

Кучма Т.В.

Інклюзивно-ресурсний центр
Горішньоплавнівської міської ради Полтавської області

Кононова М.М.

Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

СПЕЦИФІКА КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ В СІМ'ЯХ, ЩО ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З ПСИХОФІЗИЧНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

У статті піднімається актуальна наукова проблема обґрунтування сім'ї як мікросоціуму, що визначає подальший психофізичний і соціальний розвиток дитини з особливими потребами (чим сильніше виявляється сімейне неблагополуччя, тим більше виражені порушення розвитку у дитини). Автором означено проблематику пролонгованого стресу в ситуації виховання подружжям дитини з порушеннями психофізичного розвитку, який виявляється в різних сферах життя батьків (особистісній, міжособистісній, сексуальній, трудовій), вказано кризові періоди сімейного життя та охарактеризовано об'єктивні чинники стресостійкості й спрямованості копінг-поведінки. Згадані теоретичні положення та попередні наукові розвідки автора стали основою для проведення емпіричного дослідження, у якому взяли участь молоді та зрілі подружні пари, які виховують дітей з порушеннями психофізичного розвитку. Результати свідчать, що в молодих сімейних парах домінуючим є копінг, орієнтований на емоції, а в зрілих подружніх парах – копінг, орієнтований на вирішення задач. Копінг, орієнтований на уникнення більше обирався молодими сімейними парами. Молоді подружжя підтримку друзів вважають необхідною в їхньому житті, тоді як зрілі пари розраховують на сім'ю у важкі хвилини. Емпірично встановлено, що рівень розвитку копінг-ресурсів значно залежать від досвіду сімейних відносин: у молодих подружніх парах є прямо пропорційний зв'язок між рівнем індексу ресурсності та соціальною підтримкою сім'ї, соціальною підтримкою друзів й емпатією, натомість такий же зв'язок у зрілих подружніх парах виявлено між індексом ресурсності та копінгом, орієнтованим на вирішення задач, соціальною підтримкою сім'ї, емпатією; отримано зворотній пропорційний зв'язок у молодих подружніх пар між індексом ресурсності та копінгом, який орієнтований на уникнення, тривожністю і соціальною підтримкою сім'ї, тоді як у зрілих подружніх пар цей зв'язок встановлено між показниками напруженості і соціальної підтримки сім'ї та соціальною підтримкою друзів. Автор переконує, що провідну роль у розвитку копінг-поведінки подружніх пар, які виховують дітей з психофізичними порушеннями, відіграє емпатія, показники якої, згідно емпіричного дослідження, більше розвинуті в парах, які багато років разом, а отже за цей час звикли один до одного і краще знають внутрішній світ свого партнера з усіма можливими емоційними та смисловими відтінками.

Ключові слова: сім'я, подружні пари, діти з психофізичними порушеннями, копінг-поведінка, емпатія.

Постановка проблеми. Психологічна наука розглядає сім'ю як системоутворюючу детермінанту в соціально-культурному статусі дитини, яка визначає її подальший психофізичний і соціальний розвиток. Саме сім'я вважається найважливішим мікросоціумом, в якому дитина не лише живе, але в якому формуються її моральні якості, ціннісне ставлення до світу людей і природи, уявлення про характер міжособистісних зв'язків. У сучасних дослідженнях виявлена пряма залежність впливу сімейного фактору на особливості

розвитку дитини: чим сильніше виявляється сімейне неблагополуччя, тим більше виражені порушення розвитку у дитини. При цьому особлива увага приділяється позитивному впливу батьків на дитину з проблемами в розвитку, створенню адекватних умов для її навчання не тільки в спеціальній установі, але і вдома.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Психологічний стан батьків та проблеми, з якими вони стикаються при вихованні дитини з психофізичними порушеннями, були і залишаються

предметом науково вивчення спеціалістів різного профілю (соціологів, психологів, спеціальних педагогів, економістів, юристів, вихователів та ін.), однак на сьогодні увага спеціалістів прикута не менше до проблеми психотравмуючого впливу процесу виховання хворої дитини на членів сім'ї, зокрема в аспекті різних сторін подружніх стосунків. Актуальними нині залишаються питання способів боротьби батьків зі стресом, визначення рівня і джерел їхньої стресостійкості, а також особливостей копінг-поведінки, відповіді на які розкриваються в наукових працях О. Р. Баєнської, Н. В. Базими, С. Д. Забрамної, О. Г. Комарової, Г. В. Кукурузи, М. М. Ліблінг, І. І. Мамайчук, О. М. Мاستюкової, Г. О. Мішиної, С. П. Миронної, О. С. Нікольської, К. О. Островської, М. С. Певзнер, Н. І. Погорільської, В. М. Синьова, Т. В. Скрипник, Л. І. Солнцевої, А. С. Співаковської, В. В. Тарасун, В. В. Ткачової, О. Б. Чарової В. В. Юртайкіна та ін.

Відомо, що деякі стресові ситуації є короткостроковими, інші ситуації вимагають від сім'ї опанування впродовж тривалого періоду часу, як наприклад, в ситуації пролонгованого характеру стресу, яким без перебільшення можна вважати виховання дитини з порушеннями психофізичного розвитку.

Наукові спостереження доводять, що на протязі життя батьки дитини з психофізичними порушеннями переживають кілька кризових періодів: постановки діагнозу; кризи явних проявів відставання в розвитку; у випадку виявлення обмежених здібностей дитини до навчання; в період настання повноліття. Вчена О.М. Мاستюкова називає хронічною стресогенну ситуацію, коли у сім'ї наявна хвора дитина, бо часто почуття шоку, провини, туги виявляються з новою емоційною силою в певні періоди життя, знову дезадаптуючи сім'ю [6, с. 60, с. 69-70]. Комплексною психотравмуючою дослідники (Г. В. Кукуруза) характеризують стрес у сім'ях, де народжується дитина з порушеннями, пояснюючи це регресивними явищами та тенденціями, дисгармонією, які виявляються в різних сферах життя батьків (особистісній, міжособистісній, сексуальній, трудовій) [2, с. 23].

Слід відмітити, що адекватне сприйняття проблем, пов'язаних з вихованням в сім'ї дитини з відхиленнями у розвитку, досягається не відразу і не всіма батьками, тож навіть при подібних варіантах фрустраційного навантаження реактивні здібності і адаптаційні можливості у різних батьків проявляються неоднаково [3].

З огляду на життєву ситуацію батьків дитини з психофізичними порушеннями, їхню стресостійкість та спрямованість опанувальної поведінки (копінг-поведінки), вважаємо, можуть визначати такі об'єктивні чинники: 1) ступінь поінформованості про психофізичне порушення (чим більше відомостей про особливості психофізичного порушення мають батьки, тим краще вони оцінюють ситуацію); 2) оцінка стресової ситуації за параметрами (критична, напружена, безвихідь, та, яку можна вирішити; порівняння з гіршими випадками); 3) травматичний досвід батьків у складних ситуаціях, починаючи з дитинства; 4) наявність чи пошук соціальної підтримки серед родичів, друзів, фахівців; 5) соціальна ізоляваність (обмеження контактів, зосередження лише на хворобі дитини); 6) специфіка міжособистісної взаємодії й комунікації (впливає на психологічний клімат сім'ї, стосунки між батьками й хворою дитиною, в тому числі її здоровими братами й сестрами).

Д. Рейсс і М. Олів'єрі в процесі сімейного опанування виділяють три фази, що впливають з концептуальної моделі вирішення проблем: визначення проблеми, вплив і впевненість у прийнятому рішенні. Вони вважають, що саме ці три фази виступають концептуальними пунктами дослідження реакції сім'ї на стресову ситуацію [7]. Так, в межах кожної з цих фаз сім'ї використовують стратегії, засновані на власних ресурсах. Саме рівень сформованості копінг-ресурсів забезпечує стійкість особистості у реагуванні на несприятливі чинники при зустрічі з ними і підтримання внутрішньої рівноваги [1].

Мета дослідження – емпіричне вивчення специфіки копінг-поведінки молодих і зрілих подружніх пар, що виховують дітей з психофізичними порушеннями.

Виклад основного матеріалу дослідження. У нашому дослідженні взяли участь 75 молодих подружніх пар з дітьми з психофізичними порушеннями та 75 зрілих сімейних пар з дітьми з психофізичними порушеннями.

Проведений аналіз експериментальних даних за методикою «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях (С. Норман, Д. Ендлер, адапт. варіант Т. Крюкової)» [6], яка призначена для вивчення домінуючих копінг-стресових поведінкових стратегій показав, що в молодих сімейних парах і серед жінок (48%), і серед чоловіків (42%) домінуючим був виявлений копінг, який орієнтований на емоції. У зрілих подружніх парах домінуючим копінгом, як серед чоловіків (62%), так серед

жінок (55%), являється копінг, який орієнтований на вирішення задач. Це може пояснюватися тим, що для сімей із високим стажем подружнього життя, характерна більш ефективна адаптація до умов стресу, адекватний рівень оціночної тривоги та високий рівень самопочуття і настрою, ніж у молодих парах.

Копінг, який орієнтований на уникнення більше обирається молодими сімейними парами: 24% – жінками, 34% – чоловіками. Пояснення вбачаємо в тому, що дана модель поведінки у стресовій ситуації пов'язана із механізмом регресії. А тому вибір цієї стратегії, спрямований на уникнення труднощів, сприяє поверненню у складній ситуації до більш онтогенетичних незрілих патернів поведінки і задоволенню, що відповідає «ролі дитини», тож дана модель стратегії поведінки являється найменш ефективною. Серед зрілих подружніх пар орієнтовані на уникнення від 18% до 23% досліджуваних.

Соціальна підтримка, за методикою «Шкала соціальної підтримки» Д. Зімет [7], також відрізняється у сім'ях із різним стажем. Молоді подружжя підтримку друзів оцінюють досить високо як важливий компонент, який повинен бути присутнім у їхньому житті, коли у зрілих парах даний аспект значно зменшується. Зрілі сімейні пари відмітили, що підтримки друзів у них немає, залишилася лише сім'я, на яку можна розраховувати у важкі хвилини. Соціальна підтримка значимих інших у обидва групах майже не відрізняється, знаходиться на найнижчому рівні.

Етап наукового дослідження з виявлення зв'язку між показниками копінг-ресурсів та копінг-поведінкою у подружніх парах (за допомогою «коефіцієнту лінійної кореляції r-Пірсона») показав, що в молодих подружніх парах існує прямо пропорційний зв'язок між рівнем індекса ресурсності та соціальною підтримкою сім'ї ($r_{xy} = 0,43$ при $p \leq 0,05$), соціальною підтримкою друзів ($r_{xy} = 0,429$ при $p \leq 0,01$) та емпатією ($r_{xy} = 0,401$ при $p \leq 0,01$). Нами виявлений зворотній пропорційний кореляційний зв'язок між показниками напруженості і соціальної підтримки сім'ї ($r_{xy} = -0,407$ при $p \leq 0,01$) та соціальною підтримкою друзів ($r_{xy} = -0,563$ при $p \leq 0,001$).

Робимо висновок, що молоді подружні пари, які отримують ефективну соціальну підтримку від сім'ї, друзів легше справляються зі стресами, більш стійкі до розвитку захворювань, у них нижчий рівень напруженості, тому важливу роль у подоланні стресових і проблемних ситуацій грає соціально підтримуючий процес. Соціальна підтримка

пом'якшує дію стресу високої інтенсивності, виступає як буфер між стресором і людиною. Висока соціальна підтримка нейтралізує негативний вплив стресу високої інтенсивності і забезпечує збереження здоров'я. Отримані дані характеризують важливий момент: молоді подружжя при стресі спираються як на уже наявні структури, які здатні надати допомогу (члени родини), так і на свою здатність знаходити нових людей (друзі, товаришів).

Кореляційний аналіз показників у зрілих подружніх парах виявив прямо пропорційний зв'язок між індексом ресурсності та копінгом, який орієнтований на вирішення задач ($r_{xy} = 0,507$ при $p \leq 0,001$), соціальною підтримкою сім'ї ($r_{xy} = 0,411$ при $p \leq 0,01$), емпатією ($r_{xy} = 0,471$ при $p \leq 0,001$) та зворотній пропорційний зв'язок між індексом ресурсності та копінгом, який орієнтований на уникнення ($r_{xy} = -0,313$ при $p \leq 0,05$), тривожністю і соціальною підтримкою сім'ї ($r_{xy} = -0,335$ при $p \leq 0,05$).

Отримані дані свідчать про те, що збалансовані життєві розчарування та досягнення, вищий адаптаційний потенціал особистостей та менша стресова вразливість залежать від вміння співпереживати і розуміти думки і почуття іншого у парах, які разом вже багато років, які за цей час звикли один до одного і краще знають внутрішній стан свого партнера. Також індекс ресурсності значно становиться вищим при використанні копіngu, який орієнтований на вирішення задач, так як це найбільш конструктивна модель стратегії поведінки при стресовій ситуації. Соціальна підтримка сім'ї має важливе значення оскільки її наявність зменшує тривожність, вона допомагає запобігти розвитку дистрес і пом'якшити переживання негативних наслідків стресу.

Отже, емпірично доведено, що рівень розвитку копінг-ресурсів значно залежать від досвіду сімейних відносин. У молодих подружніх пар переважає високий рівень сімейної тривожності, низький рівень емпатії та недостатньо сформований індекс ресурсності.

На наше переконання, провідну роль у розвитку копінг-поведінки подружніх пар, які виховують дітей з психофізичними порушеннями, відіграє такий суб'єктивний чинник як емпатія – особистісна якість, яка полягає в умінні співпереживати партнеру по спілкуванню і розуміти його внутрішній світ, емоційно відгукуватися та співчувати, від чого напряму залежить встановлення гармонійних, психологічно комфортних стосунків з особливою дитиною та повноцінного спілкування з нею.

Нами емпірично встановлено значні відмінності у прояві емпатії в залежності від віку та сімейного стажу подружніх пар.

Згідно отриманих даних, 32% зрілих подружніх пар та 25% молодих подружніх пар володіють високим рівнем емпатії. Дані показники свідчать, що вміння співпереживати і розуміти думки і почуття іншого більше розвинуті в парах, які багато років разом, а отже за цей час звикли один до одного і краще знають внутрішній світ свого партнера з усіма можливими емоційними та смисловими відтінками. Отримані показники можемо пояснити також тим, що здатність до емпатії збільшується із наявністю дітей у сім'ї і залежить як від їх віку, так і від віку самих батьків, оскільки навчаючи дітей, батьки вчаться самі, при цьому знаходять здатність до відчуження емоційної складової психіки своїх дітей з психофізичними порушеннями, що є занадто важливим фактором ефективного сімейного виховання.

На дуже низькому рівні знаходяться 5% сімейних пар та 12% молодих подружніх пар. Вважаємо, що наявність низького рівня емпатія у партнерів негативно відображається на сім'ї, і насамперед це проявляється у конфліктах. В дружньому шлюбі відбувається поступове злиття двох «Я» – чоловіка і дружини, відбувається ототожнення потреб, інтересів, бажань, намірів. Для подібної взаємодії необхідно володіти достатньо високим рівнем емпатії. У конфліктному шлюбі автономність двох «Я» зберігається, а отже, не відбувається ототожнення і злиття основних потреб, інтересів, поглядів, що ускладнюється при народженні дитини з порушеннями психофізичного розвитку.

Як бачимо, психологічний стан подружніх пар значною мірою залежить від особистісних особливостей самих батьків, які виховують дітей з порушеннями психофізичного розвитку, від їх сприйнятливості та суб'єктивного ставлення до психотравмуючих подій, від уміння оптимізувати свої внутрішні захисні ресурси й обрати кон-

структивну копінг-стратегію, а також від досвіду вирішення психотравмуючих ситуацій [4].

Висновки та перспектива подальших досліджень. Теоретичні відомості про фактори стресу та чинники стресостійкості батьків, які виховують дітей з психофізичними порушеннями, було доповнено емпіричним дослідженням, результати якого дозволяють зробити кілька важливих висновків: 1) в молодих подружніх парах, що мають дітей з психофізичними порушеннями, і серед жінок, і серед чоловіків переважає копінг, який орієнтований на емоції; 2) у зрілих подружніх парах з дітьми з психофізичними порушеннями, домінуючим копінгом, як серед чоловіків, так серед жінок, являється копінг, який орієнтований на вирішення задач. Це пояснюється тим, що для сімей із високим стажем подружнього життя, характерна більш ефективна адаптація до умов стресу, адекватний рівень оціночної тривоги та високий рівень самопочуття і настрою, ніж у молодих парах; 3) молоді подружжя з дітьми з психофізичними порушеннями підтримку друзів оцінюють досить високо як важливий компонент, який повинен бути присутнім у їхньому житті, коли у зрілих парах даний аспект значно зменшується; 4) зрілі подружжя відмітили, що підтримки друзів у них немає, залишилася лише сім'я, на яку можна розраховувати у важкі хвилини. Соціальна підтримка значимих інших у групах досліджуваних майже не відрізняється, знаходиться на найнижчому рівні; 5) здатність до емпатії більше розвинута в парах, які багато років разом.

Експериментальне дослідження особливостей прояву стрес-долаючої поведінки у сімей з дітьми з психофізичними порушеннями представляє науковий інтерес і практичну значущість в контексті психологічної допомоги даним сім'ям. Перспективами нашого дослідження є детальний аналіз чинників стресостійкості батьків дітей з психофізичними порушеннями та пошук шляхів формування копінг-ресурсів у підтриманні внутрішньої рівноваги особистості кожного члена сім'ї.

Список літератури:

1. Кононова М. М., Кучма Т. В. Сутність стресу як психологічної категорії. *Молодий вчений* : науковий журнал, 2021. С. 28-33.
2. Кукуруза Г. В. Психологічна модель раннього втручання: допомога сім'ям, що виховують дітей раннього віку з порушеннями розвитку: монографія. Харків: Точка, 2013. 244 с.
3. Кучма Т. В., Кононова М. М. Копінг-поведінка у подружніх пар з дітьми з психофізичними порушеннями: теоретичний аналіз. *Психологія та педагогіка сучасності : проблеми та стан розвитку науки і практики в Україні* : збірник тез наукових робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (м. Львів, 21–22 серпня 2020 року). Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2020. С. 9-12.
4. Кучма Т. В., Кононова М. М. Особливості психоемоційного стану батьків дітей з психофізичними порушеннями. Міжнародна науково-практична конференція «Традиції та новації у сфері педагогіки та психології» – Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського.

5. Мастюкова Е. М., Московкина А. Г. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. В. И. Селиверстова. Москва : Гуманит. изд. центр ВЛА-ДОС, 2003. 408 с.

6. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва, Изд-во Института Психотерапии. 2002. С. 442-444.

7. Zimet G. D. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support / G. D. Zimet, N. W. Dahlem, S. G. Zimet & G. K. Farley. *Journal of Personality assessment*. 1988. Vol. 52 (Iss. 1). P. 30-41.

Kuchma T.V., Kononova M.M. SPECIFICITY OF COPING BEHAVIOR IN FAMILIES RAISING CHILDREN WITH PSYCHO-PHYSICAL DISORDERS

The article raises the actual scientific problem of substantiating the family as a micro-society that determines the further psychophysical and social development of a child with special needs (the stronger the family dysfunction, the more pronounced the child's developmental disorders). The author defined the problem of prolonged stress in the situation of raising a child with impaired psychophysical development, which manifests itself in various spheres of the parents' life (personal, interpersonal, sexual, labor), indicated the crisis periods of family life and characterized the objective factors of stress resistance and the orientation of coping behavior. The mentioned theoretical propositions and previous scientific investigations of the author became the basis for conducting an empirical study, in which young and mature married couples who raise children with psychophysical developmental disorders took part. The results show that emotion-oriented coping is dominant in young married couples, and problem-oriented coping is dominant in mature married couples. Avoidance-oriented coping was chosen more by young married couples. Young couples consider the support of friends necessary in their lives, while mature couples rely on family in difficult moments. It has been empirically established that the level of development of coping resources significantly depends on the experience of family relationships: in young married couples, there is a directly proportional relationship between the level of the resourcefulness index and social support of the family, social support of friends, and empathy, on the other hand, the same relationship in mature married couples, the relationship between the index of resourcefulness and coping focused on solving problems, social support of the family, and empathy was found; an inverse proportional relationship was obtained in young married couples between the index of resourcefulness and coping, which is focused on avoidance, anxiety and social support of the family, while in mature married couples this relationship was established between indicators of tension and social support of the family and social support of friends. The author is convinced that the leading role in the development of coping behavior of married couples who raise children with psychophysical disorders is played by empathy, the indicators of which, according to empirical research, are more developed in couples who have been together for many years, and therefore have become accustomed to each other during this time and better know the inner world of their partner with all possible emotional and meaningful nuances.

Key words: family, married couples, children with psychophysical disorders, coping behavior, empathy.