии / В.А. Абабков, М. Перре. - СПб.: изд-во СПбГУ, 2004. – 53 с.
2. Аргентова Т.Е., Тополева Е.В. Особенности совладающего поведения детей—сирот старшего подросткового возраста // Сибирский психологический журнал. – 2007. - №25. – С. 67 – 72.
3. Джонс Ф. Стресс. Теории, исследования, мифы / Ф. Джонс, Д. Брайт. - СПб.: Прайм-Еврознак, 2003. - 25 с.
4. Маст, С.В. Формирование продуктивных копинг-стратегий и протективных копинг-ресурсов подростков, проживающих в замещающих семьях / С.В. Маст // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2020. – Т. 9. – № 4-1. – С. 66-77. – DOI 10.34670/AR.2020.81.55.007.
5. Польшина, М.А. Особенности формирования копинг-стратегий у подростков-сирот, склонных к конфликтной ситуации / М.А. Польшина // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 63-3. – С. 310-314. – EDN NBIAIQ.
6. Ткаченко, Н.С. К вопросу об особенностях копинг- стратегий поведения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей / Н.С. Ткаченко, О.И. Климова // Заметки ученого. – 2020. – № 10. – С. 463-468.

© Шагдарова Туяна Владимировна (tuyanash.21@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»