



DOI: 10.22363/2313-1683-2018-15-1-79-93

УДК 159.922.2

СОВЛАДАЮЩЕЕ И ЗАЩИТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЖИТЕЛЕЙ РАДИОАКТИВНО ЗАГРЯЗНЕННЫХ ТЕРРИТОРИЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВОЗРАСТА И ПОЛА

И.В. Борисова, Е.С. Гулакова

Брянский государственный университет им. академика И.Г. Петровского
Бежицкая ул., 14, Брянск, Россия, 241036

В статье рассматриваются результаты эмпирического исследования совладающего и защитного поведения жителей радиоактивно загрязненных территорий в зависимости от возраста и пола. Выявлена специфика совладания и защиты в зависимости от возраста и пола. Показано, что юноши и девушки чаще используют неконструктивные способы совладающего поведения, чтобы справиться с трудными жизненными ситуациями, по сравнению с мужчинами и женщинами. Мужчины хуже, чем женщины снимают напряжение и сохраняют самооценку в трудных жизненных ситуациях за счет использования стратегий совладающего поведения. Установлено, что жители радиоактивных территорий не желают брать на себя ответственность за свою жизнь, а пассивно ожидают помощи без каких-либо самостоятельных действий, направленных на разрешение своих проблем. Выявлено, что в юношеском, и в зрелом возрасте представители мужского пола чаще используют замещение, чем представители женского пола. Описаны связи между защитным и совладающим поведением в юношеском и зрелом возрасте. Установлено, что в юношеском возрасте конфронтативный копинг, проявляющийся через агрессивные усилия, направленные на активное отстаивание своего мнения и желаний в отношениях с окружающими и попытки добиться своего, через хаотичную деятельность не меняющий ситуацию, тесно связан с механизмами психологической защиты. Замещение не позволяет использовать конструктивные способы совладания и в юношеском, и в зрелом возрасте. Результаты исследования могут быть использованы для оказания психологической помощи жителям радиоактивно загрязненных территорий.

Ключевые слова: совладающее поведение, защитное поведение, трудные жизненные ситуации, юношеский возраст, зрелый возраст, жители радиоактивно загрязненных территорий

Введение

Катастрофа на ЧАЭС признана крупнейшей за всю историю человечества, а тяжелейшие последствия этой аварии растянуты во времени. Установлено, что социально-психологические последствия связаны не только с самой катастрофой, так как радиация непосредственно не ощущается, но и с недостатком, особенно на начальном этапе, адекватной информации, с интерпретацией информации населением, и с принимающимися решениями по защите и реабилитации пострадавших территорий (Мухина, 1999; Моляко, 2016 и др.)

Данные многочисленных исследований показывают, что катастрофа на ЧАЭС привела к целому ряду психологических проблем, в частности, к восприятию себя

как жертвы, безынициативности, социальному безразличию, плохой адаптации к новой среде и ожиданиям внешней поддержки (Мухина, 1999; Моляко, 2015; Хавыло, 2015 и др.)

В ряде исследований отмечались высокий уровень ситуативной и общей эмоциональной напряженности, повышенная тревожность, и, в частности, радиотревожность, страх, скрытая паника, выраженность жизненных реакций у жителей радиоактивно загрязненных территорий. (Румянцева, Марголина, Плыплина, 1997; Хавыло, 2015 и др.). В настоящее время уровень социально-психологической напряженности населения, проживающего на экологически неблагоприятных территориях, снизился, но полностью не нормализовался (Хавыло, 2015).

Проблема совладающего и защитного поведения активно изучается зарубежными (Amirkhan, 1990; Billings, 1984; Folkman, Lazarus, 1998; Frydenberg, 2004; Heim, 1988; Maddi, 1999; Plutchik, Kellerman, Conte, 1979; Skinner, Edge, 2002; Weber, 2003 и др.) и отечественными психологами (Романова, Гребенников, 1996; Нартова-Бочавер, 1997; Ялтонский, Сирота, 2008; Вассерман, Абабков, Трифонова, 2010; Грановская, Никольская, 2010; Крюкова, Гушина, 2015 и др.). В предыдущих исследованиях изучалось совладающее поведение на разных этапах возрастного развития (Борисова, Ермакова, 2017; Borisova, 2017). Интерес к данной проблеме в настоящее время только растет. В современном обществе люди разных возрастов сталкиваются с огромным количеством трудных, в том числе и стрессовых, ситуаций. Главная задача совладающего и защитного поведения состоит в том, чтобы помочь человеку снять напряжение и сохранить самоуважение в этих ситуациях. *Защитное поведение* реализуется через различные механизмы психологической защиты и срабатывает без участия сознания человека, *совладающее поведение* осуществляется через стратегии совладающего поведения, которые человек реализует осознанно. Психологическая защита позволяет устранить психотравму путем бессознательной переработки тревожной информации, что приводит к ее игнорированию, искажению, фальсификации, либо к снижению эмоциональной значимости (Грановская, Никольская, 2010). Совладающее поведение связано с осознанными и целенаправленными усилиями и действиями по преодолению возникающих трудностей (Грановская, Никольская, 2010).

Разные авторы выделяют разные механизмы и разные стратегии совладающего поведения (Heim, 1988; Amirkhan, 1990; Folkman, Lazarus, 1998; Skinner, Edge, 2002; Frydenberg, 2004). Выделяют эффективные и неэффективные механизмы и стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях (Folkman, Lazarus, 1998; Frydenberg, 2004; Ялтонский, Сирота, 2008). Эффективные те, которые достигают своей цели и не разрушают при этом соматического и психического здоровья, не эффективные, не достигающие цели, или достигающие ее слишком большой ценой.

Совладающее поведение жителей радиоактивно загрязненных территорий изучалось в работах Т.Б. Мельницкой, Т.В. Белых (2012), А.В. Хавыло (2015). Тем не менее, в настоящее время совладающее и защитное поведение жителей разных возрастных групп, проживающих на экологически неблагоприятных территориях, является актуальной и значимой, но не достаточно изученной проблемой.

Большое значение имеет выработка конструктивного преодолевающего поведения у жителей радиоактивно загрязненных территорий, так как сам факт проживания в регионах, признанных экологически неблагополучными, может выступать как трудная жизненная ситуация. К настоящему времени выросло новое поколение людей, которые родились после аварии на Чернобыльской атомной станции. Социокультурные условия их развития и опыт непосредственного переживания травмы были другими. Тем не менее, они проживают на радиоактивно загрязненных территориях, их жизнь тесно связана с людьми, которые пострадали от аварии на Чернобыльской атомной станции и испытали на себе психологические последствия произошедшей катастрофы.

Целью эмпирического исследования было изучение и сравнение совладающего и защитного поведения жителей радиоактивно загрязненных территорий в зависимости от возраста и половой принадлежности.

Методы

В исследовании приняли участие жители региона (г. Клинцы Брянской области), пострадавшего в 1986 году от аварии на ЧАЭС, в количестве 120 человек, из них 60 человек юношеского возраста (24 юноши и 36 девушек) от 16 до 23 лет (средний возраст 19 лет), учащиеся выпускного класса школы и студенты колледжей и вузов, которые родились после аварии на атомной станции, и 60 человек зрелого возраста (18 мужчин и 42 женщин) от 30 до 53 лет (средний возраст 44 года), представители разных профессий (33 человека со средне-специальным и 27 человек с высшим образованием), которые родились до аварии на атомной станции.

Для диагностики использовались методики «Копинг-поведение в жизненных ситуациях» Н.С. Эндлера, Д.А. Паркера (адаптация Т.Л. Крюковой), «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса (адаптация Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык) и «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика (адаптация Е.С. Романовой, Л.Р. Гребенникова).

Для оценки статистической значимости различий между показателями групп использовался непараметрический U -критерий Манна—Уитни и коэффициент корреляции Спирмена (r_s). Статистический анализ полученных результатов проводился с помощью пакета прикладных программ *SPSS 22*.

Результаты и обсуждение

На начальном этапе исследования все испытуемые были разделены на группы в зависимости от возраста и половой принадлежности. Описательная статистика основных переменных исследования представлена в таблицах 1—3.

У юношей и девушек все виды совладающего поведения, кроме эмоционально-ориентированного копинга, выражены примерно одинаково (табл. 1). Эмоционально-ориентированный копинг чаще используют девушки, чем юноши. Данный вид копинга есть следствие эмоционального реагирования на ситуацию в виде изменения собственных установок в отношении ситуации и проявляется в виде погружения в собственные переживания, самообвинения, вовлечения других в свои переживания. Статистическая достоверность различий с помощью U -критерия Манна—Уитни не установлена.

Таблица 1

**Типы совладающего поведение в юношеском и зрелом возрасте
(по методике «Копинг-поведение в жизненных ситуациях» Н.С. Эндлера, Д.А. Паркера
в адаптации Т.Л. Крюковой)
[Types of coping behavior in adolescence and adulthood (the technique of “Coping behavior
in life situations” by N.S. Endler, D.A. Parker in the adaptation by T.L. Kryukova)]**

Возраст	Пол	M и σ	Типы совладающего поведения				
			ПОК	ЭОК	КОИ	О	СО
Юношеский	Мужской $n = 24$	<i>M</i>	54,50	46,38	40,88	18,37	14,00
		σ	12,783	11,032	4,454	4,868	3,295
	Женский $n = 36$	<i>M</i>	54,92	49,00	40,92	18,17	14,75
		σ	7,740	11,992	7,229	4,629	2,958
	Всего $n = 60$	<i>M</i>	54,75	47,95	40,90	18,25	14,45
		σ	9,695	11,395	6,129	4,598	3,034
Зрелый	Мужской $n = 18$	<i>M</i>	43,50	38,17	32,67	14,83	11,50
		σ	10,035	9,642	5,715	4,167	2,429
	Женский $n = 42$	<i>M</i>	57,07	44,07	41,64	18,43	14,93
		σ	6,522	10,716	6,021	3,390	2,702
	Всего $n = 60$	<i>M</i>	53,00	42,30	38,95	17,35	13,90
		σ	9,814	10,524	7,156	3,911	3,024

Примечание. ПОК — проблемно-ориентированный копинг, ЭОК — эмоционально-ориентированный копинг, КОИ — копинг, ориентированный на избегание, О — отвлечение, СО — социальное отвлечение, *M* — среднее значение, *n* — количество человек, σ — среднеквадратичное отклонение.

В зрелом возрасте у женщин все стратегии совладающего поведения более выражены по сравнению с мужчинами. С помощью *U*-критерия Манна—Уитни установлены статистически значимые различия по проблемно-ориентированному копингу ($p = 0,005$), копингу, ориентированному на избегание ($p = 0,0012$) и социальному отвлечению ($p = 0,015$). Женщины чаще, чем мужчины в трудной жизненной ситуации пытаются решить проблему или отвлечься от проблемы, в том числе, и за счет общения с другими людьми.

Проблемно ориентированный копинг, чаще всего, относят к конструктивным способам поведения, а поиск социальной поддержки может привести как к конструктивным, так и к неконструктивным последствиям. Копинг, ориентированный на избегание, в большинстве случаев, считают неконструктивной стратегией поведения, так как при его использовании, проблема не решается и не перестает существовать. Однако бывают ситуации, когда уместно применять данный вид поведения, например, когда решение проблемы в данный момент невозможно и/или не зависит от человека. Если избегание не превращается в стилевую защиту, которую человек использует в большинстве трудных жизненных ситуаций, то в репертуаре совладающего поведения полезно иметь такую стратегию защиты наряду с другими стратегиями поведения.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что женщины лучше, чем мужчины владеют сознательными стратегиями поведения, которые позволяют им справляться со сложными жизненными ситуациями.

Полученные данные согласуются с результатами исследования А.В. Хавыло (2015), в котором установлено, что фактор пола оказывает влияние на выражен-

ность поведенческих копинг-стратегий жителей радиоактивно загрязненных территорий.

Все стратегии совладающего поведения в юношеском возрасте более выражены, чем в зрелом возрасте. Наиболее сильные различия между двумя группами испытуемых выявлены по эмоционально-ориентированному копингу. В юношеском возрасте чаще, чем в зрелом возрасте в трудных жизненных ситуациях используется поведение, направленное на регуляцию эмоционального состояния. Но статистически значимых различий с помощью *U*-критерия Манна—Уитни не установлено.

Таблица 2

**Стратегии совладающего поведения в юношеском и зрелом возрасте
(по методике «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса в адаптации
Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк)
[Strategies for coping behavior in adolescence and adulthood (the technique “Methods
of co-ordinating behavior” by R. Lazarus in the adaptation by T.L. Kryukova, E.V. Kuftyak)]**

Возраст	Пол	M и σ	Стратегии совладающего поведения							
			КК	Д	С	ПСП	ПО	БИ	ПРП	ПП
Юношеский	Мужской <i>n</i> = 24	<i>M</i>	58,3	57,6	64,3	54,9	65,6	58,9	63,2	66,1
		σ	10,7	11,9	10,8	17,4	16,3	12,1	21,0	10,0
	Женский <i>n</i> = 36	<i>M</i>	51,9	51,9	60,7	62,5	74,3	55,9	60,2	59,1
		σ	10,4	13,1	11,5	14,6	12,5	14,8	18,8	13,7
	Всего <i>n</i> = 60	<i>M</i>	54,4	54,2	62,1	59,4	70,8	57,1	61,4	61,9
		σ	10,8	12,6	11,1	15,8	14,4	13,5	19,2	12,6
Зрелый	Мужской <i>n</i> = 18	<i>M</i>	44,4	46,3	50,8	54,7	51,4	36,1	48,1	37,1
		σ	17,6	18,2	17,0	9,6	33,1	24,2	13,0	19,9
	Женский <i>n</i> = 42	<i>M</i>	43,2	54,4	58,2	54,4	54,2	45,5	65,5	59,5
		σ	9,6	9,0	11,7	20,6	28,8	11,9	16,5	17,9
	Всего <i>n</i> = 60	<i>M</i>	43,6	52,0	56,0	54,5	53,3	42,7	60,3	52,8
		σ	12,0	12,5	13,5	17,7	29,3	16,5	17,2	20,9

Примечание. КК — конфронтативный копинг, Д — дистанцирование, С — самоконтроль, ПСП — поиск социальной поддержки, ПО — принятие ответственности, БИ — бегство-избегание, ПРП — поиск решения проблемы, ПП — положительная переоценка, *M* — среднее значение, *n* — количество человек, σ — среднеквадратичное отклонение.

Юноши умеренно используют конфронтативный копинг (табл. 2), дистанцирование, поиск социальной поддержки, бегство-избегание (показатели от 40 до 60 баллов включительно) и выраженное предпочтение отдают положительной переоценке, принятию ответственности, самоконтролю и поиску решения проблемы (показатели > 60 баллов). Девушки умеренно используют конфронтативный копинг, дистанцирование, бегство-избегание, положительную переоценку и выраженное предпочтение отдают принятию ответственности, поиску социальной поддержки, самоконтролю и поиску решения проблемы.

У юношей по сравнению с девушками более выражены конфронтативный копинг, дистанцирование, самоконтроль, бегство-избегание, поиск решения проблемы, положительная самооценка и менее выражены поиск социальной поддержки, принятие ответственности. Наиболее сильные различия зафиксированы по конфронтативному копингу, который, чаще используют юноши и поиску социальной поддержки, которая более выражена у девушек. Полученные данные

могут быть обусловлены гендерными социальными различиями, существующими в нашей культуре. Но статистически значимых различий с помощью *U*-критерия Манна—Уитни не выявлено.

Мужчины все стратегии совладающего поведения, кроме бегства-избегания и положительной переоценки, используют на среднем уровне. Бегство-избегание и положительная переоценка мужчинами используются редко. Женщины все стратегии совладающего поведения, кроме планирования решения проблемы, используют на среднем уровне. Планированию решения проблемы женщины отдают предпочтение в трудных жизненных ситуациях.

У мужчин, по сравнению с женщинами, все виды копинга, кроме конфронтативного копинга и поиска социальной поддержки, менее выражены. Конфронтативный копинг и поиск социальной поддержки выражены приблизительно одинаково. Статистически значимых различий с помощью *U*-критерия Манна—Уитни не выявлено. Наиболее сильные различия в группе взрослых мужчин и женщин зафиксированы по планированию решения проблемы и положительной переоценке, которые лучше развиты у женщин и относятся к конструктивным способам совладающего поведения. Таким образом, значимых различий не выявлено, но женщины, несмотря на то, что иногда и могут быть излишне рациональны, чаще, чем мужчины используют конструктивные стратегии поведения.

В юношеском возрасте все стратегии совладающего поведения более выражены по сравнению со зрелым возрастом. С помощью *U*-критерия Манна—Уитни обнаружены статистически значимые различия по конфронтативному копингу ($p = 0,006$), принятию ответственности ($p = 0,035$), бегству-избеганию ($p = 0,006$). В юношеском возрасте чаще, чем в зрелом, предпринимаются попытки разрешения проблемы за счет не всегда целенаправленной поведенческой активности, осуществления конкретных действий, направленных либо на изменение ситуации, либо на отреагирование негативных эмоций в связи с возникшими трудностями. Чаще всего эту стратегию поведения относят к неадаптивным, хотя при умеренной выраженности, она может помочь человеку активно противостоять трудностям и стрессогенному воздействию. Стратегия бегства-избегания выражается в отрицании или отвлечении от проблемы, фантазировании и других способах ухода от проблемы, поэтому чаще всего, ее относят к неконструктивным, хотя в некоторых ситуациях такая тактика поведения может принести определенную пользу. Принятие ответственности предполагает понимание своей роли в возникновении проблемы, и, чаще всего, относится к конструктивным стратегиям поведения. У юношей и девушек данная стратегия поведения выражена чрезмерно, что может приводить к неоправданной самокритике, переживанию чувства вины, неудовлетворенности собой. Данные особенности могут способствовать развитию депрессивных состояний. Таким образом, хотя юноши и девушки и пытаются справиться с трудными стрессовыми ситуациями, можно говорить о том, что для этого они чаще выбирают неконструктивные способы поведения, чем мужчины и женщины.

У юношей, из всех механизмов психологической защиты, более выражены проекция и рационализация, и менее выражены отрицание и гиперкомпенсация (табл. 3). У девушек доминируют проекция и отрицание, реже всего используют-

ся замещение и вытеснение. Общая напряженность психологической защиты у юношей выше, чем у девушек.

Таблица 3

**Психологические защиты в юношеском и зрелом возрасте
(по методике «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика в адаптации
Е.С. Романовой, Л.Р. Гребенникова)**

**[Psychological protection in adolescence and adulthood (the method of "Index of life style"
by R. Plutchik in the adaptation by E.S. Romanova, L.R. Grebennikov)]**

Возраст	Пол	M и σ	Психологические защиты								
			Вытеснение	Регрессия	Замещение	Отрицание	Проекция	Компенсация	Гиперком- пенция	Рациона- лизация	ОНЗ
Юношеский	Мужской n = 24	M	32,5	42,6	42,5	25,0	67,7	38,8	27,5	44,8	40,9
		σ	10,4	22,1	24,9	13,5	26,2	14,6	17,5	13,3	12,9
	Женский n = 36	M	28,3	31,9	19,2	37,1	58,3	32,5	29,2	34,7	34,3
		σ	19,5	14,7	16,2	15,7	21,0	19,1	14,4	20,4	9,5
	Всего n = 60	M	30,0	36,1	28,5	32,3	62,1	35,0	28,5	38,8	37,0
		σ	16,2	18,3	22,8	15,7	23,0	17,3	15,3	18,2	11,2
Зрелый	Мужской n = 18	M	48,3	23,6	33,3	40,9	55,6	23,3	23,3	30,6	34,4
		σ	24,8	17,4	22,5	14,9	28,7	18,6	19,7	20,2	11,5
	Женский n = 42	M	30,0	21,4	10,7	44,8	55,4	17,9	22,9	39,3	30,6
		σ	18,0	15,9	9,2	14,9	24,8	14,8	13,3	16,2	9,8
	Всего n = 60	M	35,5	22,1	17,5	43,7	55,4	19,5	23,0	36,7	31,7
		σ	21,4	16,0	17,4	14,6	25,3	15,7	14,9	17,4	10,2

Примечание. ОНЗ — общая напряженность психологической защиты, M — среднее значение, n — количество человек, σ — среднеквадратичное отклонение.

Мужчины, чаще всего, используют проекцию и вытеснение, реже всего — компенсацию, гиперкомпенсацию и регрессию. У женщин более выражены — проекция и отрицание, менее выражены — замещение и компенсация. Общая напряженность психологической защиты у мужчин выше, чем у женщин.

Во всех группах испытуемых среди всех механизмов психологической защиты преобладает проекция. Причем, в юношеских группах проекция более выражена, чем во взрослых. *Проекция* это механизм психологической защиты, с помощью которого осуществляется бессознательный перенос неприемлемых собственных чувств, желаний и стремлений на других, в целях перекаладывания ответственности за то, что происходит внутри «Я», — на окружающий мир (Грановская, Никольская, 2010). Полученные результаты соотносятся с данными исследования Т.Б. Мельницкой, Т.В. Белых (2012), которые установили, что большинство жителей радиоактивно загрязненных территорий не желают брать на себя ответственность за свою жизнь, а пассивно ожидают медицинской и социальной помощи без каких-либо самостоятельных действий, направленных на разрешение своих проблем.

С помощью *U*-критерия Манна—Уитни обнаружены статически значимые различия между юношами и девушками ($p = 0,031$) и мужчинами и женщинами ($p = 0,015$) по замещению. У юношей и мужчин замещение более выражено, чем

девушек и женщин. *Замещение* это механизм психологической защиты, который осуществляется с помощью переноса реакции с недоступного на доступный объект, или замены неприемлемого действия — приемлемым (Грановская, Никольская, 2010). Например, при замещении объекта, если на человека накричал начальник, и он не может ответить, чтобы не потерять свой статус или работу, то он может прийти домой, и накричать на своих близких, и тем самым снять возникшее напряжение. При замещении потребности, некоторые мужчины проявляют большую любовь к своей машине, нежели к жене, дают ей имя, следят за ее состоянием, она становится объектом любви.

Таблица 4

Коэффициенты корреляции между защитным и совладающим поведением в юношеском возрасте
[Correlation between protective and coping behavior in adolescence]

Психологические защиты	Типы и стратегии совладающего поведения												
	КК	Д	С	ПСП	ПО	БИ	ПРП	ПП	ПОК	ЭОК	КОИ	О	СО
Вытеснение	0,236	0,251	0,000	-0,176	-0,045	-0,189	0,049	0,132	0,108	-0,078	0,134	0,107	0,01
Регрессия	0,264*	0,112	-0,044	-0,189	-0,143	0,028	-0,089	0,248	-0,025	0,127	-0,002	0,097	-0,128
Замещение	0,331**	0,112	-0,113	-0,441**	-0,189	0,124	-0,084	0,102	-0,011	0,101	-0,130	0,108	-0,258*
Отрицание	0,237	0,035	0,154	0,086	0,26	-0,128	0,289*	-0,006	0,248	-0,127	-0,024	-0,152	0,162
Проекция	0,321*	0,247	-0,251	-0,007	0,182	0,004	0,234	0,208	-0,112	0,108	-0,036	0,43	-0,063
Компенсация	0,327*	0,026	-0,032	-0,146	-0,066	0,106	0,096	-0,011	0,040	0,064	-0,039	0,064	-0,086
Гиперкомпенсация	0,282*	0,089	0,048	-0,032	0,121	0,134	-0,044	0,078	-0,144	0,131	-0,118	-0,026	-0,076
Рационализация	0,036	-0,048	-0,048	-0,028	-0,001	-0,042	0,152	0,048	0,152	-0,354*	-0,158	-0,398*	-0,048
ОНЗ	0,357*	0,124	-0,082	-0,384*	-0,112	0,050	-0,004	0,039	0,018	0,005	-0,132	-0,078	-0,154

Примечание. КК — конфронтативный копинг, Д — дистанцирование, С — самоконтроль, ПСП — поиск социальной поддержки, ПО — принятие ответственности, БИ — бегство-избегание, ПРП — поиск решения проблемы, ПП — положительная переоценка, ПОК — проблемно-ориентированный копинг, ЭОК — эмоционально-ориентированный копинг, КОИ — копинг ориентированный на избегание, О — отвлечение, СО — социальное отвлечение.

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$.

Как видно из таблицы 4, в юношеском возрасте обнаружены прямые корреляции между различными механизмами психологической защиты (регрессия ($r_s = 0,264$; $p \leq 0,05$), замещение ($r_s = 0,331$; $p \leq 0,01$), проекция ($r_s = 0,321$; $p \leq 0,05$), компенсация ($r_s = 0,327$; $p \leq 0,05$), гиперкомпенсация ($r_s = 0,282$; $p \leq 0,05$), общая напряженность психологической защиты ($r_s = 0,357$; $p \leq 0,05$)) с конфронтативным копингом. Чем сильнее регрессия, замещение, проекция, компенсация, гиперкомпенсация, общая напряженность психологической защиты, тем выше конфронтативный копинг. Таким образом, в юношеском возрасте агрессивные усилия, направленные на активное отстаивание своего мнения и желаний в отношениях с окружающими и попытки добиться своего, через хаотичную деятельность не связанную с изменением ситуации, носят ярко выраженный защитный характер.

Установлена также прямая корреляция между отрицанием и поиском решения проблемы ($r_s = 0,289$; $p \leq 0,05$). Это связь не совсем логична, но, по всей видимости, даже отрицая проблему, юноши и девушки понимают, что проблема все-таки существует и требует решения.

Выявлены обратные корреляции между замещением и поиском социальной поддержки ($r_s = -0,686; p \leq 0,01$), между замещением и социальным отвлечением ($r_s = -0,258; p \leq 0,05$), между общей напряженностью защиты и поиском социальной поддержки ($r_s = -0,384; p \leq 0,05$). Чем сильнее замещение, тем слабее поиск социальной поддержки и социальное отвлечение. Через замещение юноши и девушки разряжают негативные эмоции, возникшие при общении с людьми, которым они не могут ответить. Происходит перенос агрессии на других людей, чаще всего родных и близких. Чем выше общая напряженность психологической защиты, тем ниже поиск социальной поддержки. Когда бессознательно в трудных жизненных ситуациях срабатывают механизмы психологической защиты, юноши и девушки не обращаются за эмоциональной, информационной и деятельной помощью к сверстникам и взрослым. Фиксация на более примитивных способах снятия напряжения может быть связана с неблагоприятными условиями в микро-социальном окружении, когда ограничен доступ к социальной поддержке и социальному отвлечению.

Обнаружена обратная корреляция между рационализацией и эмоционально-ориентированным копингом ($r_s = -0,354; p \leq 0,05$), рационализацией и отвлечением ($r_s = -0,398; p \leq 0,05$). Чем выше рационализация, тем ниже эмоционально-ориентированный копинг и отвлечение. *Рационализация* это защита на уровне мышления, состоящая в осознанном использовании только той части отраженной информации, благодаря которой собственное поведение выглядит как хорошо контролируемое и не противоречащее объективным обстоятельствам. Рационализацию относят к зрелым механизмам защитного поведения, но, она, как и всякая другая защита, включается неосознанно и приводит к утере части объективной информации. Эмоционально-ориентированный копинг, (временно помогающий, через стабилизацию эмоционального состояния) и отвлечение (занятие другим делом) относительно адаптивны, но это способы поведения характеризующиеся осознанностью и адекватным восприятием действительности.

Тесная связь конфронтативного копинга и защитного поведения показывает его импульсивную, неосознаваемую и, следовательно, не рациональную природу. В связи с этим, при применении данной стратегии поведения может наблюдаться враждебность, конфликтность, неоправданное упорство, недостаточная целенаправленность и рациональная обоснованность поведения в проблемной ситуации. Все другие стратегии совладающего поведения в юношеском возрасте не имеют связи с защитным поведением или имеют связь с одним механизмом психологической защиты.

Таблица 5

**Коэффициенты корреляции между защитным и совладающим поведением в зрелом возрасте
[Correlation between protective and coping behavior in adulthood]**

Психологические защиты	Типы и стратегии совладающего поведения												
	КК	Д	С	ПСП	ПО	БИ	ПРП	ПП	ПОК	ЭОК	КОИ	О	СО
Вытеснение	-0,064	0,038	-0,158	0,201	0,089	0,136	-0,122	-0,008	-0,244	0,101	-0,002	0,236	-0,214
Регрессия	-0,009	0,236	0,086	0,117	0,241	0,248	-0,138	0,187	-0,264*	0,287*	0,134	0,295*	-0,054
Замещение	-0,096	0,111	-0,114	-0,352**	0,112	0,026	-0,250	-0,122	-0,412**	-0,029	-0,118	0,120	-0,421**
Отрицание	-0,165	-0,132	-0,101	0,046	-0,212	-0,101	0,127	0,036	0,123	-0,132	0,138	0,085	0,142
Проекция	-0,226	-0,222	0,058	0,164	-0,112	-0,14	-0,046	0,118	-0,078	-0,086	0,132	0,126	0,101

Психологические защиты	Типы и стратегии совладающего поведения												
	КК	Д	С	ПСП	ПО	БИ	ПРП	ПП	ПОК	ЭОК	КОИ	О	СО
Гипер-компенсация	-0,158	-0,086	-0,142	0,034	-0,144	-0,112	-0,056	0,152	0,002	-0,078	0,201	0,158	0,038
Рационализация	-0,154	-0,088	0,204	0,198	-0,006	0,008	0,236	0,287*	0,258	0,096	0,243	0,121	0,248
ОНЗ	-0,329*	0,002	-0,026	0,236	-0,046	0,08	-0,016	0,236	-0,132	0,058	0,152	0,248	-0,006

Примечание. КК — конфронтативный копинг, Д — дистанцирование, С — самоконтроль, ПСП — поиск социальной поддержки, ПО — принятие ответственности, БИ — бегство-избегание, ПРП — поиск решения проблемы, ПП — положительная переоценка, ПОК — проблемно-ориентированный копинг, ЭОК — эмоционально-ориентированный копинг, КОИ — копинг ориентированный на избегание, О — отвлечение, СО — социальное отвлечение.

* $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$.

Как видно из таблицы 5, установлены прямые корреляции между рационализацией и положительной переоценкой ($r_s = 0,287$; $p \leq 0,05$), регрессией (возвращение к более ранним детским формам поведения) и эмоционально-ориентированным копингом ($r_s = 0,287$; $p \leq 0,05$), регрессией и отвлечением ($r_s = 0,295$; $p \leq 0,05$). Рационализация считается зрелым механизмом защиты, в котором ведущую роль играет мышление. Положительная переоценка, чаще всего, есть конструктивный способ совладания, при котором происходит переосмысление трудной жизненной ситуации, что может способствовать личностному росту. Чем выше рационализация, тем выше положительная переоценка. *Регрессия* относится к примитивным формам защиты, при этом человек возвращается к более ранним детским формам поведения. Эмоциональное совладание и отвлечение, чаще всего, относятся к неконструктивным способам поведения. Чем сильнее регрессия, тем сильнее эмоционально-ориентированный копинг и отвлечение. Таким образом, в зрелом возрасте конструктивный способ совладания связан со зрелой защитой, которая формируется в подростковом возрасте, и является одной из основных защит взрослого человека. В основе неконструктивных способов совладания лежат примитивные механизмы защиты, которые формируются на ранних этапах онтогенеза.

Выявлены обратные корреляции между компенсацией и конфронтативным копингом ($r_s = -0,278$; $p \leq 0,05$), общей напряженностью защиты и конфронтативным копингом ($r_s = -0,397$; $p \leq 0,05$), замещением и поиском решения проблемы ($r_s = -0,352$; $p \leq 0,01$), регрессией и проблемно-ориентированным копингом ($r_s = -0,264$; $p \leq 0,05$), замещением и проблемно-ориентированным копингом ($r_s = -0,412$; $p \leq 0,01$), замещением и социальным отвлечением ($r_s = -0,421$; $p \leq 0,01$). Чем сильнее компенсация и общая напряженность психологической защиты, тем слабее конфронтативный копинг. Чем выше замещение, тем ниже поиск решения проблемы, проблемно-ориентированный копинг и социальное отвлечение. Чем сильнее регрессия, тем менее вероятно, что человек сможет сосредоточить свои усилия на решении, возникших проблем. Если замещение и регрессия являются стилевыми защитами, то это мешают человеку использовать конструктивные сознательные стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях. Полученные данные показывают, что психологические защиты и совла-

дающее поведение в зрелом возрасте часто есть альтернативные формы поведения в трудных жизненных ситуациях.

Выводы

В ходе проведенного исследования было установлено, что юноши и девушки, мужчины и женщины справляются с трудными жизненными ситуациями за счет разных стратегий поведения.

Юноши и девушки чаще используют неконструктивные способы совладающего поведения для того, чтобы справиться с трудными стрессовыми ситуациями, по сравнению с мужчинами и женщинами.

Женщины гораздо лучше владеют сознательными стратегиями поведения и, следовательно, более эффективно справляются с трудными стрессовыми ситуациями, по сравнению с мужчинами.

Высокая выраженность проекции как механизма психологической защиты во всех группах испытуемым свидетельствует о том, что жители радиоактивных территорий не желают брать на себя ответственность за свою жизнь, а пассивно ожидают помощи без каких-либо самостоятельных действий, направленных на разрешение своих проблем.

В юношеском и в зрелом возрасте представители мужского пола, замещение как механизм психологической защиты, который включается в трудных жизненных ситуациях бессознательно, используют чаще, чем представители женского пола.

В юношеском возрасте существуют больше связей между механизмами психологической защиты и конфронтативным копингом как стратегией совладающего поведения, чем в зрелом возрасте. Агрессивные усилия, направленные на активное отстаивание своего мнения и желаний в отношениях с окружающими и попытки добиться своего, через хаотичную деятельность, не связанную с изменением ситуации, носят в юношеском возрасте ярко выраженный защитный характер.

Замещение не позволяет использовать конструктивные способы совладания и в юношеском, и в зрелом возрасте.

Полученные результаты исследования могут быть использованы специалистами социальных служб, учебных и медицинских учреждений для помощи жителям радиоактивно загрязненных территорий в выработке эффективных способов сознательного поведения в трудных жизненных ситуациях. Данные исследования служат важной основой для реализации адресной социально-психологической помощи населению, проживающему на радиоактивно загрязненных территориях.

В будущем авторы планируют провести исследование, направленное на сравнительное изучение совладающего и защитного поведения жителей радиоактивно загрязненных территорий и жителей условно чистых территорий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Борисова И.В., Ермакова Е.А. Защитное и совладающее поведение юношей и девушек из полных и неполных семей // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2017. № 3 (17). С. 87—92.

- Вассерман Л.И., Абабков В.А., Трифонова Е.А.* Совладание со стрессом: теория и психодиагностика: учебно-методическое пособие / под ред. Л.И. Вассермана. СПб.: Речь, 2010. 192 с.
- Грановская Р.М., Никольская И.М.* Психологическая защита у детей. СПб.: Речь, 2010. 352 с.
- Крюкова Т.Л., Гущина Т.В.* Культура, стресс и копинг: социокультурная контекстуализация исследований совладающего поведения: монография. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2015. 236 с.
- Мельницкая Т.Б., Белых Т.В.* Особенности копинг-поведения населения, проживающего на радиоактивно загрязненных территориях России // Психологические исследования. 2012. Т. 5. № 24. С. 11. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 01.07.2017).
- Моляко В.А.* Психологические последствия Чернобыльской атомной катастрофы // Развитие личности. 2016. № 2. С. 32—52.
- Мухина В.С.* Возможность возникновения «комплекса жертвы» пострадавших от аварии на ЧАЭС // Феноменология развития и бытия личности: избр. психол. тр. Москва—Воронеж: МПСИ; МОДЭК, 1999. С. 523—527.
- Нартова-Бочавер С.К.* “Coping behavior” в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 5. С. 20—29.
- Романова Е.С., Гребенников Л.Р.* Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика. Мытищи: Изд-во «Талант», 1996. 144 с.
- Румянцева Г.М., Марголина В.Я., Плыплина Д.В.* и др. Восприятие рисков населением, проживающим на загрязненных вследствие аварии на Чернобыльской АЭС территориях // Радиация и риск. Вып. 10. 1997. С. 160—165.
- Хавыло А.В.* Социально-психологические проблемы жизнедеятельности и жизненные реакции населения радиоактивно загрязненных территорий России после аварии на Чернобыльской АЭС в отдаленном периоде: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. СПб., 2015. 16 с.
- Ялтонский В.М., Сирота Н.А.* Психология совладающего поведения: развитие, достижения, проблемы, перспективы // Совладающее поведение: современное состояние и перспективы / под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. М.: Институт психологии РАН, 2008. С. 21—54.
- Amirkhan J.H.* A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator // Journal of Personality and Social Psychology. 1990. Vol. 4. P. 1066—1074.
- Billings, A.G., Moos, R.H.* Coping, stress, and social resources among audits with unipolar depression // Journal of Personality and Social Psychology. 1984. Vol. 46. No. 4. P. 877—891.
- Borisova I.V., Borisova U.N.* Conducting Behavior Features among the Pensioners with Different Gender // International Journal of Advanced Biotechnology and Research. 2017. Vol. 8. No. 3. P. 2340—2344.
- Folkman S., Lazarus R.S.* Coping as a mediator of emotion // Journal of Personal and Social Psychology. 1998. Vol. 54. P. 466—475.
- Frydenberg E.* Coping Competencies // Theory into Practice. 2004. Vol. 43. No. 1. P. 14—22.
- Heim E.* Coping and psychosocial adaptation // Journal of Mental Health Counseling. 1988. Vol. 10. P. 136—144.
- Maddi S.R.* The personality construct of hardiness: Effects on experiencing, coping, and strain // Consulting Psychology Journal: Practice and Research. 1999. Vol. 51. No. 2. P. 83—94.
- Plutchik R., Kellerman H., Conte H.R.* A structural theory of ego defenses and emotions // Emotions in personality and psychopathology / Ed. by C.E. Izard. New York: Plenum Press, 1979. P. 229—257.

Skinner E.A., Edge K. Parenting, motivation, and the development of coping. Lincoln: University of Nebraska Press, 2002. P. 77—143.

Weber H. Breaking the rules: Personal and social responses to coping norm-violations // *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*. 2003. Vol. 16. No. 2. P. 133—153.

© Борисова И.В., Гулакова Е.С., 2017

История статьи:

Поступила в редакцию: 3 июля 2017

Принята к печати: 22 декабря 2017

Для цитирования:

Борисова И.В., Гулакова Е.С. Совладающее и защитное поведение жителей радиоактивно загрязненных территорий в зависимости от возраста и пола // *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика*. 2018. Т. 15. № 1. С. 79—93. doi: 10.22363/2313-1683-2018-15-1-79-93

Сведения об авторах:

Борисова Ирина Вадимовна — кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и профессиональной психологии Брянского государственного университета им. академика И.Г. Петровского (Брянск, Россия). E-mail: Irmarbor1@yandex.ru

Гулакова Елена Сергеевна — студентка Брянского государственного университета им. академика И.Г. Петровского (Брянск, Россия). E-mail: lenokgulakova@yandex.ru

COPING AND PROTECTIVE BEHAVIOR OF RESIDENTS OF RADIOACTIVE CONTAMINATED TERRITORIES DEPENDING ON AGE AND GENDER

Irina V. Borisova, Elena S. Gulakova

Bryansk State Academician I.G. Petrovski University
Bezhitskaya str., 14, Bryansk, Russia, 241036

Abstract. The article examines the results of an empirical study of the coping and protective behavior of the residents of radioactive contaminated territories, depending on age and gender. The specifics of coping and protection are revealed depending on age and gender. It is shown that young men and women more often use non-constructive ways of coping behavior to cope with difficult life situations, in comparison with adult men and women. Men are worse than women at relieving stress and maintaining self-esteem in difficult life situations through the use of coping strategies. It was established that the residents of radioactive territories do not want to take responsibility for their lives, but passively expect assistance without any independent actions aimed at resolving their problems. It was revealed that substitution as a mechanism of psychological defense is more pronounced in adolescent and mature men than in girls and women, respectively. The relationship between defensive and coping behavior in adolescence and adulthood was described. It was established that in adolescence, confrontational coping, manifested through aggressive efforts aimed at actively asserting one's opinion and desires in relations with others and trying to have one's own way, through chaotic activities that do not change

the situation, is closely related to the mechanisms of psychological defense. Substitution does not allow the use of constructive ways of coping both in adolescence and in adulthood. The results of the study can be used to provide psychological assistance to residents of radioactive contaminated areas.

Key words: coping behavior, defensive behavior, difficult life situations, youthful age, mature age, residents of radioactive contaminated territories

REFERENCES

- Amirkhan, J.H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, (4), 1066—1074.
- Billings, A.G., & Moos, R.H. (1984). Coping, stress, and social resources among audits with unipolar depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 877—891.
- Borisova I.V., & Borisova U.N. (2017). Conducting Behavior Features among the Pensioners with Different Gender. *International Journal of Advanced Biotechnology and Research*, 8(3), 2340—2344.
- Borisova I.V., & Ermakova E.A. (2017). Protective and coping behavior of boys and girls from full and incomplete families. *Voprosy psikhicheskogo zdorov'ya detei i podrostkov*, 3(17), 87—92. (In Russ.).
- Folkman, S., & Lazarus, R.S. (1998). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personal and Social Psychology*, 54, 466—475.
- Frydenberg, E. (2004). Coping Competencies. *Theory into Practice*, 43(1), 14—22.
- Granovskaya, R.M., & Nikol'skaya, I.M. (2010). *Psikhologicheskaya zashchita u detei*. St. Petersburg: Rech'. 352 p. (In Russ.).
- Heim, E. (1988). Coping and psychosocial adaptation. *Journal of Mental Health Counseling*, 10, 136—144.
- Khavylo, A. V. (2015). *Sotsial'no-psikhologicheskie problemy zhiznedeyatel'nosti i stressovye reaktsii naseleniya radioaktivno zagryaznennykh territorii Rossii posle avarii na Chernobyl'skoi AES v otdalennom periode*. PhD in Psychology Thesis. St. Petersburg, 16 p. (In Russ.).
- Kryukova, T.L., & Gushchina, T.V. (2015). *Kul'tura, stress i koping: sotsiokul'turnaya kontekstualizatsiya issledovaniy sovladayushchego povedeniya: monografiya*. Kostroma: KGU im. N.A. Nekrasova, 236 p. (In Russ.).
- Maddi, S.R. (1999). The personality construct of hardiness: Effects on experiencing, coping, and strain. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51(2), 83—94.
- Mel'nitskaya, T.B., Belykh, T.V. (2012). Features of coping behavior of the population living on radioactively contaminated territories of Russia *Psikhologicheskie issledovaniya*, 5(24), 11. URL: <http://psystudy.ru> (Accessed: 1 July 2017). (In Russ.).
- Molyako, V.A. (2016). Psychological consequences of the Chernobyl nuclear catastrophe. *Razvitiye lichnosti*, (2), 32—52. (In Russ.).
- Mukhina, V.S. (1999). *Vozmozhnost' vzniknoveniya «kompleksa zhertvy» postradavshikh ot avarii na ChAES*. In V.S. Mukhina (Ed.). *Fenomenologiya razvitiya i bytiya lichnosti: izbrannye psikhologicheskie trudy* (pp. 523—527). Moskva-Voronezh: MPSI : MODEK Publ. (In Russ.).
- Nartova-Bochaver, S.K. (1997). “Coping behavior” in the system of concepts of the psychology of personality. *Psikhologicheskii zhurnal*, 18(50), 20—29. (In Russ.).
- Plutchik, R., Kellerman, H., & Conte, H.R. (1979). A structural theory of ego defenses and emotions. In C.E. Izard (Ed.), *Emotions in personality and psychopathology* (pp. 229—257). New York: Plenum Press.
- Romanova, E.S., & Grebennikov, L.R. (1996). *Mekhanizmy psikhologicheskoi zashchity: genezis, funkcionirovanie, diagnostika*. Mytishchi: Talant Publ. 144 p. (In Russ.).

- Rumyantseva, G.M., Margolina, V.Ya., Plyplina, D.V. et al. (1997) Perception of risks by the population living on contaminated areas due to the Chernobyl accident. *Radiatsiya i risk*, (10), 160–165. (In Russ.).
- Skinner, E.A., & Edge, K. (2002). *Parenting, motivation, and the development of coping* (pp. 77–143). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Vasserman, L.I., Ababkov, V.A., & Trifonova, E.A. (2010). *Sovladanie so stressom: teoriya i psikhodiagnostika*. St. Petersburg: Rech' Publ. 192 p.
- Weber, H. (2003). Breaking the rules: Personal and social responses to coping norm-violations. *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*, 16(2), 133–153.
- Yaltonskii, V.M., & Sirota, N.A. (2008). Psikhologiya sovladayushchego povedeniya: razvitie, dostizheniya, problemy, perspektivy. In A.L. Zhuravleva, T.L. Kryukovoi, E.A. Sergienko (Eds.), *Sovladayushchee povedenie: sovremennoe sostoyanie i perspektivy* (pp. 21–54). Moscow: Institut psikhologii RAN. (In Russ.).

© Borisova, I.V., Gulakova, E.S., 2017

Article history:

Received: 3 July 2017

Revised: 21 November 2017

Accepted: 22 December 2017

For citation:

Borisova, I.V., & Gulakova, E.S. (2018). Coping and Protective Behavior of Residents of Radioactive Contaminated Territories Depending on Age and Gender. *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, 15 (1), 79–93. doi: 10.22363/2313-1683-2018-15-1-79-93

Bio Note:

Irina V. Borisova — PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of General and Professional Psychology, Bryansk State University named after Academician I.G. Petrovsky (Bryansk, Russia). E-mail: Irmabor1@yandex.ru

Elena S. Gulakova — student of the Bryansk State University named after academician I.G. Petrovsky (Bryansk, Russia). E-mail: lenokgulakova@yandex.ru