


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ
Кафедра общей и социальной психологии

РЕКОМЕНДОВАНО К ЗАЩИТЕ В ГЭК
Заведующий кафедрой
д-р.психол.н., доцент

 И. В. Васильева
20 июня 2023 г.

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
магистра
**КОПИНГ-СТРАТЕГИИ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН В УСЛОВИЯХ
ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ГЕНДЕРНОГО КОНФЛИКТА**

37.04.01 Психология:
Магистерская программа «Психология: личностное и организационное
консультирование»

Выполнила работу

Студентка 2 курса очной
формы обучения

Научный руководитель
(кан. психол. н., доцент)

Рецензент

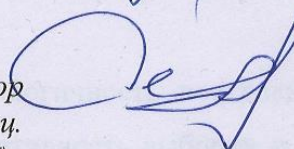
(доктор пед. н., профессор
кафедры общей и соц.
педагогике ИПИП ТюмГУ)



Деткова Аурика
Андреевна



Морева Галина
Ивановна



Селиванова Ольга
Антиевна

Тюмень
2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ГЕНДЕРНОГО ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО КОНФЛИКТА	9
1.1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В РЕШЕНИИ ГЕНДЕРНЫХ ВНУТРИЛИЧНОСТНЫХ КОНФЛИКТОВ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН	9
1.1.1. ФЕНОМЕНОЛОГИЯ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ГЕНДЕРНОГО КОНФЛИКТА МУЖЧИН И ЖЕНЩИН	9
1.1.2 СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМАТИКА СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В РЕШЕНИИ ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ГЕНДЕРНОГО КОНФЛИКТА	13
1.2 СУЩНОСТЬ ПОНЯТИЯ, ФАКТОРЫ И УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ГЕНДЕРНОГО КОНФЛИКТА И МЕХАНИЗМЫ ЕГО ФОРМИРОВАНИЯ	17
1.3. ЭВОЛЮЦИЯ НАУЧНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СОДЕРЖАНИИ ПОНЯТИЯ «КОПИНГ-СТРАТЕГИЯ», РОЛЬ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В РАЗРЕШЕНИИ ВНУТРИЛИЧНОСТНЫХ ГЕНДЕРНЫХ КОНФЛИКТОВ	26
ВЫВОДЫ ПО 1 ГЛАВЕ	39
ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЕ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН НАЛИЧИЕ ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ГЕНДЕРНОГО РОЛЕВОГО КОНФЛИКТА И ПРИМЕНЕНИЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ	41
2.1. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ	41
2.2. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН В ДВУХ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЯХ 28-33 ГОДА И 40-45 ЛЕТ В ВЫЯВЛЕНИИ ГЕНДЕРНОГО РОЛЕВОГО КОНФЛИКТА И ПРИМЕНЯЕМЫЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ДЛЯ ЕГО ПРЕОДОЛЕНИЯ	44
2.2.1 АНАЛИЗ ВОЗНИКНОВЕНИЯ, ПРОЯВЛЕНИЯ И РАЗЛИЧИЙ МЕЖДУ ГРУППАМИ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН ПО УРОВНЮ ВНУТРИЛИЧНОСТНОМУ ГЕНДЕРНОМУ РОЛЕВОМУ КОНФЛИКТУ	44
2.2.2. АНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЯ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ (Д.АМИРХАН «ИНДИКАТОР КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ»)	58
ВЫВОДЫ ПО 2 ГЛАВЕ	68
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	72
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. ОПРОСНИК «ДИАГНОСТИКА ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ГЕНДЕРНОГО РОЛЕВОГО КОНФЛИКТА»	79
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. МЕТОДИКА НЕЗАКОНЧЕННЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ	81

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. На сегодняшний день тема о снятии гендерных ограничений и изменение к гендерным ролям активно развивается и набирает обороты. Распределение домашних обязанностей, воспитание детей все чаще становится равноправными между мужчинами и женщинами. Размывается стереотип «мужской» и «женской» профессии, мужчины начинают чаще уходить в отпуск по уходу за ребенком, а женщины строят профессиональную карьеру.

Осознание новых гендерных ролей, приводит соответственно к изменению в оценке своих мужских и женских качеств, гендерной самореализации. Возникает противоречие, связанное с одной стороны с появлением новых возможностей, новых условий для самореализации, а с другой стороны наличием традиционных представлений и стереотипов, которые оформляются в сознании с детства. Это противоречие часто приводит к возникновению внутриличностных гендерных ролевых конфликтов.

Тема гендерного конфликта продолжает быть актуальной в связи необходимостью понимания, какие чаще всего стратегии поведения применяют мужчины и женщины в ситуации решения конфликта.

В жизни имеется огромное множество видов стратегий поведения, единой общепринятой классификации на сегодняшний день не существует. В стрессовой ситуации, человек сам принимает решение как ему справиться с тревожным состоянием и нормализовать его. Выбор совладающего поведения зависит от эмоционального состояния человека, от продолжительности внутриличностного конфликта, от ресурсов и способов совладания с самим собой. Выбор эффективного способа совладающего поведения позволяет разрешить гендерный конфликт более мягко, и, в конечном счете, более успешно.

Степень разработанности проблемы. Внутриличностный конфликт гендерных ролей можно определить как одно из малоизученных явлений в психологии. Он является частной формой проявления внутриличностного конфликта.

В работах многих ученых процесс переживания внутриличностного конфликта связывается с такими сопутствующими феноменами как переживание психосоматических нарушений (И. Н. Тартаковская, Р. А. Фридман), стресса (Ф. Е. Василюк), повышением личностной тревожности (А. А. Ершов, Е. Т. Соколова), депрессией (А. О. Васильева). Переживание гендерного конфликта также сопровождается симптоматикой психического дискомфорта, спектром негативных эмоциональных переживаний. Причиной этому выступает напряжение из-за продолжительной перестройки внутреннего мира личности и отражения переживания актуальной конфликтной ситуации в социальной среде. Согласно мнению О.Н. Истратовой в представлениях мужчин о супружеском партнере преобладают традиционные характеристики супруги, а у женщин смешанные характеристики.

Среди типичных гендерных внутриличностных конфликтов можно выделить следующие: конфликт профессиональных ролей и гендерной компетенции, кризис двойственной идентичности, кризис маскулинности, страх потери/обретения женственности, кризис несостоявшейся маскулинности, возникающий как результат специфических эмоциональных переживаний человека, связанных с особенностями его гендерной идентичности (О. А. Гаврилица, О. М. Здравомыслова, В. В. Знаков, М. Кауфман, В. А. Лабунская, Е. Н. Луковицкая, Л. Н. Ожигова, Г. В. Турецкая).

В работах многих ученых процесс переживания внутриличностного конфликта связывается с такими сопутствующими феноменами как переживание психосоматических нарушений (И. Н. Тартаковская, Р. А. Фридман), стресса (Ф. Е. Василюк), повышением личностной тревожности (А. А. Ершов, Е. Т. Соколова), депрессией (А. О. Васильева).

По мнению большинства ученых (О. А. Гаврилица, А. А. Головачева, И. С. Клецина, Е. Е. Корнеева) основными детерминантами формирования гендерного внутриличностного конфликта являются гендерные стереотипы. Л. Н. Ожигова отмечает, что биологический пол как одна из основополагающих характеристик индивида определяет направление поведения личности и выступает механизмом реализации множественных личностных смыслов индивида.

В научной литературе по совладающему поведению пока не существует общих и единых взглядов на взаимосвязь совладания и гендерных внутриличностных конфликтов, а также на то, как гендер влияет на совладающее поведение. Р. С. Лазарус говорит, что не существует установленных различий в поведенческих стратегиях между мужчинами и женщинами.

С другой стороны, многочисленные современные исследования по совладающему поведению доказывают, что на выбор его стратегий существенно влияют гендерные стереотипы, преобладающие у личности. С. К. Нартова-Бочавер отмечает, что феминные личности, как женщины, так и мужчины, склонны к выражению эмоциональных реакций на стрессовые или сложные жизненные ситуации. Маскулинные личности вне зависимости от своего биологического пола выбирают проактивное совладание, отдавая предпочтение изменению проблемной ситуации.

Объектом исследования выступает поведение мужчин и женщин.

Предметом исследования является связь гендерного ролевого конфликта мужчин и женщин и копинг-стратегий.

Цель исследования: Определить наличие/отсутствие связи между уровнем ролевого конфликта и способом совладающего поведения в конфликте.

Задачи исследования:

1. Определить наличие или отсутствие внутриличностного ролевого конфликта;
2. При наличии внутриличностного ролевого конфликта выявить причину возникновения;
3. Выделить какие копинг-стратегии внутриличностного ролевого конфликта применяют мужчины и женщины для его разрешения.

Теоретическая платформа. Рассматриваются взгляды как зарубежных, так и отечественных ученых. Зарубежные исследователи выделяют три подхода к определению внутриличностного конфликта: психодинамический (А. Адлер, З. Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни, К. Юнг), социодинамический (Дж. Доллард, Н. Миллер, Б. Ф. Скиннер), когнитивистский (К. Левин, А. Маслоу, К. Роджерс). В отечественных работах также выделяют три подхода в изучении внутриличностного конфликта: культурно-исторический (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, А. Р. Лурия), деятельностный К. А. Абульханова-Славская., Б. Г. Ананьев, Б. С. Братусь, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, В. А. Петровский), формально-динамический.

Так же С.Бем анализируются причины гендерных конфликтов внутри личности, а также известные концепции, можно обратить внимание на теоретические модели - концепцию гендерной способности (социальной), основанную на основных положениях гендерной теории. Группы скорее сходны, чем различны, социальный статус мужчин и женщин в сфере статуса общественной и частной жизни не должен основываться на принципах иерархии. Каждая гендерная характеристика не может быть основанием или оправданием ситуации гендерное неравенство.

Представитель третьего направления в изучении копинга, ресурсно-ориентированного, Д. Амирхан считал, что преодоление определенных стратегий выбора личности – это весьма устойчивая пожизненная характеристика, которая не зависит от типа вызвавшего активацию совладающего поведения стрессора. Исследователь определил эти стратегии

как базовые стратегии поведения личности и разделил их на три общих категории: активное решение, поиск социальной поддержки и бегство от проблем. По его мнению, активное решение проблемы и поиск социальной поддержки являются адаптивными стратегиями совладающего поведения, уклонение от проблемы – дезадаптивными.

Гипотезы исследования:

1. У женщины выше выражен уровень семейного ролевого конфликта; у мужчин выше уровень конфликта, связанного с работой.
2. Женщины в разрешении внутриличностного конфликта применяют разные копинг-стратегии, а мужчинам отдают предпочтение проактивному поведению в разрешении проблемы.
3. Существует связь между уровнем ролевого конфликта и копинг-стратегией.

Методы исследования.

- теоретические: был использован общенаучный поисковый метод: анализ научной, методической литературы и электронных информационных средств по ключевым словам для данной работы вопросам.

- эмпирические: опросник Г.Ф. Шакировой «Диагностика внутриличностного гендерного ролевого конфликта»; незавершенные предложения для изучения причин возникновения конфликта; методика исследования базисных копинг-стратегий - "Индикатор стратегий преодоления стресса" Д. Амирхана.

- статистических: обработка данных выполнялась с помощью программ Microsoft Office Excel, Statistica 5.0, IBM SPSS 23 на основе средних значений (первоначальная статистика), U-критерий Манна — Уитни, связь между у гендерным конфликтом и используемыми копинг-стратегиями рассчитывалось коэффициентом ранговой корреляции Спирмена.

Эмпирическая база.

В исследовании приняли участие мужчины и женщины, проживающие в Тюменской области, состоящие в браки и имеющие детей, в возрасте от 28-33 лет и от 40-45 лет, в количестве 86 человек. Из них 38 мужчин и 48 женщин.

Практическая значимость.

1. С помощью предоставленным методикам позволяет выявить внутриличностный гендерный ролевой конфликт по пяти сферам его образования;
2. Результаты исследования могут использоваться для профилактики и коррекции изученного феномена с разработкой соответствующих тренингов;

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ГЕНДЕРНОГО ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО КОНФЛИКТА

1.1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В РЕШЕНИИ ГЕНДЕРНЫХ ВНУТРИЛИЧНОСТНЫХ КОНФЛИКТОВ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

1.1.1. ФЕНОМЕНОЛОГИЯ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ГЕНДЕРНОГО КОНФЛИКТА МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

Современный мир очень изменчив: меняются ценности, представления, идеалы, убеждения. Одно из направлений этих изменений – расширение представлений о гендерных ролях, поведении. Эти представления пока еще не превратились в устойчивые стереотипы. И все чаще перед каждым человеком встает что выбрать: то, что диктует группа, общество или то, что нравится человеку. С одной стороны существуют стереотипные представления, определяющие гендерную идентичность, поведение, роли (Мужчина должен содержать и обеспечивать семью, женщина – хранительница домашнего очага..). С другой стороны – новые представления (Женщина – это не кухарка, она должна развиваться, быть независимой...). Часто это приводит к внутреннему конфликту, В силу своих возможностей человек находит для себя наиболее удовлетворяющее для себя поведение, чтобы справиться с внутренним стрессом. Покажем это на примере.

Пример 1.

Алексей 35 лет, женат, имеет сеть магазинов по продаже сувенирной продукции. Считает, что мужчина как глава семьи должен полностью семью обеспечивать и содержать. В октябре родился ребенок и на семейном совете был принят план развития семьи на следующие годы: жена шила на заказ детские вещи, заказов поступает много, терять клиентов ей не хотелось, а значит, пусть она продолжает работать после родов, а Алексей будет следить за ребенком. Алексей не был готов к такому решению, но решил попробовать и

уступить жене. Со временем у Алексея появился «комплекс неполноценности»: что жена стала зарабатывать больше, на его плечи легли «домашние обязанности», уход за ребенком. Алексею пришла идея: фотографировать своего ребенка в одежде, которую сшила жена, выкладывал в интернет. Начал развивать свой блог, а уже через пару недель мамочки с площадки активно интересовались, как он сам справляется с ребенком. Алексей начал активно вести страничку в социальной сети, что стало ему приносить дополнительный заработок.

Пример 2.

Дмитрий попал под сокращение на работе. На прежнем месте Дмитрий проработал более 25 лет, и уже, будучи пенсионером, продолжал свою трудовую деятельность. В организации, где работал Дмитрий, произошли перемены, начался кризис, и руководству пришлось сократить рабочие места. Он этого ожидал, но надеялся, что это обойдет его стороной. Шок связан с потерей значимого места в обществе, разрывами связей и утратой социального статуса. Мужчина испытал потерю главного смысла жизни, а на эмоциональном уровне - признаки стрессового расстройства. Дмитрию было тяжело пережить перемены, он чувствовал себя беспомощным, пустым и ненужным человеком. Начал выпивать алкоголь, сначала он контролировал, сколько выпивает, а со временем и вовсе потерял контроль. Родным и близким объяснил свой выбор тем, что так ему легче жить и менять он ничего не будет.

Пример 3.

Валентина испытывает ощущение пустоты, ненужности и бессмысленной жизни в период психологического отделения повзрослевших детей. Ей 58 лет у нее трое взрослых парней, муж умер 2 года назад. Она терзает себя воспоминаниями, когда она была так нужна своим сыновьям. Только в этом она видела сущность женщины – хранительница домашнего очага. Дети были смысл ее жизни, она никогда не работала, создавала домашний уют, и все домашние дела и как они проведут выходные лежали на ней. Теперь дети звонят не часто, а приезжают еще реже. Из-за переживаний у Валентины

началась бессонница, тревожность, появились психосоматические симптомы. Вскоре Валентина встретила давнюю знакомую, которая позвала ее в группу скандинавской ходьбы и она приняла решение пойти туда, решение ей далось не просто. Там она познакомилась с женщинами, которые вяжут на заказ одежду. Валентина вступила к ним в клуб и теперь у нее есть заказы. Она бы никогда не подумала, что может на своем хобби зарабатывать хорошие деньги, думала, что заработок это мужская обязанность.

Пример 4.

Алла 45 лет, замужем, мать двоих детей, домохозяйка. Утро ее всегда начинается одинаково: готовит завтрак мужу и детям, провожает его на работу, отводит детей в школу. По пути обратно заходит в магазин покупает продукты, готовит ужин, занимается уборкой. В свободное время читает новости о проведенных матчах по боксу, мечтает о посещении спортивного зала и фигуры с мышцами и с кубиками на животе. Втайне ведет «блог» в социальной сети по правильному и спортивному питанию на наращивание массы тела. Алла испытывает чувство стыда, потому что она не может признаться самой себе в том, что ей хочется больше внимания уделять своему хобби. Считает, что женщина в таком возрасте не может интересоваться боксом, да еще и качать свое тело. Алла начала испытывать апатию, потерю интереса к жизни, трудность в принятии выбора и принятии решения. Она решилась перед сном поделиться с мужем своими переживаниями. Муж ее поддержал и подарил ей абонемент в спортивный зал возле дома. Алла начала более активно вести «блог» в социальной сети больше она не держала это в тайне, муж и дети Аллу поддерживали и гордились ее достижениями.

Пример 5

Мария 42 года, занимает высокую должность – финансовый директор в крупной компании. Со своими подчиненными она очень требовательная и строгая. Часто повышает голос, если не вовремя получает отчет, если опаздывает сотрудник или кто-то одет не по дресс-коду. Она хочет быть женщиной не только дома, но и на работе. Считает, что такую должность

вообще должен занимать мужчина, но в силу своего финансового положения ей приходится занимать данную должность. Мария понимала, что больше она так работать не хочет и не может, но выход из ситуации она найти не могла. В кругу друзей и семьи она мягкая, добрая и заботливая, а на работе полная противоречивость своего образа. Работа ее изматывала, но никогда этого не показывала и себе в этом не признавалась, вела, так как будто ничего не произошло. Спустя некоторое время решила взять ситуацию под контроль: контролировать свои эмоции, давать больше отдыхать и себе и своим сотрудникам и по итогу года она заметила, что эффективность работоспособности увеличилась.

Пример 6.

Анатолий 19 лет, работает администратором в салоне красоты. Должность ему не нравится тем, что ему приходится мыть пол, протирать зеркала, т.е. делать всю женскую работу за своими сотрудницами. Это унижительно считает он, прибираться за девушками. В последнее время стал обращать внимание на то, что мужской пол все чаще и чаще ходит в маникюрный салон. Он не понимает, зачем они его делают, бурно осуждает их за спиной со своими сотрудниками. Мужчина должен зарплату в дом приносить, а не на маникюр тратить. Он не смог совладать со своими эмоциями, внутри у него была злость и скрытая агрессия. Клиентов-мужчин встречает с презрением, ярко демонстрирует свое отвращение к данной процедуре. Анатолий принял решение уволиться с работы и должность администратора больше не рассматривать в своей кандидатуре.

Пример 7.

Андрей 36 лет, женат, есть ребенок, работает менеджером в небольшой фирме. Хочет быть главным в доме, основной заработок в дом приносит он, он добытчик в семье, то и командовать должен он, но жена доминирует, и дома командует она, а он как «настоящий мужчина» не спорит с ней и подчиняется. Его раздражает, что она решает какую одежду ему одеть, кому и как ответить или даже может ответить за него, что из одежды ему купить, что лучше не

брат. Из-за досконального контроля у Андрея началась апатия, «Зачем что-то делать, если все равно нужно будет делать так, как хочет жена?!». Он стал замыкаться в себе, больше молчать, потому что любое его решение она опровергала и выставляла глупым. Сначала у него была злость, но со временем он поймал себя на мысли, ему это удобно и выходить из «зоны комфорта» он не будет, решил «смириться с такой судьбой». Отметил для себя то, что главным добытчиком остается в семье он и жилплощадь, на которой они проживают, принадлежит ему.

Современное общество стремительно развивается и соответственно это приводит к разрушению типичных стереотипов и гендерного неравенства. У человека возникает стремление сохранить свою индивидуальность и нетипичность, что приводит к внутриличностному конфликту. Возникающий гендерный ролевой конфликт разрешается (или не разрешается) посредством использования разных стратегий совладающего поведения, которые ему кажутся более подходящим или выгодным в данной ситуации.

1.1.2 СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМАТИКА СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В РЕШЕНИИ ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ГЕНДЕРНОГО КОНФЛИКТА

Смещение социальных норм и ролей приобретают особую актуальность между нормативными представлениями о чертах личности и особенностях поведения мужчин и женщин с невозможностью или нежеланием личности соответствовать этим представлениям.

Согласно данным Росстата работающих россиянок с детьми до 6 лет становится больше – за 10 лет их число увеличилось с 62,8% до 67,1%. Возрастающий рост связан с тем, что с одной стороны появилось больше возможностей для реализации женщины в профессиональном плане, например, работать дистанционно, а с другой стороны с желанием сохранить и развивать

свои профессиональные способности, строить карьеру и быть независимой и свободной [Федеральная служба государственной статистики: официальный сайт. Москва. URL: <https://rosstat.gov.ru> (дата обращения 20 декабря 2021)].

В России развивается тенденция, когда мужчина вместо женщины идет в декретный отпуск. По информации ФСС в 2017 году на 644 тысяч женщин в декрете приходилось 13,3 тысячи мужчин, а в 2018 году на 670 тысяч женщин 13,7 тысяч мужчин. В России эта возможность появилась в 2007 году, поэтому является пока не достаточно развитой в нашей стране, в зарубежной практике данное направление более развито и пользуется большей популярностью [Фонд социального страхования Российской Федерации: официальный сайт. Москва. URL: <https://fss.gov.ru> (дата обращения 20 декабря 2021)].

Равная оплата за труд равной ценности предусмотрена Целями устойчивого развития (ЦУР) ООН до 2030 года: Цель 5 «Обеспечение гендерного равенства и расширение прав и возможностей всех женщин и девочек» и Цель 8 «Содействие поступательному, всеохватному и устойчивому экономическому росту, полной и производительной занятости и достойной работе для всех»; предусмотрена в Декларации Тысячелетия Международной Организации Труда о будущем труда, принятой на 108-й сессии Конференции МОТ [Шведова].

Осознание новых гендерных ролей, приводит соответственно к изменению в оценке своих мужских и женских качеств, гендерной самореализации. Возникает противоречие, связанное с одной стороны с появлением новых возможностей, новых условий, а с другой стороны наличием традиционных представлений и стереотипов, которые оформляются в сознании с детства. Это противоречие часто приводит к возникновению внутриличностных гендерных ролевых конфликтов.

Первые исследования феминистического направления начали проводиться в 60-х годах XX века зарубежными учеными: (А. Symonds, G. K. Baruch, R. C. Barnett, D. Nevill, S. Damico ets.). Внутриличностный гендерный конфликт в этих исследованиях считался исключительно женской проблемой. В

связи с тем, что на женщин возлагалось большое количество социальных и профессиональных ролей, самореализация, различные требования и нехватка физических ресурсов на их осуществление. Чуть позднее R.Kopelman, J. Greenhaus, T. Connolly (1983) и A. Christopher, Higgins, L.E. Duxbery (1992) стали изучать и внутриличностные конфликты мужчин, которые относятся к проблемам исполнения традиционно мужского статуса в изменившихся социальных условиях. Успешность жены, и статус «суперженщины» негативно проявляется на физическом состоянии мужа, в снижении активности к самореализации и достижении целей [Лопухова].

Тема гендерного конфликта продолжает быть актуальной в связи необходимостью понимания, какие стратегии совладающего поведения в ситуации решения конфликта (копинги) могут быть эффективными (неэффективными).

В жизни имеется огромное множество видов копинг-поведения, единой общепринятой классификации на сегодняшний день не существует. В стрессовой ситуации, человек сам принимает решение как ему справиться с тревожным состоянием и нормализовать его. Выбор совладающего поведения зависит от эмоционального состояния человека, от продолжительности внутриличностного конфликта, от ресурсов и способов совладания с самим собой. Согласно исследованию в когнитивной сфере в ситуации супружеского конфликта 75% мужчин и 57,7% женщин демонстрируют сравнительно продуктивный копинг, стремятся разобрать ситуацию, придать смысл проблемной ситуации, и сравнить свою ситуацию с проблемами других людей. В эмоциональной сфере 65% мужчин и 37,5% женщин, состоящие в браке, довольно часто используют непродуктивные варианты копинг-поведения. Они проявляют отрицательные эмоции, становятся раздражительными, агрессивными; показывают покорность, подавляют эмоции. Женщины в эмоциональной сфере чаще мужчин используют продуктивные копинг-стратегии – 45% и 33,5%. Для поведения в ситуации конфликта для мужчин и женщин, состоящих в браке, в большей степени характерны относительно

продуктивные варианты. При возникновении подобных ситуаций они чаще всего стараются забыть о трудностях, стремятся переключиться на любимое дело, отвлечься и расслабиться. При этом женщины гораздо чаще мужчин демонстрируют подобные реакции в этой сфере (60% и 50% соответственно). Для мужчин в большей мере, чем для женщин, характерны непродуктивные варианты поведенческих стратегий (50% и 22,5% соответственно) [Мокиевская].

Кроме того, важно учитывать, что невозможно распределить копинг-поведения на эффективные и неэффективные, их успешное применение зависит исключительно от конкретной ситуации. При решении выхода из стрессовой ситуации, возможно применение нескольких стратегий преодоления проблемы.

Таким образом, выбор стратегии поведения играет важную роль в решении ролевого гендерного внутриличностного конфликта, правильно предпринятая стратегия несет за собой выход из стрессовой ситуации.

1.1.3. ПРОБЛЕМАТИКА СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ПРАКТИКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ, РАБОТАЮЩИХ С РОЛЕВЫМИ ГЕНДЕРНЫМИ КОНФЛИКТАМИ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

Внутриличностный конфликт является сложным многоуровневым, полиаспектным явлением, что обуславливает сложность его диагностики. Среди широкого спектра внутриличностных конфликтов выделяются конфликты в ценностно-мотивационной сфере и, в частности, ценностные, мотивационные и ценностно-мотивационные.

Одна из трудностей, с которой может столкнуться психолог при решении проблемы ролевого гендерного внутриличностного конфликта заключается в отсутствии диагностического инструментария для исследования гендерного конфликта. Заключение делается исключительно на субъективном описании ситуации и переживаний клиента. Трудность психолога также заключается в размытости ощущений и отношения человека к своему гендерному

внутриличностному конфликту: с одной стороны хочется изменений своих ролей, с другой стороны – страх потери своей гендерной идентичности.

Кроме того, исследователями не определены, и не описаны конкретные копинги-поведения, которые можно применить в разрешении гендерного конфликта. Каждый конфликт, нужно разбирать отдельно, при схожем гендерном конфликте, эффективность его преодоления будет, зависит от конкретной ситуации и от конкретного человека, учитывая все тонкости обстоятельств.

В своей работе мы не претендуем на создании методики, мы рассмотрим, какие стратегии поведения применяют люди в решении гендерного внутриличностного конфликта. Насколько оно эффективно и как при смене с непродуктивного копинг-поведения на продуктивный приводит к положительному результату.

Ожидаемые результаты нашей работы состоят в том, что с помощью существующих методик наметить некоторые пути изучения гендерного внутриличностного ролевого конфликта, выявить факторы возникновения, и определить какие стратегии поведения применяются для разрешения ролевого конфликта.

1.2 СУЩНОСТЬ ПОНЯТИЯ, ФАКТОРЫ И УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ГЕНДЕРНОГО КОНФЛИКТА И МЕХАНИЗМЫ ЕГО ФОРМИРОВАНИЯ

Внутриличностный конфликт гендерных ролей можно определить как одно из малоизученных явлений в психологии. Он является частной формой проявления внутриличностного конфликта. Рассмотрим взгляды зарубежных и отечественных ученых на содержание этого понятия.

Анализ работ зарубежных исследователей позволяет выделить три основных подхода к определению внутриличностного конфликта: психодинамический (А. Адлер, З. Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни, К. Юнг),

социодинамический (Дж. Доллард, Н. Миллер, Б. Ф. Скиннер), когнитивистский (К. Левин, А. Маслоу, К. Роджерс).

В рамках психодинамического подхода подчеркивается связь внутриличностного конфликта с постоянным психическим напряжением внутри личности из-за несоответствия требований социальной среды и желаний и биологических влечений личности. Представители социодинамического подхода внутриличностный конфликт считают «ошибкой воспитания», «плохой привычкой» и непродуктивным результатом научения. А ученые, работающие в рамках когнитивистского направления, определяют сущность внутриличностного конфликта как форму борьбы между разными потребностями, проблему несоответствия элементов Я-концепции [Ветерок].

В отечественных работах можно выделить также три подхода в изучении внутриличностного конфликта: культурно-исторический (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, А. Р. Лурия), деятельностный К. А. Абульханова-Славская., Б. Г. Ананьев, Б. С. Братусь, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, В. А. Петровский), формально-динамический.

В рамках культурно-исторического подхода внутриличностный конфликт – это психологический феномен, проявляющий себя в ситуации возрастных нормативных кризисов; это столкновение двух выраженных и зачастую противоположных по направленности личностных тенденций, желаний, стремлений [Шакирова].

Представители деятельностного подхода понимают внутриличностный конфликт как столкновение двух линий активности в пространстве реализации личностных стремлений [Шакирова]. Представители формально-динамического подхода считают, что внутриличностный конфликт – это нарушение изначально целостного образа «Я».

В современной науке из-за повышенного интереса к теме гендерных особенностей личности возникло течение, изучающее гендерные внутриличностные конфликты [Воеводина].

Среди типичных гендерных внутриличностных конфликтов можно выделить следующие: конфликт профессиональных ролей и гендерной компетенции, кризис двойственной идентичности, кризис маскулинности, страх потери/обретения женственности, кризис несостоявшейся маскулинности, возникающий как результат специфических эмоциональных переживаний человека, связанных с особенностями его гендерной идентичности (О. А. Гаврилица, О. М. Здравомыслова, В. В. Знаков, М. Кауфман, В. А. Лабунская, Е. Н. Луковицкая, Л. Н. Ожигова, Г. В. Турецкая).

В работах многих ученых процесс переживания внутриличностного конфликта связывается с такими сопутствующими феноменами как переживание психосоматических нарушений (И. Н. Тартаковская, Р. А. Фридман), стресса (Ф. Е. Василюк), повышением личностной тревожности (А. А. Ершов, Е. Т. Соколова), депрессией (А. О. Васильева). Переживание гендерного конфликта также сопровождается симптоматикой психического дискомфорта, спектром негативных эмоциональных переживаний. Причиной этому выступает напряжение из-за продолжительной перестройки внутреннего мира личности и отражения переживания актуальной конфликтной ситуации в социальной среде [Шакирова].

Можно отметить также существование гендерных внутриличностных конфликтов, связанных с семейными ролями. Так, О. Н. Истратова отмечает, что в представлениях мужчин о супружеском партнере преобладают традиционные характеристики супруги, а у женщин смешанные характеристики (как мужские, так и традиционно женские). Кроме того, ученая отмечает, что мужчины в целом более традиционны в своих ролевых ожиданиях в вопросах брачных отношений. Для них важна сексуальная привлекательность потенциальной супруги и особенности социальной активности. При этом тип брачных отношений – официальный брак или сожительство без регистрации – подстраивается уже непосредственно под семейные ожидания мужчины.

Для женщин существуют следующие отличия: в случае официальной регистрации брака для них свойственно проявлять эгалитарные ожидания не по поводу привлекательности супруга, а в сфере ожидания эмоционально-психотерапевтической функции брака [Истратова].

Обозначив основные разновидности внутриличностных конфликтов, связанных с гендерными ролями, рассмотрим подробнее причины и механизмы их формирования.

По мнению большинства ученых (О. А. Гаврилица, А. А. Головачева, И. С. Клецина, Е. Е. Корнеева) основными детерминантами формирования гендерного внутриличностного конфликта являются гендерные стереотипы. Л. Н. Ожигова отмечает, что биологический пол как одна из основополагающих характеристик индивида определяет направление поведения личности и выступает механизмом реализации множественных личностных смыслов индивида [Шакирова].

Гендерные стереотипы – это социокультурные явления, усваиваемые индивидами в процессе социализации, поддерживаемые и культивируемые социальными институтами. Гендерные стереотипы – это не только вполне конкретные социальные нормы, но и общие представления о поведении мужчин и женщин, предполагающие множество вариантов и комбинаций статусов и ролевых моделей. Эти модели в разной степени конкретны, совместимы, социально одобряемы или неодобряемы и, главное, в разной степени реалистичны [Простотина].

П. П. Горностай предлагает следующую классификацию причин возникновения внутриличностных ролевых конфликтов:

1. Результат противоречий между полоролевым поведением и ожиданиями от самого себя.
2. Результат противоречий между полоролевыми ожиданиями, транслируемыми окружающими.
3. Результат противоречий разных социальных ролей.

4. Результат противоречий между социальной ролью и ролевыми представлениями «Я-концепции» личности. Имеется в виду возникновение несоответствия представлениям индивида об играемой им роли и о себе как субъекте этой роли [Горностай].

К зарубежным исследователям, объясняющим сущность гендерного конфликта с позиций ролевых теорий, относятся Б. Биддл, Т. Сарбин, Дж. Пьеро, А. М. Торрес, Р. Кан и Д. Кац, У. Гуд, М. Холстейн-Бек. Так, если воспользоваться определением одного из ведущих специалистов в области ролевых теорий Б. Биддла, то это «одно из многих возможных относительно длительных несоответствий между элементами представленными людьми ролей в социальной ситуации, которые привести к проблемам для одного или нескольких из этих людей как личностей» [Шакирова].

Для Т. Сарбина суть проблемы возникновения ролевого конфликта в полной мере представлена в понятии «Я-ролевого» согласия. Считается что в случае, если остальные условия одинаковы и характеристики «Я» соответствуют требованиям роли, то реализация роли ожидается более эффективной, чем в других случаях, когда роль и «Я» несовместимы. Эмпирическим показателем соответствия «Я» и ролей является самооценка индивидуальности роли. Дж. Пьеро и А. М. Торрес определили причину этого типа внутреннего конфликта как несоответствие между ролевыми ожиданиями и опытом ролевой ответственности [Шакирова].

Опираясь на теорию социальных ролей, Г. Гольштейн-Бек выделяла следующие причины гендерного конфликта:

1. Отсутствие четкого и общепринятого определения отдельных ролей. Это повышает возможность использования различных критериев для оценки эффективности выполнения одной и той же роли.

2. Отсутствие у человека полного понимания и одобрения присвоенного ему статуса, направленных на него ожиданий и необходимых действий приравнивается, таким образом, к отсутствию желания или способности идентифицироваться с ролью.

3. Чрезмерное или противоречивые социальные ожидания людей, связанные с исполняемой ролью.

4. Чрезмерные или противоречивые ожидания от одного человека, играющего сразу несколько ролей [Шакирова].

Поэтому в трактовке этой группы исследователей сущность гендерного конфликта сводится к внутреннему субъективному переживанию индивида в силу феномена гендерно-ролевой дифференциации и иерархии мужского и женского статусов. Можно сделать вывод, что тип конфликта возникает при несоответствии личностных качеств, внутренних ценностей, представлений, потребностей личности установленной социальной роли или ролевому поведению. Субъективное «я» находится в противоречии с социальной ролью, в которой находится индивид. Основное положение этой позиции заключается в том, что гендерный конфликт представляет собой противоречие между нормативными представлениями о личности и особенностях поведения мужчин и женщин и неспособностью или нежеланием индивидов соответствовать требованиям этих представлений. Этот конфликт отражает противоречие между подструктурами личности. Иными словами, «я» как личность – «я» как представитель гендерной группы. В основе гендерного конфликта лежит феномен гендерно-ролевой дифференциации и иерархического положения мужчин и женщин в современном обществе.

Теория гендерной социализации может быть полезна с точки зрения объяснительной интерпретации возникновения разных типов гендерного конфликта. С точки зрения этой теории, гендерные конфликты внутри всех типов индивидов являются нормативными предписаниями традиционного мужского и женского поведения и личностными потребностями индивида в реализации конкретных внегендерных благ и желаний столкновения [Горшкова].

Социальная роль человека — это форма социального взаимодействия, при которой определенное поведение воспроизводится в течение длительного периода времени. Половая роль человека является одним из видов социальных

ролей и является общепринятой моделью социального поведения, как мужчин, так и женщин.

Гендерная социализация – это процесс формирования у ребенка гендерной идентичности и усвоения содержания пола и социальной роли в интимных отношениях. Поэтому само существование гендерной социализации свидетельствует о неразрывном единстве пола и процесса формирования социальных ролей. На содержание гендерных ролей как вида социальной роли влияют устоявшиеся представления об образе мужчины и женщины, а именно гендерные стереотипы [Тулегенова].

С позиций теории гендерных схем, основанной на теории социального научения и теории когнитивного развития, мы объясняем возникновение феномена гендерного конфликта с помощью гендерной схемы, стандартизации и единообразия индивидуальных социально-психологических реакций, их частоты, многообразия мира, что, в свою очередь, препятствует развитию адаптивности и творчества личности.

С. Бем, автор андрогинного исследования, отследила многие аспекты поведения с точки зрения оценки степени мужественности или женственности [Чуркина]. По ее мнению, исключение гендерного конфликта внутри индивидуума является ярким признаком нетипичного личностного гендерного поведения, с точки зрения андрогинной оценки, доказывающего, что он может иметь как мужские, так и женские характеристики у людей с андрогинными чертами. Неудивительно, что эти люди внезапно переосмысливают состояние несогласия с важными гендерно-специфическими нормами, возникает несогласие в ожиданиях [Чуркина].

Кроме того, Бем анализируются причины гендерных конфликтов внутри личности, а также известные концепции, можно обратить внимание на теоретические модели - концепцию гендерной способности (социальной), основанную на основных положениях гендерной теории. Группы скорее сходны, чем различны, социальный статус мужчин и женщин в сфере статуса общественной и частной жизни не должен основываться на принципах

иерархии. Каждая гендерная характеристика не может быть основанием или оправданием ситуации гендерное неравенство.

По мнению И. С. Клециной, эта концепция дает не только иной способ объяснения причины гендерного конфликта, но и личностного пола, а также акцентирует внимание на способах предотвращения конфликта [Клецина].

Таким образом, были рассмотрены разные теоретические подходы в научной психологии, объясняющие первопричины внутриличностных гендерных конфликтов. Во всех перечисленных нами выше подходах к изучаемому вопросу гендерный конфликт, неважно внутренний или межличностный, воспринимается как нечто негативное. А именно как негативное психическое состояние индивида, которое формируется как результат болезненного столкновения социальных ожиданий референтной группы (группы, к которой человек принадлежит) в определении гендерных ожиданий от него и его собственного «Я», включающего в себя собственные представления о гендерных стереотипах, поведенческих гендерных особенностях и внутренних ценностях.

Системный подход к пониманию внутриличностного конфликта гендерных ролей предполагает следующее рассмотрение этого явления: гендерный внутриличностный конфликт возникает на основе гендера как структурного элемента личности. Под содержанием понятия «гендер» в этом подходе подразумевают подсистему личности, определенную ее социальным полом, включающую в себя смыслы, ценности, нормы социального поведения и систему специфического отношения к ним [Цебрук].

С точки зрения системологии, особенности гендерного конфликта на внутриличностном уровне выявляются в соотношении подструктур: «я как личность – я представитель гендерной группы», то есть через отношения внешние социально-оценочные характеристики и предметные роли биологического пола [Цебрук, с. 66].

Внутриличностные гендерные конфликты в той или иной мере свидетельствуют о дисбалансе в структуре гендерных ролей личности, что

является фактором формирования неврозов, психосоматических расстройств, преступного поведения, девиантного поведения. Важную роль в его преодолении играет и процесс адаптации к полу индивидуума.

Эффективность гендерно-ролевой адаптации зависит от того, как индивид воспринимает себя и свое окружение. При острой потребности в перестройке или приспособлении к новым условиям взаимодействия с окружающей средой может возникнуть конфликт гендерных ролей, для которого характерны тревожность, неприятие себя, эмоциональный дискомфорт, плохая адаптация в целом.

Отметим, что во всех перечисленных выше гендерный конфликт, переживаемый личностью как внутри, так и снаружи, определяется как негативное психологическое состояние индивида, которое развивается в результате конфликта ее «Я-концепции» с гендерными стереотипами и полоролевыми социальными ожиданиями. Личность как носитель определенных социальных ролей, детерминируемых ее половой или гендерной идентичностью, хранит в себе целый ряд представлений о чертах личности и поведенческих особенностях, гендерно-детерминированных ценностях, смыслах, потребностях.

Выраженный внутриличностный психологический конфликт проявляется снижением когнитивных, эмоциональных и поведенческих функций: снижение самочувствия, осознание своего состояния как тупикового, задержка в оценке, выявление нарушений в сознании, наблюдение за человеком на предмет привыкания; психоэмоциональные нагрузки, частые и сильные негативные воздействия; снижение качества и повышение активности, снижение удовлетворенности переживаниями, негативный эмоциональный фон общения.

Для преодоления конфликта человек использует так называемое «совладающее» поведение. Иоффе Е.В. считает, что механизмы психологической защиты (отрицание, вытеснение, регрессия, компенсация, проекция, замещение, интеллектуализация) и копинг-стратегии личности (поиск социальной поддержки, избегание, манипуляция, решение проблем и

др.) являются надежными защитниками личности от внутриличностных ролевых конфликтов, поэтому их необходимо развивать, тем самым устраняя или уменьшая проявления гендерного конфликта [Клецина].

И. С. Клецина считает, что для этого требуется особая работа над предрассудками и гендерными предубеждениями и над формированием гендерных навыков современных мужчин и женщин. Формирование гендерной компетентности представляет собой целенаправленную деятельность, в результате которой человек становится способным быть компетентным в ситуациях с ярко выраженным гендерным компонентом, приобретает и осваивает знания, навыки и способы правильного поведения в гендере [Клецина].

1.3. ЭВОЛЮЦИЯ НАУЧНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СОДЕРЖАНИИ ПОНЯТИЯ «КОПИНГ-СТРАТЕГИЯ», РОЛЬ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В РАЗРЕШЕНИИ ВНУТРИЛИЧНОСТНЫХ ГЕНДЕРНЫХ КОНФЛИКТОВ

Понятие «coping» происходит от английского глагола «to cope» (преодолевать; выдержать, овладеть), его автор – Л. Мерфи. В отечественной психологической литературе его перевод до сих пор не имеет единогласно принятой формы и в публикациях мы находим следующие разновидности: «совладающее поведение»; «преодолевающее поведение» (или «поведение преодоления»); и просто англоязычное заимствование «копинг-поведение».

Изучение поведения, направленного на преодоление сложных жизненных ситуаций, осуществляется в рамках исследований по анализу копинг-механизмов, копинг-стратегий и копинг-поведения.

Понятие «копинг-стратегия» является более широким, чем «копинг-поведение» или «совладающее поведение», так как включает в себя не только поведенческий элемент, а и когнитивный и эмоциональный компоненты.

Совладающее поведение и механизмы психологической защиты выполняют сходные функции. Они активизируются в ситуациях психологической неуравновешенности и участвуют в адаптации к трудным условиям жизни. При этом как более зрелые механизмы психологической защиты, так и более продуктивные копинг-стратегии обеспечивают эффективную адаптацию к стрессу [Родина].

Отметим, что разграничение понятий «копинг-стратегия», «совладающее поведение» и «защитный механизм» происходило в разных школах психологии и, следовательно, в разных научных подходах. Следует отметить, что «копинг-поведение» определяется как произвольное и осознанное поведение. Именно сознательность и направленность являются главными критериями разграничения.

На сегодня не существует единых взглядов относительно оценки значения и механизма, с помощью которого копинг влияет на стресс и благополучие индивида. Хотя теория совладающего поведения получила широкое признание, обобщение имеющихся в литературе представлений в единый комплекс является сложной и нерешенной методологической задачей [Сергиенко].

Понятия «совладание со стрессом» и «копинг-поведение» относятся к различным формам деятельности индивида, охватывая все доступные ему виды взаимодействия с задачами как внутреннего, так и внешнего характера. Перерегулирование состояния начинает действовать не только тогда, когда сложность задачи превышает обычные параметры или ожидаемый уровень нагрузки, определяет недостаточной регуляторную адаптацию, требует новых ресурсов. Совладающее поведение включается у личности при необходимости изменить поведение в трудных жизненных ситуациях, при действии хронических стрессорах, переживании негативных повседневных событиях.

Учеными доказано, что психическое и физическое благополучие личности зависит от выбранных им копинг-стратегий в момент столкновения со стрессовой ситуацией.

На сегодняшний день в психологической науке нет общепринятого понимания копинг-процессов и универсальных классификаций видов совладающего поведения.

Совладающее поведение – форма поведения, с помощью которой человек решает жизненные вопросы. Такое поведение направлено на приспособление к определенным обстоятельствам и имеет обучающую способность преодолевать состояние эмоционального дискомфорта [Кузнецова]. Активные действия способствуют вероятному устранению негативно влияющих стрессоров на человека.

В современных исследованиях понятие «копинг» представлено широким арсеналом активных форм поведения человека, начиная от бессознательных психологических защит и заканчивая полезными средствами преодоления стрессовых событий. А. Маслоу считает, что совладание — это поведение, противопоставляемое экспрессивному поведению [Сергиенко]. При исследовании уровней вариантов решения проблемы специалисты в основном используют понятия: «защита», «преодоление», «состояние напряжения», «снижение» стресса.

Совладающее поведение, как правило, направлено на адаптивный поиск путей изменения отношения личности к условиям окружающей среды или уменьшения ее эмоциональных переживаний, снижением уровня выраженности дистресса.

Совладание со стрессом происходит на таких уровнях: поведенческом, когнитивном, эмоциональном. Проявляется в виде различных стратегий противодействия стрессорам или стрессовым реакциям [Сергиенко].

Основная цель совладающего поведения – это адаптация, а именно наилучший из доступных ее способов. Как и в случае со стратегиями реакции на стресс, выделенными Г. Селье, копинг-поведение может служить нескольким целям: адаптация к ситуации, изменение ее, избегание. Так как ключевой целью совладающего поведения является приведение уровня психического дискомфорта к минимуму, главной задачей копинга является

обеспечение и поддержание психического, биологического и социального здоровья и благополучия индивида [Сергиенко].

Существуют три области, в которые может вмешиваться реализация копинг-стратегий: когнитивная, поведенческая и эмоциональная. Видя адаптивное поведение, можно разделить степень, учитывая их адаптивные возможности: адаптивные и дезадаптивные. Однако это разделение не является категоричным: еще Р. Лазарус отмечал, что существуют определенные жизненные ситуации, в которых дезадаптивные стратегии могут применяться уместно. Например, смирение и отказ от борьбы как обычно дезадаптивные копинг-стратегии могут оказаться правильным решением в безнадежных ситуациях, повлиять на которые невозможно. [Сергиенко].

Вопросы о способах и механизмах адаптации активно рассматривались в рамках психодинамического подхода к копингу. Именно в психодинамическом направлении активно изучалась связь копинга и механизмов защиты личности. Так, А. Фрейд выделил семь основных механизмов психической защиты: проекцию, подавление, отрицание, регрессию, действия навязчивости, истерию и сублимацию.

Развивая вышеперечисленные идеи, Н. Хаан выделил десять основных индивидуальных защитных поведенческих процессов, имеющих три направления:

1. Преодоление ситуации: это гибкие осознанные действия, обусловленные переживанием эмоций относительно проблемной ситуации. Направлены на активное уменьшение дискомфорта.

2. Избегание ситуации: ритуализированные и автоматизированные неконструктивные действия, которые могут привести к существенному искажению межличностных отношений

3. Ригидные неадаптивные действия – направлены на контроль тревоги, а не решение проблемы.

Таким образом, психодинамический подход держит в фокусе своего исследовательского внимания вопросы адаптации и защитных механизмов в

копинг-стратегиях. Основная задача копинга – это снижение внутреннего напряжения, интенсивной тревоги, переживаемой индивидом.

Исследования по данной теме показывают, что людям характерно реагировать на одну и ту же стрессовую ситуацию индивидуально, по-разному. В большинстве ситуаций они способны сохранять или же достаточно быстро восстанавливать работоспособность и функциональную надежность, хотя все люди с этими состояниями в той или иной степени испытывают такие негативные переживания как эмоциональные потрясения, соматические и психосоматические нарушения, интенсивное психическое напряжение.

Вторым подходом является подход, основанный на оценке когнитивного элемента в системе копинга [Сергиенко]. Когнитивисты считают, что преодоление как психическое явление включает в себя не только ориентированную на решение конфликта и снижение напряжения стратегию, но и значительный эмоциональный компонент. Именно его ролью они объясняют использование дезадаптивных копинг-стратегий вместо адаптивных, например, поиск социальной поддержки вместо проактивного копинга. Ощущение контроля над эмоциональным компонентом стрессовой ситуации и собственными переживаниями благоприятно воспринимается индивидом и повышает эффективность поведения в стрессовой ситуации, то есть иногда это обеспечивает в дальнейшем выбор более адаптивной стратегии совладающего поведения.

Исследователи когнитивистского направления утверждают, что у каждого человека есть широкий набор разнообразных стратегий совладающего поведения. Копинг – это гораздо больше, чем защитные механизмы. Выбор конкретной стратегии обусловлен особенностями ситуации, индивидуальным восприятием проблемы. Изменчивость и гибкость репертуара копинг-поведения благотворно влияет на адаптацию индивида.

Таким образом, представители этого направления существенно расширили представления психоаналитиков о содержании копинга, подчеркивая важность эмоционального и когнитивного компонента этого

феномена. Значимым фактором выбора и реализации стратегии совладающего поведения является субъективная оценка ситуации, своих возможностей и способностей, результатов своего поведения.

Представитель третьего направления в изучении копинга, ресурсно-ориентированного, Д. Амирхан считал, что преодоление определенных стратегий выбора личности – это весьма устойчивая пожизненная характеристика, которая не зависит от типа вызвавшего активацию совладающего поведения стрессора. Исследователь определил эти стратегии как базовые стратегии поведения личности и разделил их на три общих категории: активное решение, поиск социальной поддержки и бегство от проблем. По его мнению, активное решение проблемы и поиск социальной поддержки являются адаптивными стратегиями совладающего поведения, уклонение от проблемы - дезадаптивными [Сергиенко]. При копинг-ресурсах проявление копинг-поведения может быть адаптивным и зрелым, лишенным психоэмоционального напряжения.

Содержание копинг-ресурсов определяет эффективность преодоления стрессовых ситуаций личности. В.О. Бодров впервые применил ресурсный подход в исследовании преодоления информационного стресса. Автор рассматривает ресурсы в трех плоскостях:

1) как материальное явление, вполне конкретное и объективно фиксируемое. Процессами могут быть ресурсный обмен гликопротеинов в головном мозге, активация функции ретикулярной формации или изменение кровотока;

2) как теоретическую конструкцию, которая может быть использована для отображения обработки информации, присущей совершенной системе качества, позволяющую оценить сэкономленные ресурсы, составляющие резерв обработки информации;

3) функциональный потенциал, обеспечивающий устойчивый уровень реализации показателей выходного дня в течение некоторого времени [Сергиенко].

Ученые Р. Акбашева, З. Аллаяров, Б. Гершунский выделяют внутренние и внешние ресурсы. Внутренние ресурсы определяют уникальность человека, они являются источником его персонализации и развития. В системе внутренних ресурсов ученые личности выделяют такие подсистемы: физиологические (особенности строения тела, здоровья, возраста, физической выносливости, пола и др.); биогенетические (связанные с наследственностью); индивидуально-психологические (уровень интеллектуального развития - особенности эмоциональных сфер, интеллектуальных ресурсов и др.). Эти подсистемы предлагают процесс и трудную жизнь в своей собственной структуре [Сергиенко].

Внешние ресурсы способствуют, по мнению авторов, личностному развитию личности и ее деятельности. Человек может связаться с ними, чтобы предоставить системы стимулирования для развития и деятельности; мероприятия, дающие возможность человеку воспроизводить свои события, демонстрировать свои достижения, стимулирующие социальную и профессиональную активность, поощрение моральных и материальных достижений; доступ к информационному пространству, а также к процессам обмена опытом, ценностными ориентациями, информацией; создание в коллективе благоприятного социально-психологического климата, стиля демократичного общения; организационные условия, обеспечивающие определение управления, последовательность требований к людям; материально-техническое обеспечение включает размер и регулярность выплаты заработной платы, материальное стимулирование, оборудование рабочих мест.

Изучение различных теоретических подходов к изучению совладающего поведения позволяет сделать вывод, что совладающее поведение представляет собой личностное взаимодействие со сложной кризисной ситуацией для снижения ударного стресса. Важной особенностью копинг-стратегий является их разнообразие и многоаспектность, которые позволяют человеку решать сложные жизненные ситуации через контроль собственных эмоций, включать

его во взаимодействие со стрессом или снижать его воздействие на психику и организм, изменять себя, ситуацию или адаптироваться к ней.

Совладающим поведением личности, человек пытается преодолеть стрессовую ситуацию, используя для этого разные компоненты: ситуативный, личностный, ресурсный. В психологии термин «копинг-ресурсы» определяется как совокупность индивидуальных возможностей, ценностей и запасов, которые он, возможно, использует или потенциально может использовать им в определенной деятельности. Все психические процессы, которые позволят решать сложные жизненные задачи (саморегуляция, адаптация, преодоление, конфликты и др.) более эффективно с наименьшими затратами и с минимальными последствиями.

Одним из современных направлений в изучении копинг-поведения является рассмотрение структурной модели копинга как многоуровневого процесса [Сергиенко]. В рамках этого субъективного подхода Т. Л. Крюкова предложила факторы копинг-поведения, представленные в таблице 1.1.

Таблица 1

Факторы копинг-поведения по Т. Л. Крюковой:

Название	Содержание
Диспозиционные (личностные)	Черты личности, помогающие или препятствующие успешному выходу из стрессовой ситуации
Социокультурные (экологические)	Характеристики и реалии культуры, в которой развивается субъект, а также критерии оценки адаптивного поведения по культурным ценностям
Регуляционные	Регуляторно-саморегулирующие процессы, участвующие в преодолении стрессовой ситуации
Динамические (ситуационные)	Свойства ситуации, оказывающие прямое или косвенное влияние на копинг-поведение

Лапкина Е. В, отмечает, что поиск социальной, эмоциональной и информационной поддержки является основой для разработки стратегий

адаптивного поведения. Также подтверждается, что самоконтроль и категория будущего являются модераторами всех видов проактивного совладания. На основе кластерного анализа им были выделены три типа реактивного и проактивного поведения, различающиеся по уровню и содержанию (дезадаптивное, реактивное, активное с тенденцией к проактивному) [Лапкина].

Таким образом, адаптивное поведение представляет собой сложный феноменологический процесс, связанный с адаптивным потенциалом индивида и совмещенный с его психологическими защитами. Совладающее поведение взаимосвязано с такими диспозиционными компонентами, как оптимизм, негативная результативность, враждебность, невротизм, локус контроля, эмоциональная и интеллектуальная сферы личности.

В научной литературе по совладающему поведению пока не существует общих и единых взглядов на взаимосвязь совладания и гендерных внутриличностных конфликтов, а также на то, как гендер влияет на совладающее поведение. Р. С. Лазарус говорит, что не существует установленных различий в поведенческих стратегиях между мужчинами и женщинами [Родина].

С другой стороны, многочисленные современные исследования по совладающему поведению доказывают, что на выбор его стратегий существенно влияют гендерные стереотипы, преобладающие у личности. С. К. Нартова-Бочавер отмечает, что феминные личности, как женщины, так и мужчины, склонны к выражению эмоциональных реакций на стрессовые или сложные жизненные ситуации. Маскулинные личности вне зависимости от своего биологического пола выбирают проактивное совладание, отдавая предпочтение изменению проблемной ситуации [Родина].

В исследовании, проведенном С. А. Хазовой, рассматривалась способность женщин и мужчин приспосабливаться к изменяющимся условиям.

Женский подход к задаче управления стрессовой ситуацией характеризуется переоценкой ситуации, попыткой увидеть позитивное в ней, искать возможности для развития и роста своей личности, менять

представление о реально сложившейся проблеме с помощью фантазийной реакции. Женщинам свойственно искать разные виды поддержки (ресурсов): материальную, эмоциональную и информационную.

Мужчины предпочитают другие формы совладания: активная борьба, решение проблемы, проактивное поведение. Кроме того, мужчинам характерна более низкая скорость реакции на проблему и меньшая гибкость в выборе стратегий совладания.

Женщины и мужчины почти одинаково интенсивно используют волевые акты в ответ на действие стрессора, но женщины предпочитают копинг, позволяющий уйти (избегающее поведение) от взаимодействия со стрессором [Родина].

Женщины с ярко выраженными типами внутриличностного конфликта прибегают к неадаптивным копинг-стратегиям, особенно в отношении эмоциональных копинг-стратегий и поведенческих копинг-стратегий. При этом женщины с низкой внутриличностной конфликтностью выбирают конструктивные копинг-стратегии, что подтверждается по отношению к активной стратегии. Также установлено, что женщины с мотивационным и нравственным типами внутриличностного конфликта склонны к выбору конструктивной просоциальной стратегии [Кузнецова].

В исследовании гендерных ролей у женщин нетрадиционной сексуальной ориентации И. В. Борисовой было установлено, что среди женщин нетрадиционной сексуальной ориентации гораздо больше маскулинных личностей, чем среди гетеросексуальных женщин. Примечательно, что маскулинные женщины нетрадиционной сексуальной ориентации при этом значительно менее агрессивны, чем маскулинные личности других полов. Их предпочтительная стратегия совладания – избегание. Кроме того, ученая установила, что среди женщин, составивших выборку исследования, преобладала андрогинная гендерная идентичность вне зависимости от их сексуальной ориентации [Борисова].

Сравнивая когнитивную сферу копинг-стратегий и ее различия в зависимости от гендера, И. В. Мокиевская и О. В. Смирнова определили, что и женщины, и мужчины отдают предпочтение использованию продуктивных стратегий совладающего поведения, однако мужчины склонны выбирать непродуктивные стратегии в стрессовых ситуациях, связанных с супружескими проблемами. Кроме того ученые установили, что женщины чаще мужчин используют адаптивные стратегии совладающего поведения в эмоциональной и когнитивной сферах [Мокиевская].

Н. Л. Самсонова исследовала личностные характеристики мужчин и женщин, влияющие на выбор совладающего поведения для саморегуляции поведения личности. Она установила, что мужчины обладают высоким уровнем импульсивности, менее эмоционально реагируют на стресс, умеют быстро справляться со своими эмоциями, полагаются на интуицию, доверяют эмоциям. У женщин результаты обратные [Самсонова]. Кроме того, глубина внутриличностного конфликта зависит от зрелости личности и реализации психологического жизненного цикла [Суркова].

Н. В. Родина по результатам своего исследования разделила выборку на следующие типы: женщины с женским копингом, мужчины с мужским копингом, женщины с мужским копингом, мужчины с женским копингом. Две последние группы характеризовались гендерным конфликтом, связанным со стрессом. У женщин гендерный конфликт не приводит к расстройствам адаптации и связан со снижением активности защитного механизма тревоги отрицания. У мужчин этот тип внутреннего конфликта связан с дисгармонией защитных механизмов и может вызывать межличностные конфликты, затрудняя адаптацию. На бессознательном уровне им свойственен чувствительный страх отношений, вытеснение протестных тенденций, склонность к миру, женская организация символического бессознательного [Родина].

В. Н. Гончарук установила, что есть существенные гендерные различия как в реализации копинг-стратегий, так и в характере стресса и его

происхождении. Существуют значительные, статистически значимые различия между возрастными группами и половыми группами. Другими словами, стресс и стратегии преодоления зависят не только от пола, но и возраста человека [Гончарук]. Например, в исследовании Е. Г. Сурковой установлено, что для юношей на первом месте стоит «иметь друзей», а для девушек «счастливая семейная жизнь» [Суркова, с.255]. А. В. Волкова изучала особенности совладающего поведения у мужчин и женщин разных возрастных групп и установила следующее.

Особы юношеского возраста (18-30 лет) предпочитают в ситуации активизации копинг-поведения использовать стратегию избегания; для них характерно пытаться уйти из сложной ситуации, отрицание проблем, регресс и эскапизм.

Особы среднего взрослого возраста (31-45 лет) также склонны к избегающему копингу и к поиску эмоциональной поддержки.

Особы позднего взрослого возраста (46-60 лет) имеют более конструктивные стратегии совладающего поведения. Для них характерно анализировать ситуации, сохранять оптимизм, активно искать пути ее преодоления. Примечательно, что они очень опираются на свой предыдущий опыт и склонны планировать свои действия по преодолению на его основе [Волкова].

Т. М. Маслова считает, что гендер влияет на выбор такой стратегии поведения в конфликте, как избегание [Маслова]. Т. В. Белых и В. В. Белых сделали также исследовали стратегии совладающего поведения в межличностных конфликтах мальчиков и девочек. Они пришли к выводу о том, что гендерная идентичность имеет большее влияние на особенности коммуникативной сферы личности, чем ее биологический пол. Внегендерные различия особенностей коммуникаций испытуемых были связаны с использованием разных стилей межличностного взаимодействия. В случае же, когда стиль межличностного взаимодействия совпадал, дети с разным типом

гендерной идентичности использовали разные способы реагирования и совладания с конфликтной ситуацией [Белых].

Важным фактором успеха копинг-поведения является также уровень жизнестойкости. По данным исследований Е.В. Лапкина установлено, что уровень резистентности влияет на совладающее поведение в стрессовой ситуации. Очень жизнестойкий человек избирательно выбирает позитивное копинг-поведение, а люди с низким ее уровнем предпочитают неадаптивные стратегии совладающего поведения [Лапкина].

Исследуя личностей старшего возраста, О. И. Политика делает вывод, что у женщин старческого возраста общий уровень жизнестойкости более выражен, чем у мужчин. Это потому, что у женщин есть интерес и страсть к деятельности, когда они выходят на пенсию. Мужчины больше подвержены стрессу, так как теряют свой социальный статус и значимость в обществе [Политика].

Таким образом, формулируя определение гендерного конфликта в структуре совладающего поведения, можно утверждать, что эта проблема малоизучена. Однако достоверно установлено существование гендерных различий в выборе стратегий совладающего поведения, а также влияние пола, гендера, возраста и таких личностных характеристик как жизнестойкость, уровень самоактуализации, тревожность на выбор стратегий совладающего поведения для решения внутриличностных гендерных конфликтов.

ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

Современный мир состоит из соблюдения ролей, которые приписывает общество человеку. Особую роль в жизни человека играют гендерные роли. Представление о них создавалось человечеством тысячелетиями. На сегодняшний день многие мужчины и женщины испытывают внутренний конфликт из-за того, что общество настраивает на выполнении стереотипных ролей, а индивидуум желает поступить иначе. Прежде всего, это возникает, потому что меняется сам мир и вследствие чего, гендерные роли становятся менее жёсткими.

Осознание новых гендерных ролей, приводит соответственно к изменению в оценке своих мужских и женских качеств, гендерной самореализации. Возникает противоречие, связанное с одной стороны с появлением новых возможностей, новых условий, а с другой стороны наличием традиционных представлений и стереотипов, которые оформляются в сознании с детства. Это противоречие часто приводит к возникновению внутриличностных гендерных ролевых конфликтов.

В связи с этим тема гендерного ролевого конфликта продолжает быть популярной в современном мире. Конфликт возникает при несоответствии личностных качеств, внутренних ценностей, представлений, потребностей личности установленной социальной роли или ролевому поведению. Субъективное «я» находится в противоречии с социальной ролью, в которой находится индивид. Основное положение этой позиции заключается в том, что гендерный конфликт представляет собой противоречие между нормативными представлениями о личности и особенностях поведения мужчин и женщин и неспособностью или нежеланием индивидов соответствовать требованиям этих представлений. Этот конфликт отражает противоречие между подструктурами личности. Иными словами, «я» как личность – «я» как представитель гендерной группы. В основе гендерного конфликта лежит феномен гендерно-ролевой

дифференциации и иерархического положения мужчин и женщин в современном обществе.

Любой конфликт, в том числе, гендерный, требует разрешения. На сегодняшний день имеется огромное множество видов различных стратегий совладания, приводящих к разному результату при разрешении конфликта.

Однако следует учитывать, что невозможно распределить стратегии поведения на эффективные и неэффективные, их успешное применение зависит исключительно от конкретной ситуации. При решении выхода из стрессовой ситуации, решения конфликта возможно применение нескольких стратегий преодоления проблемы.

Таким образом, выбор стратегии совладающего поведения играет важную роль в решении ролевого гендерного внутриличностного конфликта, правильно предпринятая стратегия несет за собой выход из стрессовой ситуации.

Значимым фактором выбора и реализации стратегии совладающего поведения является субъективная оценка ситуации, своих возможностей и способностей, результатов своего поведения.

ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЕ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН НАЛИЧИЕ ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ГЕНДЕРНОГО РОЛЕВОГО КОНФЛИКТА И ПРИМЕНЕНИЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ

2.1. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Организация исследования

Данное исследование проводилось в период с мая 2022 по декабрь 2022 года.

Эмпирическая цель исследования: эмпирически определить связь между уровнем внутриличностного гендерного ролевого конфликта и копингом стратегией при разрешении данного конфликта.

Эмпирическими задачами являются:

1. Подобрать методику, подходящую для проведения данного исследования
2. Определить выборку испытуемых
3. Провести исследование и обработать результаты
4. Проинтерпретировать результаты и сделать выводы

Эмпирические гипотезы:

1. У женщины выше выражен уровень семейного ролевого конфликта; у мужчин выше уровень конфликта, связанного с работой.
2. Существует связь между выбираемой копинг-стратегией и сферой гендерного конфликта.
3. Женщины в разрешении внутриличностного конфликта применяют разные копинг-стратегии, а мужчинам отдают предпочтение проактивному поведению в разрешении проблемы.

Независимая переменная: внутриличностный гендерный ролевой конфликт.

Зависимая переменная: копинг-стратегия.

Контролируемые переменные: возраст, пол.

Характеристика выборки: В исследования приняла участие 86 человек.

Выборка структурирована следующим образом:

Структура выборки по определению внутриличностного гендерного ролевого конфликта

Пол/возраст	От 28-33	От 40-45	Итого
Мужчины	19	19	38
Женщины	25	23	48
Итого	44	42	86

Методы исследования:

1. Диагностика внутриличностного гендерного ролевого конфликта Шакировой Г.Ф.

Главная суть опросника основывается на представлении о механизме образования внутриличностного гендерного ролевого конфликта. Человек ставит перед собой одни цели, в частности, занимать высокую должность и при этом присутствует чувство вины в связи с тем, что недостижима другая цель - проводить большее количество своего времени с семьей. Ответы выстраивались по принципу дихотомической шкалы – да (согласен/согласна с данным утверждением) и нет (не согласен/не согласна с данным утверждением). Опросник состоит из 25 вопросов, в которые входят пять категорий, а именно «дом», «дети», «супруги», «работа», «я», в каждой подгруппе по пять вопросов по каждому типу.

2. Методика незаконченных предложений.

С помощью данной методики выявлялись факторы и причины возникновения внутриличностного гендерного ролевого конфликта. В качестве материала выступали 20 незаконченных предложений, которые необходимо продолжить в произвольной форме. Основа предложений предполагает наличие следующих факторов:

- Наличие разных представлений у супругов на ролевое поведение
- Успешность/неуспешность профессиональной роли
- Условия среды: наличие-отсутствие работы; материальное благополучие; др.
- Наличие/отсутствие интеллектуальных (личностных) возможностей.

3. Методика «Индикатор копинг-стратегий» Дж.Амирхана.

Данная методика позволяет определить, какую стратегию применяет человек при разрешении внутриличностного гендерного ролевого конфликта. На бланке вопросов представлено несколько путей решения проблемы и изучив утверждения, необходимо выбрать один вариант ответа, наиболее подходящий для испытуемого. Методика состоит из 33 вопросов, ответы ранжировались по принципу: «Полностью согласен, / согласна», «Согласен, / согласна», «Не согласен, / не согласна». Ответы считаются при помощи ключа. При получении общего балла по соответствующей стратегии подсчитывается сумма баллов по всем 11 пунктам, соответствующей стратегии. В методике рассматриваются три копинг стратегии: «разрешения проблем», «поиск социальной поддержки», «избегание проблем».

Обработка результатов

Все методики были предоставлены испытуемым в Google-форме. Первоначальная статистика на основе средних значений обрабатывались в Excel, затем программой Statistica 5.0 и IBM SPSS Statistics.

Различия между группами по уровню внутриличностного гендерного ролевого конфликта рассчитывалась непараметрическим статистическим критерием U-критерий Манна — Уитни.

Незаконченные предложения обрабатывались методом контент-анализа по предложенным факторам: расхождения между супругами, гендерный внутриличностный конфликт профессиональной роли, условия среды и фактор возможностей. Результаты сравнивались содержательным методом, находились

различия между ответами и интерпретировались по принципу найти причину, т.е. привело к внутриличностному гендерному ролевому конфликту.

Связь между у гендерным конфликтом и используемыми копинг-стратегиями рассчитывалось коэффициентом ранговой корреляции Спирмена.

В связи с этим, валидность проведенного исследования будет обеспечиваться следующими факторами:

1. методологическая закономерность исходных теоретических оснований;
2. специализированная выборка испытуемых, подобраны мужчины и женщины в кризисных возрастах
3. сочетанием подходящего корреляционного анализа и критериев
4. логичность теоретических положений и эмпирических данных полученных в результате работы
5. внутренней логичностью результатов исследования.

2.2. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН В ДВУХ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЯХ 28-33 ГОДА И 40-45 ЛЕТ В ВЫЯВЛЕНИИ ГЕНДЕРНОГО РОЛЕВОГО КОНФЛИКТА И ПРИМЕНЯЕМЫЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ДЛЯ ЕГО ПРЕОДОЛЕНИЯ

2.2.1 АНАЛИЗ ВОЗНИКНОВЕНИЯ, ПРОЯВЛЕНИЯ И РАЗЛИЧИЙ МЕЖДУ ГРУППАМИ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН ПО УРОВНЮ ВНУТРИЛИЧНОСТНОМУ ГЕНДЕРНОМУ РОЛЕВОМУ КОНФЛИКТУ

Наличие или отсутствие внутриличностного гендерного ролевого конфликта выявлялись с помощью опросника Г.Ф.Шакировой «Диагностика внутриличностного гендерного ролевого конфликта». Целью данного тестирования является, обозначить в какой категории находится ролевой конфликт. Далее ответы рассчитывались непараметрическим методом U-критерий Мана-Уитни.

Далее с помощью сравнительного анализа методики незаконченные предложения нам удалось выявить причину возникновения внутриличностного гендерного ролевого конфликта.

Таблица 2

Средние значения уровня внутриличностного гендерного ролевого конфликта между мужчинами и женщинами в возрасте 28-33 года

	Дети	Дом	Работа	Супруги	Я
Мужчины- 28-33гг.	3,16	1,95	3,68	3,53	2,10
Женщины 28-33гг.	3,32	2,12	1,92	3,60	2,16
U-критерий Мана-Уитни	0,726173	0,824096	0,027784	0,908344	0,902954

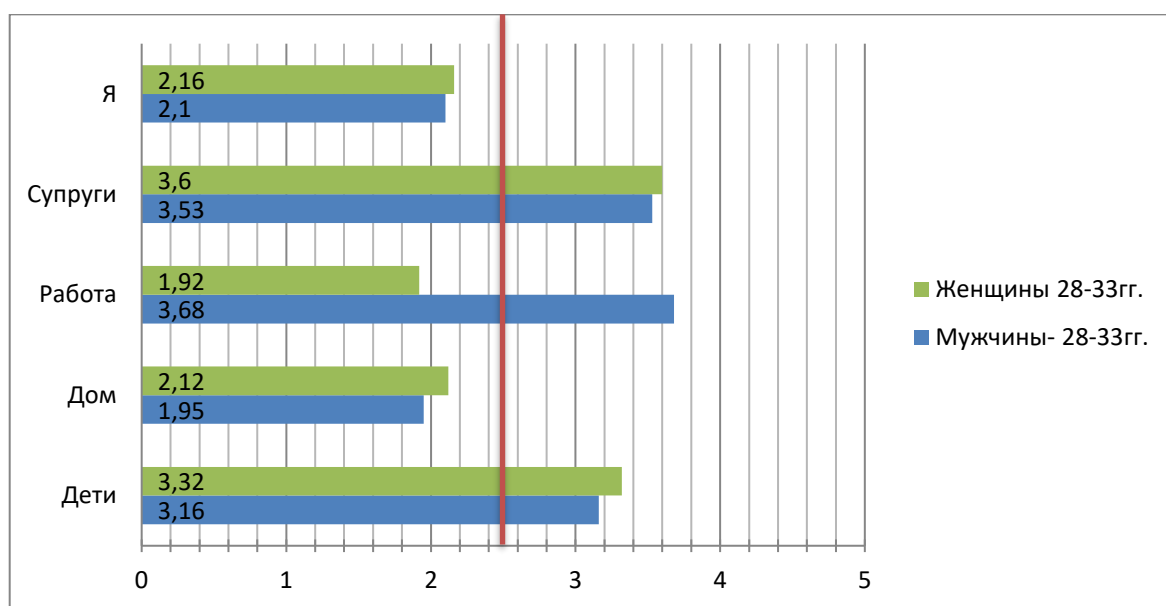


Рис. 1. Средние значения уровня внутриличностного гендерного ролевого конфликта между мужчинами и женщинами в возрасте 28-33 года по опроснику Шакировой Г.Ф.

Как показывает наше исследование, и у женщин и у мужчин гендерный конфликт в некоторых сферах выражен на уровне выше средних значений. Выше показатель конфликта выражен у мужчин в сфере «работа»

(статистически значимо по сравнению с женщинами) и у женщин в сферах «супружеские отношения», «дети» и «я».

Чем можно объяснить такие показатели?

Гендерный конфликт вызван противоречием между некоторыми нормативными с точки зрения общества представлениями о чертах личности и особенностях поведения мужчин и женщин и невозможностью или нежеланием личности соответствовать этим представлениям-требованиям.

Традиционные женская роль по Ш. Берн — это роль домохозяйки, хранительницы домашнего очага. Согласно этой роли она должна заботиться о нуждах других и помогать им в достижении целей. Мужская роль связана с нормой успешности/статуса (размером его дохода и успешностью в профессиональной деятельности). Норма умственной твердости имеет в виду, что мужчина должен быть компетентным и управлять любой ситуацией [Борисова].

Как относятся к своим ролям в семье мужчины и женщины (сферы «супруги», «дом», «дети»)?

Большинство испытуемых демонстрируют традиционные гендерные представления относительно своих ролей.

И мужчины, и женщины чувствуют некоторую тревогу по поводу своих целей в жизни, что определено современной ситуацией неопределенности и сложностями социального характера: «мои цели в жизни...» «легко достигаются», «сложны в достижении», «далеки от реальности», «размыты», «воспитать детей», «завести семью», «быть счастливой», «быть мамой, женой». У данного возраста имеется некая многозадачность это построение карьеры и построение семьи. Несмотря на то, что женщины не уступают в карьерном плане мужчинам, все же женщин чаще посещают мысли завести семью. Главой семьи считают себя мужчины (что традиционно, но некоторые женщины, так ответили респонденты на вопрос: «В семье я...»). Для женщин важным является соответствие роли «мама», «хранительница очага», «женщина»; в семье они «расцветаю», «чувствую себя хорошо» «не реализована». Мужчины, отвечая на

этот же вопрос, отмечают значимость роли: «отец»; при этом они довольны жизнью: «счастлив», «радуюсь жизни», «открыт», «весел». Женщины хотят быть за мужчиной, чувствовать от него силу, поддержку и опору. Семья не позволяет мне...» «заскучать», «огорчаться», «грустить», «опускать руки», «терять жизненный тонус» говорит как раз о поддержке, взаимоуважении и взаимопонимании между супругами. Чувствуют мужское плечо женщины, есть такие ответы, как «работать на не любимой работе», «погрязнуть в рутине». При этом, ...«семейных отношениях мужчина/женщина не должен /должна...» считают, что «нельзя изменять», «унижать достоинство другого», «ставить себя выше супруга», «грубить», «оскорблять», «быть высокомерным», это можно объяснить тем, что в данном возрасте мужчины и женщины считают, что отношения должны строиться на взаимных доброжелательных чувствах, взаимоуважении.

Ответы респондентов на вопрос: «Мое главное предназначение...» очень различны, но, в общем, характеризуют социальную потребность у мужчин 28-33 лет это обеспечение семьи и их полезность, у женщин этого возраста – материнство.

При этом мужчины этого возраста демонстрируют повышенный уровень гендерного конфликта в сфере «работа».

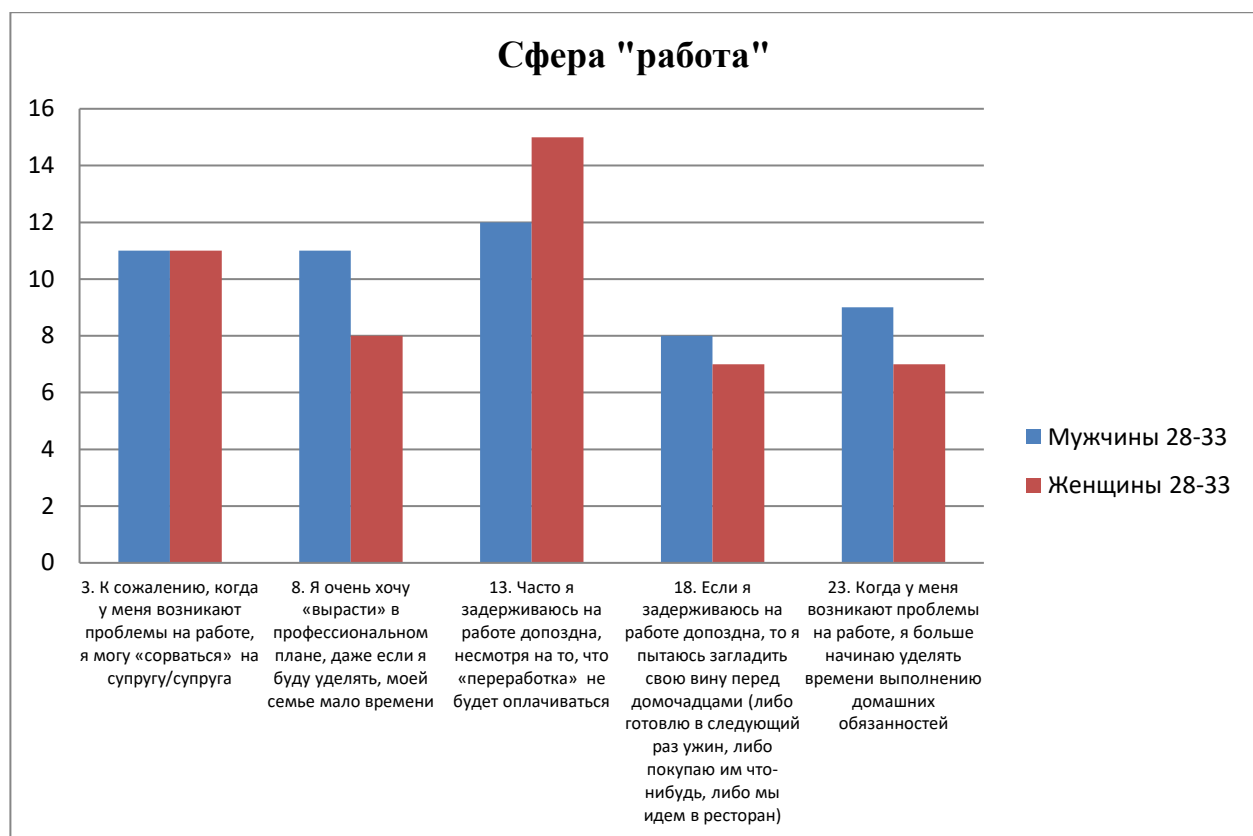


Рис. 2. Уровень выраженности ответов в сфере «Работа» (опросник Шакировой Г.Ф.)

На рис. 2 представлены вопросы, относящиеся к сфере «работа». По результатам исследования наибольшее количество положительных ответов набрал вопрос: «Часто я задерживаюсь на работе допоздна, несмотря на то, что «переработка» не будет оплачиваться». На данный вопрос и женщины и мужчины в возрасте от 28 до 33 лет набрали наибольшее количество положительных ответов. Это свидетельствует о том, что в данной возрастной категории женщины и мужчины готовы ради работы «жертвовать своим временем» и настроены на профессиональный рост. Большинство женщин и мужчин предпочитают задержаться на работе, несмотря на то, что им могут не заплатить за сверхурочные работы, это может быть связано с тем, что не хватает времени на проявлении себя как «лучшего сотрудника», «более успешного». Соответственно это и может провоцировать гендерный ролевой конфликт.

И мужчины, и женщины традиционно считают, что зарабатывать должен мужчина. Однако современные условия позволяют одинаково успешно зарабатывать обоим супругам, что отмечено в высказываниях респондентов: «нет разницы», «кому как повезет». Также в данном возрасте молодые люди только входят в этап карьеры, поэтому есть мнение, что возможно, карьера пойдет больше у супруга и можно ему доверить зарабатывать деньги. Анализируя ответы на вопрос: «В современной жизни важно...» женщины считают, что необходимо «найти свой путь», «самореализоваться» подтверждая тот факт, что не только мужчине можно достигать успехов в карьере, но это возможно и противоположному полу. Заканчивая предложение: «между выбором сидеть дома с ребенком или идти на работу я выберу...» респондентов разделили свои ответы между «сидеть дома с ребенком» и «идти на работу» практически наравне, половина испытуемых женщин в возрасте 28-33 года выбирают идти на работу (50%). Напряжение, которое накладывается на мужчину в связи с необходимостью зарабатывать деньги при этом, заниматься домом и детьми, поскольку женщина тоже хочет самореализовываться, создает условия для возникновения гендерного конфликта. Различия в ответах имеются в вопросе: «Главное, чем я горжусь – это...» для мужчин гордостью являются их дети, тогда как для женщин этого же возраста карьера.

У большинства респондентов карьера успешно реализуется: «Моя профессиональная карьера...» женщины и мужчины дают такие ответы, как «идет в гору», «только начинается», «меня устраивает», «важна» «меня устраивает», «успешно реализуется», «отлична», «в расцвете», «перспективна», однако при этом «требует усилий», «нет уверенности», «полностью меня не устраивает», «стоит на месте», это доказывает то, что в данном возрасте начинается профессиональный рост.

В современном мире сейчас главную роль играет образование и социальный статус. Перед тем как заводить семью, мужчины и женщины хотят иметь стабильный заработок, чтобы чувствовать себя уверенно в обеспечении семьи. Возможно, это еще связано с тем, что поколение родителей жили не в

стабильное время, когда денежных средств не хватало, тем самым молодые люди стремятся достичь успехов в карьере, жертвуя построением семейной жизни на данном этапе. К подтверждению в том, что в данном возрасте важна карьера, являются одинаковые ответы на вопрос: «Стать профессионалом – главное в жизни...» относится больше к мужчинам, но несколько ответов и в том, что это относится к любому человеку, и женщины отмечают, что это может относиться к «образованному» и «современному» человеку «важному специалисту». Данные ответы доказывают то, что в данном возрасте важен путь становления карьеры, стать профессионалом, следовательно, это больше присуще мужчинам. Если ранее профессионалом обязательно был мужчина, то на сегодняшний день гендерный стереотип теряет свою актуальность и профессионалом может стать любой человек независимо от пола, а благодаря стремлению и поставленным целям.

Можно предположить, что мужчины следуя традиционным стереотипам, сталкиваются со сложными условиями (низкий уровень оплаты труда, невозможность заниматься любимой работой, трудности с трудоустройством и др.), что приводит к тому, что внутри них обостряются противоречия между нереализованными личными желаниями и несоответствием ожиданиям.

Таблица 3

Средние значения уровня внутриличностного гендерного ролевого конфликта между мужчинами и женщинами в возрасте 40-45 лет

	Дети	Дом	Работа	Супруги	Я
Мужчины-40-45гг.	3,63	3,16	3,26	2,47	3,16
Женщины 40-45гг.	3,43	3,87	3,13	2,61	3,39
U-критерий Мана-Уитни	0,523637	0,051695	0,895344	0,848260	0,515146

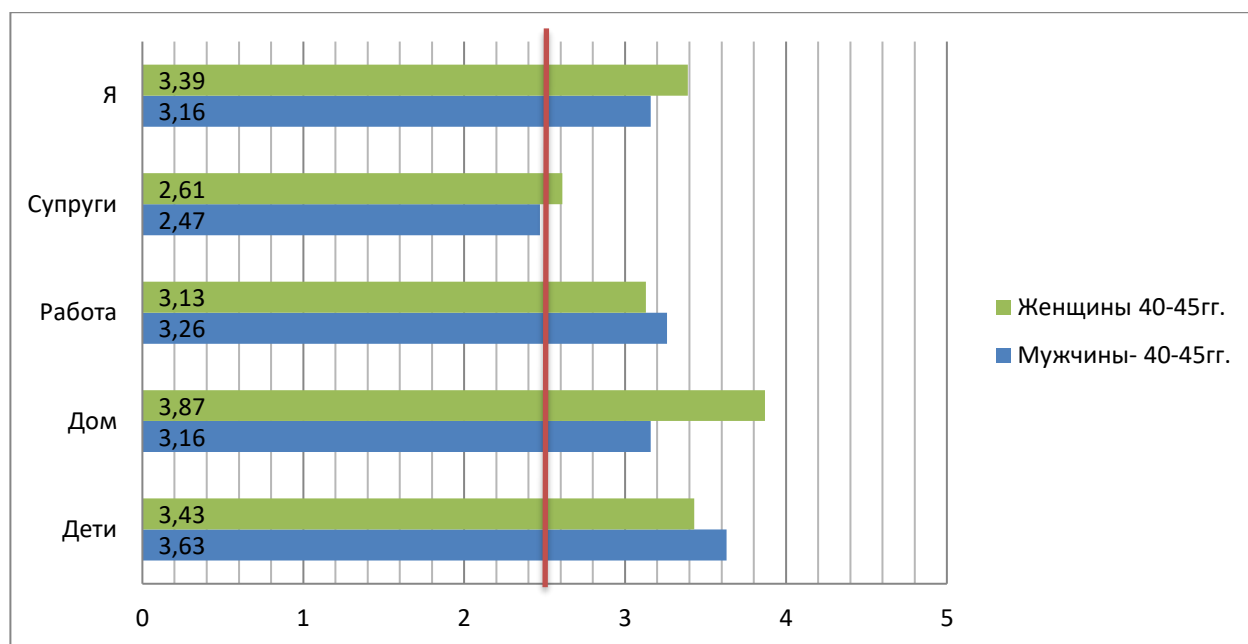


Рис. 3. Средние значения уровня внутрисемейного гендерного ролевого конфликта между мужчинами и женщинами в возрасте 40-45 лет по опроснику Шакировой Г.Ф.

По результатам исследования гендерный ролевой конфликт выявлен на уровне выше средних значений по всем сферам кроме мужчин в сфере «супружеские отношения». Выше среднего выражен у мужчин в сфере «дети», «работа», а у женщин в сферах «я», «супружеские отношения» и «дом».

Чуть повышен уровень внутреннего конфликта, связанный с ролью отца у мужчин.

Сравнивая ответы на вопрос: «Воспитанием детей в большей степени необходимо принимать участие...» мужчины и женщины в возрасте 40-45 лет отвечают по-разному. Так большинство женщин, (56,5%) считают, что в воспитании должны принимать участие оба родителя, тогда как 74% мужчин считают, что участие в воспитании, прежде всего, должна принимать супруга.

Данный показатель, связанный с тем, что мужчины предпочитают воспитание детей возложить на обязанность женщин, можно объяснить, тем, что мужчины 40-45 лет больше отдают себя работе и своим хобби, воспитание уже чаще всего самостоятельных детей им не свойственно. Их первоочередной

задачей стоит финансовое обеспечение семьи. Отметим, что отец – это опора семьи. Он кормилец и защитник, к нему прислушиваются, его опыт перенимают. Данный факт и подтверждают ответы на вопрос: «Зарабатывать в семье больше присуще...» мужу/мужчине, так ответили 94% мужчин и 83% женщины. При этом между выбором сидеть дома с ребенком или идти на работу «сидеть дома с ребенком» выбрало почти 40% мужчин и 52% женщин, а соответственно «идти на работу» - 63% мужчин и 48% женщин. Это можно объяснить тем, что в данном возрасте женщины могут делать непрерывные успехи в карьере, не отвлекаясь на воспитание детей, декрета, дети стали взрослыми и в постоянном уходе не нуждаются. У мужчин возможно изначально не стояло такой задачи – сидеть дома с детьми, соответственно они считают себя ответственными за доход семьи. При этом мужчины и женщины в возрасте 40-45 лет, очень ценят и дорожат своей семьей и детьми. На вопрос: «Между работой и семьей я выберу...» большинство испытуемых выбирают семью, так ответили 68% мужчин и 74% женщин.

«Главным предназначением...» испытуемые считают «быть нужным», «быть опорой», «воспитать детей», «вырастить детей», «быть рядом с семьей», «стать лучшей версией себя», «найти себя», «дарить тепло и свет», «стать главой компании», «стать лучшей».

Таким образом, рассогласование между традиционными семейными и желанием строить профессиональную карьеру, повышает риск возникновения гендерного конфликта.

Таблица 4

Средние значения уровня внутриличностного гендерного ролевого конфликта между женщинами в возрасте 28-33 лет и 40-45 лет

	Дети	Дом	Работа	Супруги	Я
Женщины- 28-33гг.	3,32	2,12	1,92	3,60	2,16
Женщины 40-45гг.	3,43	3,87	3,13	2,61	3,39

U-критерий	0,685510	0,040164	0,282736	0,885976	0,633251
Мана-Уитни					

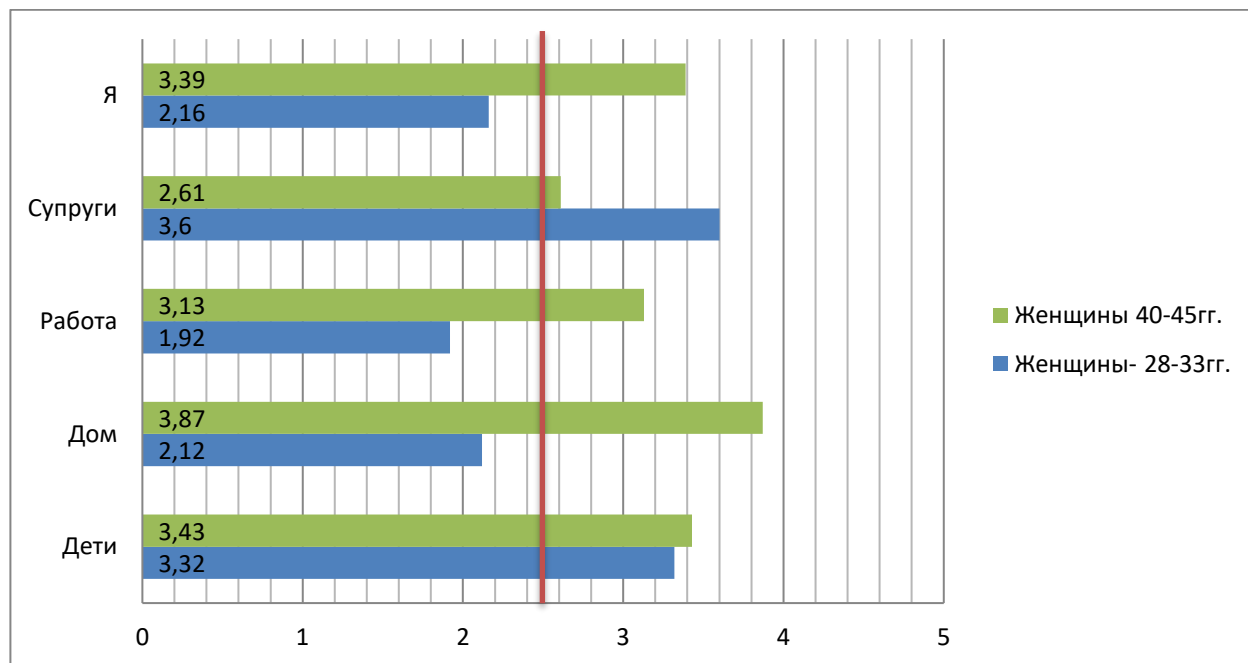


Рис. 4. Средние значения уровня внутриличностного гендерного ролевого конфликта между женщинами в возрасте 28-33года и 40-45 лет по опроснику Шакировой Г.Ф.

Можно отметить, что у женщин в возрасте 40-45 лет показатели выше, чем у женщин 28-33 года в сфере «я», «работа», «дом» и «дети».

Женщины в возрасте 40-45 лет на вопрос: «В семейных отношениях мужчина/женщина не должен / должна...» «не должны унижать мужа/супруга» и «не быть эгоистом» «не должны перекладывать ответственность». Т.к. образом, в этом возрасте женщины больше обращают внимание на душевые, нравственные характеристики мужчины, а для женщин 28-33 года важно, чтобы мужчина «уважал», «любил», «берег». Можно предположить, что мужчина в возрасте 40—45 лет, проживающий кризис середины жизни, в большей степени обращен на себя, свои успехи и т.п., и не всегда способен демонстрировать

качества, нужные женщине. Что может создавать напряжение и повышение гендерного конфликта у женщин.

Несмотря на сложность и загруженность совмещения карьеры и семьи женщины считают, что в современной жизни важно «быть в ресурсе», «не расплываться на постороннее», «ощущать поддержку», «быть гибким». Для данной категории женщин важно свое внутреннее состояние, забота о себе. Своим предназначением выбирают «прожить счастливую жизнь», «быть счастливым человеком», «помогать людям», «оказывать помощь».

«Моя семья не позволяет мне...» женщины отвечают с одной стороны «подвергаться опасностям», «много работать», «опускать руки», «стоять на месте», «огорчаться», но и с другой стороны «расслабляться», «жить на полную», «жить, как я хочу», «гулять допоздна», «побыть одной», «уделять время себе». Ответы показывают нам, что женщины ограничены в своих действиях, желаниях взамен на домашние обязанности и воспитание детей. Подтверждают данный факт и ответы, что в основном женщинам приходилось выбирать между «семьей и работой», «собой и работой», «собой и детьми». Среди испытуемых мы можем увидеть, что женщинам приходится жертвовать и выбирать «надо», вместо «хочу». Данный факт доказывают ответы на вопрос: «Если бы я мог, я бы...» женщины отвечают, «путешествовал», «изменила свою жизнь», «начала бы жить по-другому», «уехала бы на море», «ушла бы в пеший поход», «учился бы новой профессии».

Такая напряженность между желаниями и необходимостью может приводить и к возникновению внутреннего гендерного конфликта.

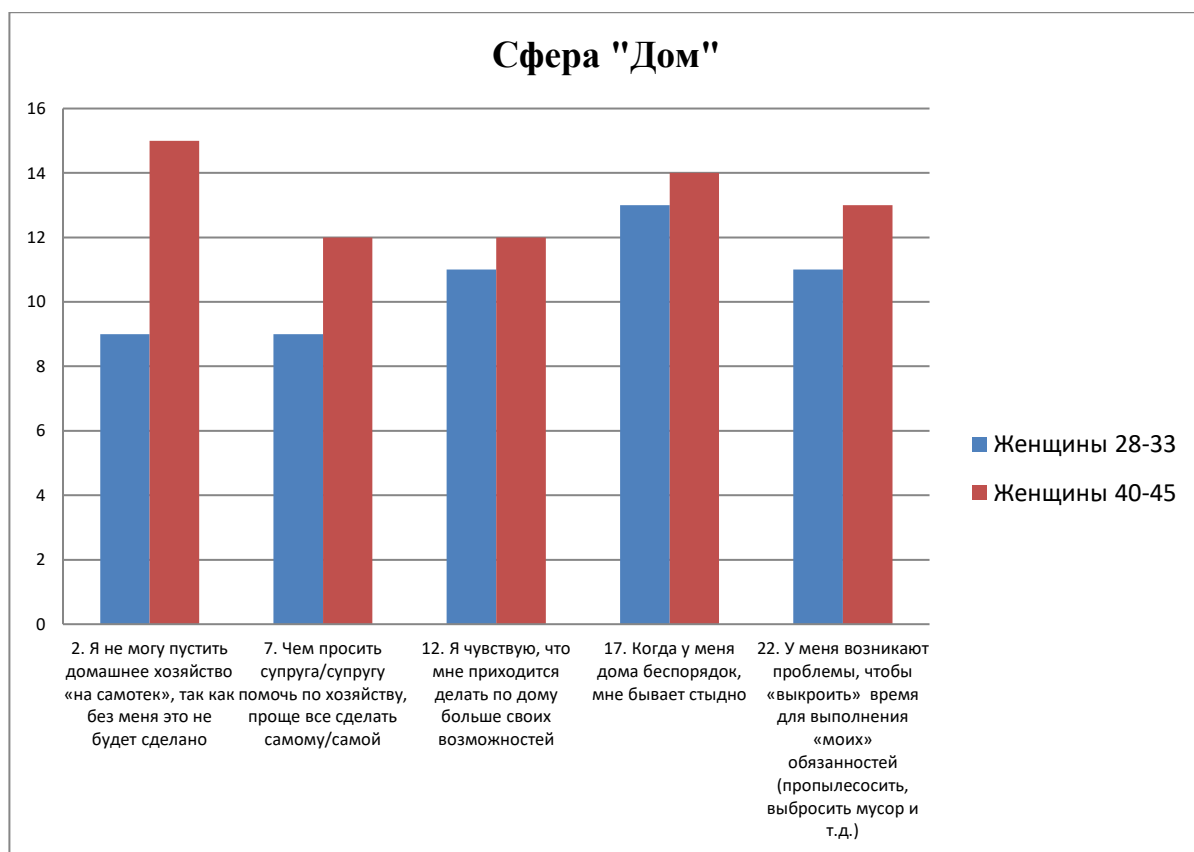


Рис. 5. Уровень выраженности ответов в сфере «Дом»
опросник Шакировой Г.Ф.

В женской возрастной категории 40-45 лет наибольшее количество положительных ответов набрал вопрос: «Я не могу пустить домашнее хозяйство «на самотек», так как без меня это не будет сделано». Наименьшее количество баллов набрали вопросы: «Чем просить супруга/супругу помочь по хозяйству, проще все сделать самому»; «Я чувствую, что мне приходится делать по дому больше своих возможностей». С одной стороны можно заметить контроль «в моем доме должно быть чисто», а с другой стороны женщины стараются не возлагать все обязанности на себя, а просят о помощи супруга/детей. Схожесть ситуации можно заметить и у женщин 28-33 года.

Дом для женщины – это «мое физическое Я» (Джемс У.). Можно предположить, что необходимость, и желание поддерживать в доме порядок, чистоту при необходимости и желании строить карьеру также может приводить к повышению уровня гендерного конфликта.

Таблица 5

Средние значения уровня внутриличностного гендерного ролевого конфликта между мужчинами в возрасте 28-33 лет и 40-45 лет

	Дети	Дом	Работа	Супруги	Я
Мужчины- 28-33гг.	3,16	1,95	3,68	3,53	2,10
Мужчины 40-45гг.	3,63	3,16	3,26	2,47	3,16
U-критерий Мана-Уитни	0,091321	0,808698	0,292630	0,798173	0,880621

В исследовании приняли участие по 19 человек в двух возрастных категориях 28-33 года и 40-45 лет. В данной группе не обнаружены статистически значимые различия. Можно выделить сферы, которые выше средних значений, а именно у мужчин 40-45 лет сферы «дети», «дом», «работа», «я» у мужчин 28-33 года сферы «супружеские отношения», «дети» и «работа». Более подробно рассмотрим на примере методики незаконченные предложения.

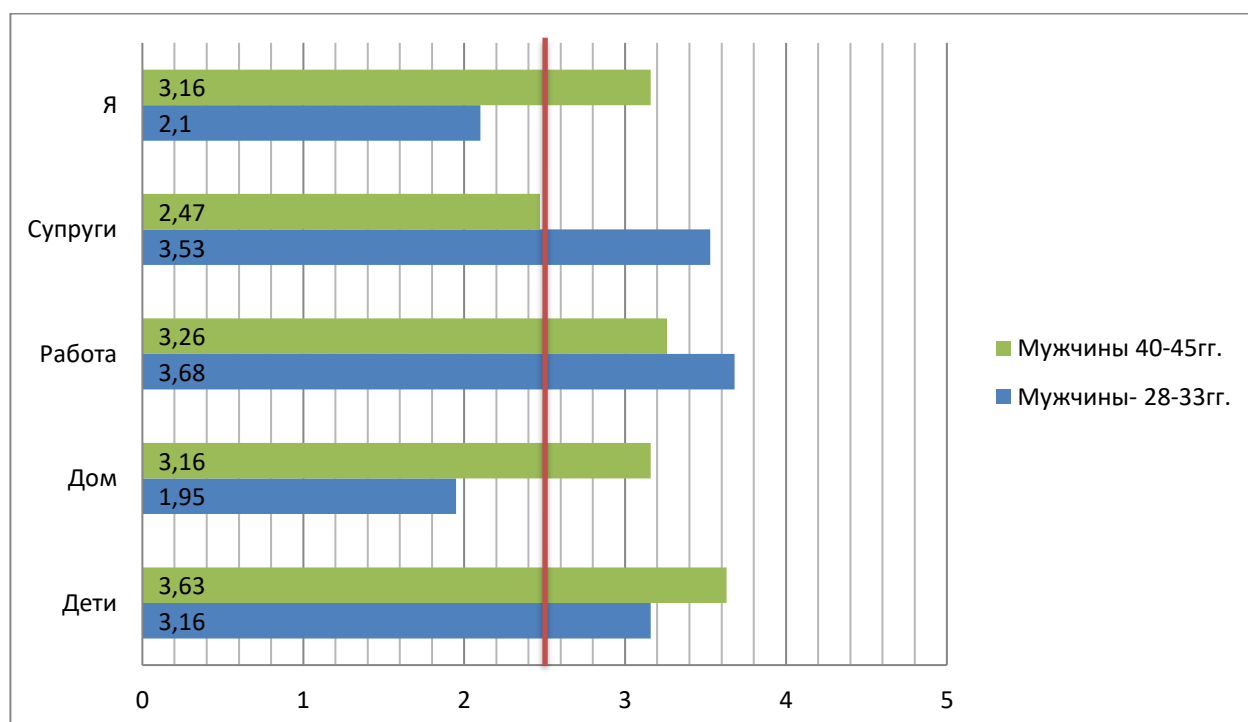


Рис. 6. Средние значения уровня внутриличностного гендерного ролевого конфликта между женщинами в возрасте 28-33года и 40-45 лет по опроснику Шакировой Г.Ф.

Так же при выборе сидеть дома с ребенком или идти на работу, мужчины 40-45 лет предпочитают идти на работу так ответили 63 %, а мужчины в возрасте 28-33 года с аналогичным результатом (63%) выбирают сидеть с ребенком. При этом дать хорошее образование задача, по мнению испытуемых, является обоим супругам, что показывает заинтересованность не только в зарабатывании денег, но и в передаче своим детям знаний и умений. Мужчины в возрасте 40-45 лет отмечают, что это действительно задача «серьезная», «действительно задача», «задача №1», это можно объяснить опытом и желанием людей данного возраста успехов своим детям, т.к. считают, что без образования тяжело добиться в жизни, признания и состоятельности. Также в современной жизни важно «получить образование», «обучаться», данные ответы набрали наибольшее количество среди мужчин-респондентов. Здесь также важно образование, но с возрастным опытом отмечается изменчивость мира и что такое качество как умение подстраиваться под новые условия и быть мобильным, наравне с образованием поможет облегчить жизнь и более успешно устояться в обществе, так как одного образования для этого будет мало.

Большая часть мужчин обоих возрастов считают, что именно они должны стать профессионалами. Это, прежде всего, диктуется общим мнением, что мужчина должен работать и приносить деньги в семью, это их первоочередная задача, а также тем, что в современном мире именно для мужчин открывается больше дорог и путей в плане работы и их профессионального роста. Это и доказывают ответы на вопрос: «Моя профессиональная карьера...», «идет в гору», «успешно реализуется», «меня устраивает», «важна».

Однако, сфера профессионального становления становится более актуальной в связи социальными проблемами для молодых людей; мужчины

более старшего возраста профессионально более стабильны; а вот необходимость думать о необходимости будущего профессионального обучения детей, да собственно и сами дети, находящиеся в подростковом возрасте создают для мужчин повышение эмоционально напряжения при выполнении роли отца.

2.2.2. АНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЯ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ (Д.АМИРХАН «ИНДИКАТОР КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ»)

По результатам исследования у испытуемых выявлены средние значения во всех возрастных группах по стратегии разрешения проблем и по стратегии поиска социальной поддержки. Низкие показатели обнаружены по стратегии избегания у всех респондентов. Это позволяет нам сделать вывод о том, что данную стратегию мужчины и женщины в двух возрастных категориях принимают во внимание реже всех остальных.

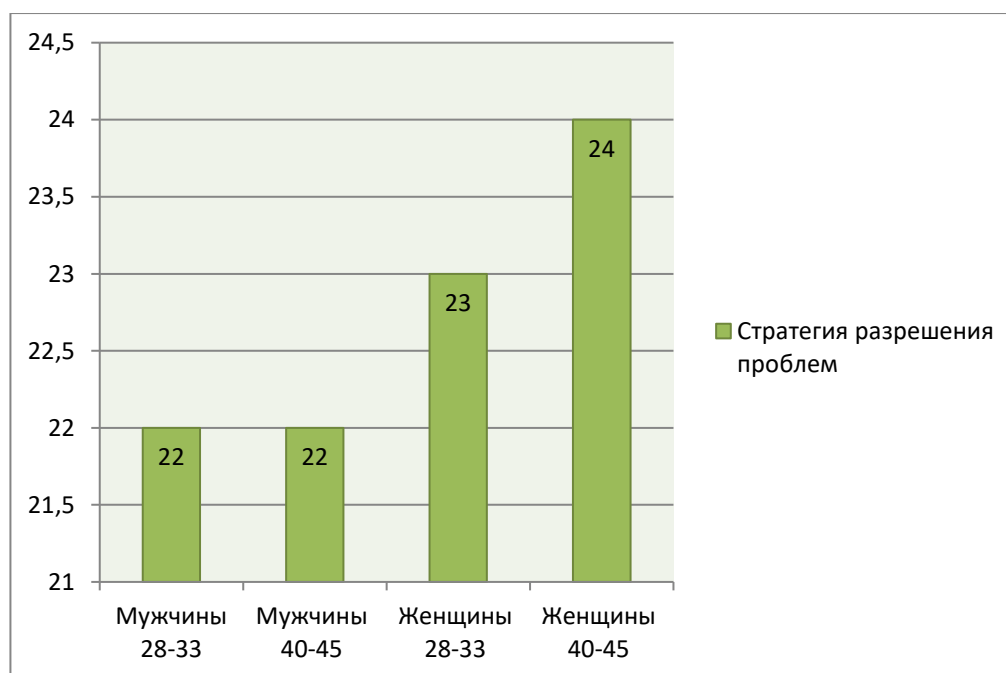


Рис. 7. Средние значения стратегии разрешения проблем мужчин и женщин в двух возрастных группах по методике Дж.Амирхана «Индикатор копинг-стратегий»

Норма для оценки результатов стратегии разрешения проблем варьируется от 22 до 30 баллов. Согласно рисунку 7 мы можем увидеть, что мужчины в двух возрастных категориях находятся на отметке 22, что является началом среднего уровня тестирования. Показатели женщины не значительно выше. Данная стратегия направлена на поиски эффективного способа разрешения ситуации при помощи всех имеющихся у человека личностных ресурсов. Э. Фрайденберг рассматривает три копинг-стратегии в зависимости от успешности разрешения возникших проблем: 1) обращение к другим, которое не может однозначно оцениваться как продуктивное или непродуктивное; 2) эффективный копинг, проявляющийся в когнитивном анализе проблемы, сохранении оптимистического настроения; 3) неэффективный копинг, выражающийся в стратегии избегания [Хачатурова].

В данной стратегии с помощью способности к когнитивному анализу проблемы человек может находить эффективные пути решения. Использование когнитивных стратегий повышает у человека ощущение степени контроля над ситуацией и, как следствие, снижает уровень отрицательных эмоций. Е.И.Рассказова и Т.О. Гордеева также выделяют, что к наиболее приспособляемым относятся стратегии, которые направлены на разрешение проблемной ситуации [Хачатурова]. Как показывает исследование в данной выборке, присутствуют мужчины и женщины уже с определенными целями, взглядами и ценностями. Они придерживаются целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, продуманного плана своих действий с учетом внутренних ресурсов и прошлого опыта.



Рис. 8. Средние значения стратегии поиска социальной поддержки у мужчин и женщин в двух возрастных категориях по методике Дж.Амирхана «Индикатор копинг-стратегий»

Норма для оценки результата стратегии поиска социальной поддержки по методике Дж.Амирхана варьируется от 19 до 28 баллов. На графике 8 предоставлены результаты испытуемых, согласно данным все возрастные категории у мужчин и женщин находятся на средних показателях. У женщин 28-33 года и 40-45 лет, а также у мужчин 40-45 лет - 23 балла, у мужчин 28-33 года – 22 балла.

Данную стратегию можно считать как адаптивной, так и неадаптивной. С одной стороны, решать проблему при помощи внешних ресурсов, например, посмотреть на ситуацию со стороны, послушать и заметить другую точку зрения, посмотреть под другим углом на ситуацию, приводит к положительным результатам решения проблемы. Возраст наших испытуемых предполагает наличие житейского опыта и надежных людей вокруг себя. Соответственно для них значительную роль играет взаимодействие с другими людьми, получая в ответ поддержку, внимание и сочувствие. С другой стороны данная стратегия может носить отрицательный характер. Например, формирование зависимой

позиции, либо излишней, а возможно иногда и избыточных ожиданий от окружающих.

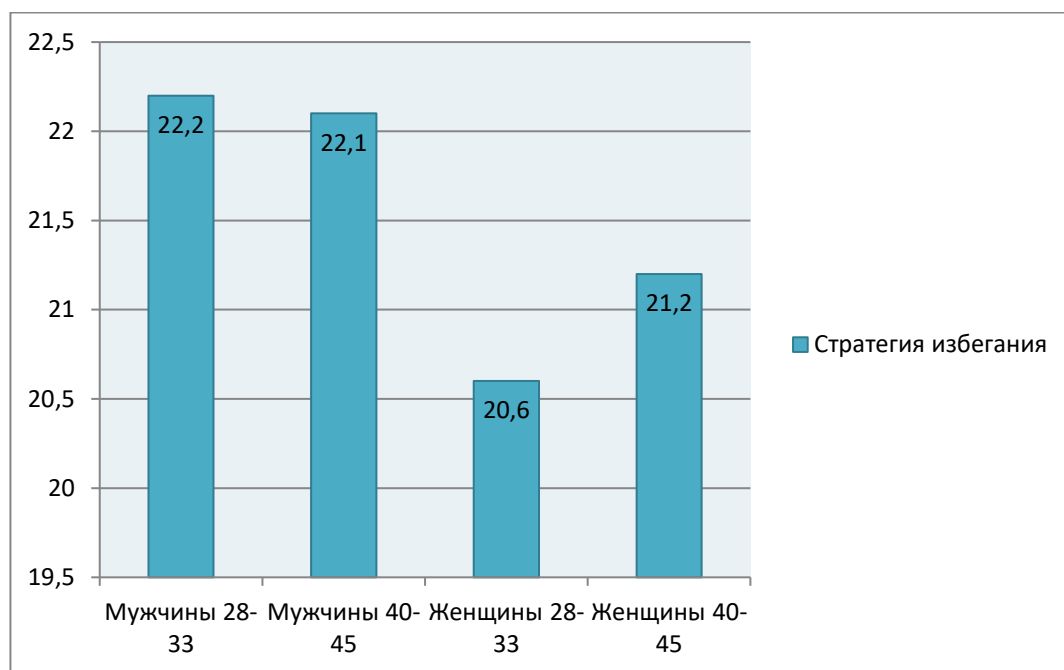


Рис. 9. Средние значения стратегии избегания у мужчин и женщин в двух возрастных категориях по методике Дж.Амирхана «Индикатор копинг-стратегий»

В стратегии избегания средние значения начинают варьироваться с 24 до 26 баллов. По рисунку 9 мы можем увидеть, что во всех возрастных категориях, отмечается низкий показатель результатов. У женщин в возрасте 28-33 года средние значения составляют 20,6 баллов, у женщин 40-45 лет – 21,2 балла, у мужчин 40-45 лет – 22,1 и у мужчин 28-33 года 22,2 балла.

Стратегия избегания может сформировать дезадаптивное поведение, а с другой стороны она может носить адекватный характер, например, отложить конфликт и принятие решение проблемы на более поздний срок. Это выход из ситуации, не уступая, но и не настаивать на своем, отказаться от спора и высказывания противнику. Данное поведение может быть целесообразно, когда предмет разногласий не содержит ценности, если через время обстоятельство может разрешиться само собой или через время может появиться эффективное

решение проблемы. Деструктивная модель может провоцировать, вызывать агрессивность у собеседника. Как поступить в тот или иной момент зависит от самой ситуации, возраста, опыта и внутренних ресурсов человека.

Стратегии, которые носят исключительно положительный или отрицательный характер не существует. Каждая из них может быть как благоприятной и обеспечить наилучший результат, так и привести к худшему результату, привести к развитию конфликта и ухудшению отношений.

Далее с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена удалось обнаружить следующие данные.

Таблица 6

Коэффициент корреляции между сферами существования гендерного конфликта мужчин и копинг-стратегиями

			Стратегия разрешение конфликта	Стратегия Поиск социальной поддержки	Стратегия избегания
Ро Спирмена	ДЕТИ	Коэффициент корреляции	0,014	0,160	-0,042
		Знач. (двухсторонняя)	0,932	0,337	0,802
		N	38	38	38
	ДОМ	Коэффициент корреляции	-0,061	-0,077	0,188
		Знач. (двухсторонняя)	0,717	0,644	0,259
		N	38	38	38
	РАБОТ А	Коэффициент корреляции	-0,127	-0,011	0,411
		Знач. (двухсторонняя)	0,448	0,947	0,010
		N	38	38	38
	СУПРУ ГИ	Коэффициент корреляции	-0,242	-0,003	-0,075
		Знач. (двухсторонняя)	0,143	0,987	0,653
		N	38	38	38
	Я	Коэффициент корреляции	-0,120	0,374	0,145
		Знач. (двухсторонняя)	0,474	0,021	0,385
		N	38	38	38

Анализ проводился в программе SPSS 23. В таблице 6 представлены сферы респондентов (дети, дом, работа, супруги, я), в которых возможен гендерный внутриличностный конфликт и применяемые копинг-стратегии (разрешение конфликта, поиск социальной поддержки и стратегия избегание).

В процессе корреляционного анализа выявлены статистически значимые связи между наличием гендерного конфликта в сфере «работа» и стратегией избегания, а в сфере «я» – с поиском социальной поддержки. Другими словами при наличии гендерного ролевого конфликта в сфере работа, мужчины пытаются пережить неблагоприятные чувства в проблемной ситуации за счет реагирования по типу избегания, ухода от проблемы. Выбор данной стратегии указывает не на активные действия в решении проблемы, а на снижение эмоциональной нагрузки, или стрессоустойчивости. Стратегия избегания соотносится со следующими признаками: низкой активностью, направленной на дело и высокой эмоциональностью выражаемая в чувствительности к несовпадению ожидаемого и полученного результата. Помимо этого к данной стратегии также относится низкий уровень самоуправления и негативное отношение к себе [Гришина].

В сфере «я» мужчины в качестве стратегии применяют поиск социальной поддержки. Можно предположить, что при наличии возрастного кризиса в данной сфере идет расхождение между «чего я хочу?» и «чего я достиг?». Насколько удовлетворены именно «мои желания», а не общие планы семьи или просто, потому что я мужчина и это «надо реализовывать». Анализ зарубежных исследований изучающих данную стратегию, а именно Р.Лазарус и С.Фолкман выделили шкалу, которая подразумевает обращение за информационной, эмоциональной и действенной помощью. Согласно исследованиям S.Cohen, N.A. Wills, H.Sek информационная помощь подразумевает предоставление полезного совета, эмоциональная проявление интереса, сожаления, материальная это сюрпризы, безвозмездная материальная помощь и инструментальный вид – помощь делом [Корнев].

Таким образом, мужчинам необходимо поддержка, осознание того, что их понимают, чем более что они сами готовы об этом говорить.

Таблица 7

Коэффициент корреляции между сферами существования гендерного конфликта женщин и копинг-стратегиями

			Стратегия разрешение конфликта	Стратегия поиск социальной поддержки	Стратегия избегание
Ро Спирмена	Дети	Коэффициент корреляции	0,323	0,350	-0,067
		Знач. (двухсторонняя)	0,025	0,015	0,651
		N	48	48	48
	Дом	Коэффициент корреляции	0,089	0,025	0-,170
		Знач. (двухсторонняя)	0,549	0,867	0,247
		N	48	48	48
	Работа	Коэффициент корреляции	0,193	0,362	0,401
		Знач. (двухсторонняя)	0,190	0,011	0,005
		N	48	48	48
	Супруги	Коэффициент корреляции	-0,117	0,125	0,121
		Знач. (двухсторонняя)	0,427	0,399	0,412
		N	48	48	48
Я	Коэффициент корреляции	0,067	-0,112	0,007	
	Знач. (двухсторонняя)	0,652	0,447	0,960	
	N	48	48	48	

Согласно результатам, представленным на таблице 7 у женщин статистически значимые связи обнаружены между сферой дети и стратегиями как разрешения конфликта, и поиск социальной поддержки, а в сфере работа с такими стратегиями как поиск социальной поддержки и стратегией избегание.

Как уже упоминалось выше, стратегия разрешения конфликта применима при когнитивном анализе проблемы и нахождению путей решения. Соответственно, можно предположить, что в связи на сегодняшний день огромной волны информации по воспитанию детей, женщины применяют ее на своем опыте. Доступ и расширение знаний в области воспитании детей, дает

право лучше понять ребенка в определенном возрасте или кризисе и найти к нему эффективные способы урегулирования проблемы. Сейчас все больше женщин обращается к специалистам по развитию детей, будь это врачи, психологи, нейропсихологии, педагоги, не пуская все на самотек «пройдет с возрастом». Они готовы говорить, обсуждать эту проблему, получая взамен поддержку со стороны. Женщины готовы действовать, принимать какие-либо решения в улучшении ситуации связанные с детьми. Другими словами этот некий контроль над ситуацией, который не исключает эмоциональное истощение и стрессоустойчивость.

Вторая статистически значимая связь сфере работа и применение таких стратегий как поиск социальной поддержки и стратегии избегание. Для женщин важна социальная поддержка с ее помощью они могут снизить эмоциональное напряжение, легче пережить трудную жизненную ситуацию, или кризис профессиональной роли. Возраст испытуемых предполагает наличие и обмен житейским опытом. Возможно, получая со стороны других людей положительную оценку, они ощущают себя важными и нужными в данной ситуации. К сожалению, данная стратегия не носит исключительно эффективный способ преодоления проблемы. Может приводить к деструктивным методам, таким как зависимость или неспособность принять решение самостоятельно.

Таблица 8

Коэффициент корреляции между сферами существования гендерного конфликта женщин и мужчин и копинг-стратегиями

			Стратегия разрешение конфликта	Стратегия поиск социальной поддержки	Стратегия избегание
Ро Спирмена	Дети	Коэффициент корреляции	0,196	0,259	-0,047
		Знач. (двухсторонняя)	0,070	0,016	0,671

Продолжение таблицы 8

		N	86	86	86
	Дом	Коэффициент корреляции	0,052	0,018	-0,052
		Знач. (двухсторонняя)	0,635	0,866	0,637
		N	86	86	86
	Работа	Коэффициент корреляции	0,010	0,170	0,426
		Знач. (двухсторонняя)	0,928	0,119	0,000
		N	86	86	86
	Супруги	Коэффициент корреляции	-0,169	0,065	0,054
		Знач. (двухсторонняя)	0,120	0,552	0,621
	Я		N	86	86
		Коэффициент корреляции	-0,009	0,101	0,048
		Знач. (двухсторонняя)	0,932	0,354	0,660
		N	86	86	86

Результаты, представленные в таблице 8 позволяют увидеть какие копинг-стратегии применяют мужчины и женщины в двух возрастных группах. По данным результатам мы можем заметить, что в сфере «дети» мужчины и женщины применяют стратегии разрешение конфликта и поиск социальной поддержки. Применяя данные стратегии, приводят к конструктивному способу преодоления конфликтной ситуации.

В сфере «работа» и мужчины и женщины применяют чаще всего одну стратегию – избегание. Стратегия избегания позволяет испытуемым отвлечься, подумать о проблеме чуть позже, что позволяет с одной стороны не растратить свой внутренний ресурс здесь и сейчас. С другой стороны, можно упустить что-то ценное и главное и скорее всего к данной проблеме придется вернуться снова, что провоцируется повтор негативных эмоций и переживаний.

Применяя ту или иную копинг-стратегию важно понимать, что необходимо не только эффективное достижение результата, но и стараться сохранить хорошие отношения с оппонентом. Удовлетворение интересов всех участников конфликта приводит к исчезновению разногласий.

ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

1. Согласно исследованию данные обнаружены статистически значимые различия в уровне внутриличностного гендерного конфликта между мужчинами и женщинами в возрасте 28-33 года в сфере «работа». У мужчин среднее значение равно 3,68, а у женщин 1,92. У мужчин средний показатель чуть выше и можно предположить, что это связано с несовпадением гендерных представлений о своей профессиональной роли и гендерных стереотипов, которые приняты в обществе. На сегодняшний день мужчины и женщины практически в одинаковой степени уделяют время семье и работе.

2. Значимые различия обнаружены между двумя группами женщин в сфере «дом». Средние значения у женщин в возрасте 40-45 лет равны 3,87, а у женщин 28-33 года 2,12. На первый взгляд женщины готовы просить помощи у близких по выполнению домашних обязанностей, но им необходимо контролировать процесс, они не могут пустить все на «самотек». У женщин 40-45 лет средний уровень выше, чем у женщин 28-33 года. Скорее всего, это связано с гендерной самооценкой, женщинам в возрасте 40-45 лет необходимо демонстрировать, что они преуспевают не только в профессиональном плане, но и дома.

3. Соответственно можем сделать вывод: гипотеза о том, что у женщин выше уровень семейного ролевого конфликта, а у мужчин выше уровень конфликта, связанного с работой подтверждена частично.

4. Не установлено значимых различий между используемыми копинг-стратегиями между мужчинами и женщинами в обеих возрастных группах.

5. Исследования показало, что мужчины в обеих возрастных категориях в сфере «работа» используют стратегию избегание, что не подтверждает выдвинутую нами гипотезу, которая заключается в том, что мужчины применяют активное решение проблемы. Нами было предположено, что мужчины чаще применяют активное поведение в разрешении данного конфликта т.к. в социуме образ мужчины ассоциируется с чем-то сильным,

стойким, всемогущим. В сфере «я» мужчины выбирают стратегию поиска социальной поддержки. Для мужчин важна поддержка, быть услышанным и принятым, взгляд и мнение со стороны, а может быть просто, поделиться своими мыслями.

б. У женщин также в двух возрастных категориях применяются стратегии разрешения конфликта и поиск социальной поддержки в сфере «дети», а в сфере «работа» - стратегия поиск социальной поддержки, а также стратегия избегание. Это дает нам право сказать о подтверждении нашей гипотезы. По гендерному стереотипу женщины больше непостоянны, изменчивы и применение разного рода копинг-стратегий для данного пола вполне логичны и принят в обществе. Если рассматривать мужчин и женщин вместе, то в сфере «дети» используют такие стратегии как разрешение конфликта и поиска социальной поддержки, а в сфере «работа» - стратегия избегание.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что при наличии внутриличного гендерного ролевого конфликта, чаще всего испытуемые в сфере «работа» выбирают стратегию избегание во всех остальных сферах данной стратегии не обнаружено. В сферах «я», «дети» больше преобладают такие стратегии как поиск социальной поддержки и разрешение проблем.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная работа была направлена наметить, в какой сфере имеется внутриличностный гендерный ролевой конфликт, в чем его причины возникновения и какие копинг-стратегии применяют мужчины и женщины в возрастных категориях 28-33 года и 40-45 лет. Из-за отсутствия диагностического инструментария для исследования гендерного конфликта, мы не можем конкретно утверждать о наличии или не наличии испытуемых данного конфликта. С помощью диагностики внутриличностного гендерного ролевого конфликта Шакировой Г.Ф. нам удалось заметить различия в предоставленных сферах, что дает нам право предположить о существовании ролевого конфликта. Большинство испытуемых демонстрируют традиционные гендерные представления относительно своих ролей. Тем не менее, мы можем выделить сферы, в которых различия имеются.

Современная семья не привязывает гендерный стереотип о том, что только мужчина должен быть главным добытчиком семьи, и данную задачу на сегодняшний день вправе осуществлять оба супруга в равных долях.

Также наблюдается многозадачность, как у мужчин, так и женщин. Женщины не готовы тратить свои ресурсы исключительно на «домашние обязанности», им интересно развитие профессиональной роли. Мужчины больше времени стараются уделять семье, детям, домашним обязанностям. Отмечено размытие гендерного стереотипа и разделение семейных обязанностей поровну. Уровень гендерного ролевого конфликта испытуемых является не существенно высоким, а находится на отметке выше средних показателей в определенных сферах. Полученные данные можно объяснить тем, что у современных людей существует много возможностей для его предупреждения и устранения конфликтного напряжения.

Данную идею подтверждает и применение копинг-стратегий у оппонентов. При обнаружении расхождений в сфере «дети» или «я» не отмечено стратегии избегание. Это говорит об эффективном применении

стратегии поведения. Испытуемые стараются разрешить данный конфликт, а не убежать от него. В сфере «работа» присутствует стратегия избегание, но и тут мы не можем утверждать о том, что она не эффективна. Применение любой копинг-стратегии необходимо рассматривать в индивидуальном случае т.к. если они были бы универсальными, существовала бы классификация применения на сегодняшний день.

Таким образом, можно заявить о том, что данная область изучена, не окончательно и требует внимательного изучения и новых открытий.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Акименко А. К. Взаимосвязь стратегий совладающего поведения и социально-психологических характеристик личности // Изв. Сарат. ун-та Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2016. №2. С. 151-157.
2. Бегина И. А., Ивченков С. Г., Шахматова Н. В. Гендерные стереотипы современной провинциальной молодежи: опыт социологического измерения // Женщина в российском обществе. 2018. №1 (86). С.19-29.
3. Белых Т. В. Особенности восприятия коммуникативного «я» у юношей и девушек с разной гендерной идентичностью // Гуманизация образования. 2019. № 3. С. 4-15.
4. Бехтер А. А. Реактивное и проактивное совладающее поведение у российских первокурсников: диагностика и возможности развития // Журнал психологии и педагогики РУДН. 2021. Т. 18. № 1. С. 85-103.
5. Борисова И.В., Хулина К.И. Совладающее поведение женщин с разной сексуальной ориентацией и гендерной идентичностью // Клиническая и специальная психология. 2017. Том 6. № 4. С. 33–46.
6. Боровских Н. В., Авласович Е. М. Гендерные различия в оплате труда: региональный аспект // Наука о человеке: гуманитарные исследования. 2015. №3 (21). С.174-181.
7. Ветерок Е. В., Тишкова А. С. Теоретические аспекты внутриличностного конфликта в психоаналитическом подходе // СМАЛЬТА международный научно-практический и методический журнал. 2019. №. 1. С. 23-30.
8. Воеводина Е. В. Гендерный конфликт и современность: равенство или дискриминация? //Социальный конфликт: социетальное, региональное и историческое измерение. Столетие гуманитарного образования в Саратовском государственном университете: диалог времен-прошедшего, настоящего и будущего. 2017. С. 20-24.

9. Волкова А. В. Возрастные особенности совладания со стрессом мужчин и женщин // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2018. № 3. С. 6-18.
10. Гоголева Е.Н. Гендерные стереотипы в телевизионной рекламе как отражение гендерного неравенства // Женщина в российском обществе. 2019. №1 (90). С.77-86.
11. Гончарук В. Н. Исследование особенностей совладающего поведения у мужчин и женщин среднего возраста // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. 2020. № 4. С. 35-45.
12. Горностай П.П. Диагностика и коррекция ролевых конфликтов // Журнал практического психолога. 2018. № 1. С. 44-51.
13. Горшкова А. С. Гендерная социализация как условие развития позитивного «образа Я» в молодом возрасте // Социализация в глобальном мире: вызовы современности: Сборник материалов Международной научно-практической конференции, Калуга, 20–21 мая 2021 года. Калуга: Издательство Калужского государственного университета им. К.Э. Циолковского. 2021. С. 64-70.
14. Грошев И. В. Об актуальности исследования гендерных различий в конфликтном взаимодействии // Гендерные ресурсы и формирование нового гендерного порядка в XXI веке: коллективная монография. Москва: НИИ ЮФО. 2020. С. 145-150.
15. Замятина Е. С. Гендерные различия при выборе специальности в вузе в современной России // Мониторинг. 2017. №3 (139). С.163-176.
16. Зикирова Ш. С. Внутриличностный (гендерный) конфликт профессиональной роли // Индустрия туризма: возможности, приоритеты, проблемы и перспективы. 2018. Т.12. № 2. С. 68-77.
17. Иванова А. А. Гендерные особенности брачно-семейного поведения молодежи (г. Астрахань) // Логос и Практика. 2015. №1. С. 50-58.

18. Истратова О. Н., Эксакусто Т. В. Представления о гендерных и семейных ролях современных молодых мужчин и женщин // *European Social Science Journal*. 2017. №. 7. С. 391-400.
19. Калачикова О.Н., Груздева М.А. Гендерные стереотипы в современной семье: женщины и мужчины (на материалах социологического исследования) // *Женщина в российском обществе*. 2019. №1 (90). С. 64-76.
20. Клецина И. С., Иоффе Е. В. Нормы женского поведения: традиционная и современная модели // *Женщина в российском обществе*. 2019. №. 3. С. 72-90.
21. Князькова М.О. Особенности этнической идентификации и копингстратегий как индикаторов внутриличностного конфликта // *Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология*. 2019. №1. С.70-75.
22. Колодина А. П. Важность гендерного воспитания в современном мире // *Молодёжь и наука: актуальные проблемы педагогики и психологии*. 2017. № 2. С. 74-79.
23. Константиныди М. К. Изучение копинг-механизмов и стратегий поведения в конфликте // *Психология человека в условиях здоровья и болезни: Материалы V Международной научно-практической конференции, Тамбов, 05–06 июня 2015 года*. Тамбов: Тамбовская региональная общественная организация "Общество содействия образованию и просвещению «Бизнес - Наука – Общество». 2015. С. 120-123.
24. Корнев К. И., Агалакова А. С. Роль социальной поддержки как стратегии преодоления личностью трудных жизненных ситуаций // *ОмГУ*. 2019. №2. С. 12-20.
25. Корытова Г.С., Еремина Ю.А. Защитно-совладающее поведение: ретроспективная реконструкция понятия // *Вестник ТГПУ*. 2015. №3 (156). С.42-48.
26. Котенёва А. В. Личностные уровни и система жизнеобеспечения личности в стрессовых ситуациях // *Вестник Костромского государственного*

университета. Серия: Педагогика. Психология. СоциокINETика. 2016. №1. С.111-116.

27. Крайник В.Л., Микова М.В. Сущность и содержание понятия «гендерное воспитание» // МНКО. 2016. №5 (60). С.130-132.

28. Кудрина А.В., Мелков С.В. Эволюция представлений о гендере и гендерной идентичности в психоанализе от истоков до 1990-х годов // Развитие личности. 2015. №2. С.96-119.

29. Кузнецова Т. А. Выбор женщинами стратегий совладания в связи с типом внутриличностного конфликта // Скиф. Вопросы студенческой науки. 2021. № 5(57). С. 89-94.

30. Кулагина Н.В. Внутриличностный гендерный конфликт профессиональной роли у работающих мужчин и женщин: состояние проблемы и некоторые пути её решения // Психолог. 2018. № 2. С. 138 - 228.

31. Лапкина Е.В. Совладающее поведение, жизнестойкость и жизнеспособность личности: связь понятий, функции // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. СоциокINETика. 2015. №4. С.130-133.

32. Лебедева М. В. Эмоциональные гендерные различия в пожилом возрасте // Russian Economic Bulletin. 2020. Т. 3. № 2. С. 283-287.

33. Лопухова О. Г. Внутриличностный гендерный ролевой конфликт: системный подход к проблеме // Russian Journal of Education and Psychology. 2010. №4. С.113-119.

34. Люсова О.В., Солянкина Л.Е. Образ будущего как компонент ценностно-смысловой сферы юношей и девушек // МНКО. 2016. №3 (58). С.202-206.

35. Мантурова Н. М. Особенности самоактуализации личностей разных гендерных типов // Философия образования. 2015. № 5(62). С. 161-173.

36. Маслова Т. М. Связь выбора студентами вуза стратегии поведения в конфликте с их гендерным типом // Вестник Приамурского государственного университета им. Шолом-Алейхема. 2021. № 2(43). С. 123-130.

37. Мельникова Н. Н. Карьерные ориентации: гендерные различия и возрастная динамика // Психология. Психофизиология. 2016. №3. С.76-86.
38. Мокиевская И. В., Смирнова О. В. Особенности совладающего поведения в ситуации супружеского конфликта у мужчин и женщин // Концепт. 2020. №2. С.121-127.
39. Нечепоренко О. П., Уфимцева О. В. Ролевые установки и удовлетворённость браком как детерминанты копинг-поведения в трудных семейных ситуациях у молодых супругов с детьми и без детей: гендерный аспект // ОНВ. 2015. №2 (136). С.144-148.
40. Ожигова Л. Н. Чувство вины у работающих матерей как психологическая проблема // Общество: социология, психология, педагогика. 2019. № 4(60). С. 63-67.
41. Плотникова Е. С., Гордеева В. В. Гендерные различия самореализации и самоактуализации // АНИ: педагогика и психология. 2020. №2 (31). С.358-362.
42. Политика О. И. Жизнестойкость и совладающее поведение в сенильном возрасте: гендерный аспект // Общество: социология, психология, педагогика. 2016. №12. С. 71-74.
43. Поплавская А. А., Соболева Н. Э. Удовлетворенность различными аспектами работы мужчин и женщин в России // Мониторинг. 2017. №5 (141). С.271-288.
44. Простотина Ю. В. Гендерные стереотипы: формирование и детерминанты // Социодинамика. 2017. №3. С.1-9.
45. Рассказова Е. И., Гордеева Т. О., Осин Е. Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики cope // Психология. Журнал ВШЭ. 2013. №1. С.82-118.
46. Родина Н.В. Особенности гендерной идентичности личности в преодолении стресса // PEM: Psychology. Educology. Medicine. 2015. №3-4. С.313-327.

47. Самсонова Н.Л. Сравнительный анализ способов совладающего поведения и особенностей саморегуляции в ситуациях стресса у мужчин и женщин среднего возраста // Перспективы науки и образования. 2020. № 3(45). С.350-359.
48. Суркова Е.Г. Глубина внутриличностного конфликта и зрелость совладающего поведения личности // Знание. Понимание. Умение. 2012. № 3. С. 251-256.
49. Тулегенова А.Г., Бакшиш Э.Н. Взаимосвязь процессов становления гендерных и социальных ролей // МНКО. 2018. №5 (72). С.308-309.
50. Туринцева Е. А., Решетникова Е. В., Попова В. В. Гендерный конфликт глазами молодежи: биосоциологический аспект // Знание. Понимание. Умение. 2016. №4. С.171-184.
51. Усова Н. В. Изучение соотношения характеристик совладающего поведения и социальной активности личности в условиях социальной и трудовой неопределенности // Перспективы науки и образования. 2020. № 5(47). С. 357-367.
52. Федеральная служба государственной статистики: официальный сайт. Москва. URL: <https://rosstat.gov.ru> (дата обращения 20 декабря 2021).
53. Фонд социального страхования Российской Федерации: официальный сайт. Москва. URL: <https://fss.gov.ru> (дата обращения 20 декабря 2021).
54. Хачатурова М. Р. Совладающий репертуар личности: обзор зарубежных исследований // Психология. Журнал ВШЭ. 2019. №3. С. 160-169.
55. Цветкова Н. А. Особенности копинг-стратегий, используемых для разрешения конфликтов в семьях с разным стажем брака // Развитие личности. 2018. №1. С.95-104.
56. Цебрук М.А. Особенности гендерно-ролевого конфликта в раннем юношеском возрасте: внутриличностный уровень проявления // Психологический журнал. 2018. № 4. С. 63–67.

57. Чуркина Н. А. Андрогинная идентичность как способ адаптации человека в современном обществе // Манускрипт. 2017. №5 (79). С.204-206.
58. Чуркина Н. А. Гендерная идентичность в аспекте трансформации гендерной ментальности // Социодинамика. 2018. №9. С. 98-104.
59. Чхиквадзе Т. В. Особенности копинга и механизмов психологической защиты у лиц с алкогольной зависимостью // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2018. Т. 15. № 1. С. 94-108.
60. Шакирова Г. Ф. Особенности внутриличностного гендерного ролевого конфликта у мужчин и женщин в условиях современного общества // Автореф. дисс.... к. психол. наук. Казань, 2019. С.164.
61. Шведова Н. А. Отмечая юбилей: вопросы гендерного равенства в приоритетах оон // Женщина в российском обществе. 2020. №. 3. С. 16-29.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1. ОПРОСНИК «ДИАГНОСТИКА
ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ТЕНДЕРНОГО РОЛЕВОГО
КОНФЛИКТА»

Инструкция: Прочитайте утверждения, в случае если Вы согласны – поставьте знак «+», если нет - знак «-».

1. Я скорее куплю что-нибудь своему ребенку, нежели себе.
2. Я не могу пустить домашнее хозяйство «на самотек», так как без меня это не будет сделано.
3. К сожалению, когда у меня возникают проблемы на работе, я могу «сорваться» на супругу/супруга.
4. Дела по дому у нас в семье, как правило, распределены.
5. Если у меня испорчено настроение, то часто возникает желание пойти в магазин и купить себе что-то.
6. Меня беспокоит, что я не провожу с ребенком достаточное количество времени.
7. Чем просить супруга/супругу помочь по хозяйству, проще все сделать самому/самой.
8. Я очень хочу «вырасти» в профессиональном плане, даже если я буду уделять моей семье, мало времени.
9. Часто мое плохое настроение сказывается на интимных отношениях с супругом/ой.
10. Я лучше куплю дорогое средство с моментальным действием, нежели дешевле, эффект которого придется ждать несколько недель.
11. Ребенку я могу купить даже дорогую игрушку (несмотря на то, что их у него и так много).
12. Я чувствую, что мне приходится делать по дому больше своих возможностей.
13. Часто я задерживаюсь на работе допоздна, несмотря на то, что «переработка» не будет оплачиваться.

14. В любовные отношения я вкладываю больше, чем мой партнер и это меня беспокоит.

15. У меня нет достаточного времени и сил для того, чтобы реализовать свои собственные интересы и желания.

16. Я стараюсь покупать ребенку только дорогие вещи.

17. Когда у меня дома беспорядок, мне бывает стыдно.

18. Если я задерживаюсь на работе допоздна, то я пытаюсь загладить свою вину перед домочадцами (либо готовлю в следующий раз ужин, либо покупаю им что-нибудь, либо мы идем в ресторан).

19. Я думаю, что работа мешает моей семейной (личной) жизни.

20. Я, конечно, не верю рекламе, но когда дело доходит до покупок, я прислушиваюсь к совету рекламодателей.

21. Когда я прихожу с работы домой, у меня чаще всего не остается желания и времени на общение или игру с ребенком.

22. У меня возникают проблемы, чтобы «выкроить» время для выполнения «моих» обязанностей (пропылесосить, выбросить мусор и т.д.).

23. Когда у меня возникают проблемы на работе, я больше начинаю уделять времени выполнению домашних обязанностей.

24. Я добился меньше в профессиональном плане, чем моя супруг/а, но это несколько не умоляет моего достоинства.

25. Вместо того, чтобы заняться собой (пройтись по магазинам, сходить в театр или кино, прочитать книгу, встретиться с друзьями, заняться хобби), я лучше займусь домашним хозяйством.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2. МЕТОДИКА НЕЗАКОНЧЕННЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

1. В семейных отношениях мужчина/женщина не должен/должна...
2. Воспитанием детей в большей степени необходимо принимать участие...
3. Зарабатывать в семье присуще....
4. Мысли о нежелании заводить семью более предпочтительнее...
5. Держать себя в подтянутой форме, следить за здоровьем и заниматься спортом больше присуще, прежде всего...
6. Между выбором сидеть дома с ребенком и идти на работу я выберу...
7. Между работой и семьей я выберу...
8. Стать профессионалом в жизни...
9. Дать хорошее образование и воспитание – задача...
10. В современной жизни важно...
11. Мои цели в жизни...
12. Главное чем я горжусь...
13. В семье я...
14. Моя профессиональная карьера...
15. Семья и карьера в моей жизни...
16. Моя семья не позволяет мне..
17. Мне часто приходится выбирать между...
18. Внешность для меня...
19. Мое главное предназначение...
20. Если бы я могла я бы...