

## Розділ: гендерна психологія

УДК 159.9.072.4

Особистісні ресурси подолання складних життєвих ситуацій:  
гендерний аналіз

Коцар А.В.

Статтю присвячено вивченню гендерної специфіки особистісних ресурсів подолання складних життєвих ситуацій. Виявлено, що юнакам властивий більш високий рівень розвитку толерантності до невизначеності за параметром нерозв'язності. Показано, що дівчатам властивий нижчий рівень толерантності до невизначеності з такими проявами, як відчуття виключеності, відстороненості від життя. Доведено, що в юнаків відзначається більш високий рівень життєстійкості – загальної та за параметрами залученість і контроль. Встановлено, що в обранні стратегій копіngu юнаки більш схильні до асертивних та асоціальних дій. Отримані дані про більшу схильність дівчат до імпульсивних дій та уникнення як стратегій копінг поведінки. Показана відсутність гендерних розбіжностей у загальному рівні конструктивності копіngu.

Ключові слова: гендер, юнацький вік, складні життєві ситуації, толерантність до невизначеності, життєстійкість, копінг.

Статья посвящена изучению гендерной специфики личностных ресурсов преодоления сложных жизненных ситуаций. Выявлено, что юношам присущ более высокий уровень развития толерантности к неопределенности по параметру неразрешимости. Показано, что девушкам характерен более низкий уровень толерантности к неопределенности с такими проявлениями, как ощущение исключенности, отстраненности от жизни. Доказано, что у юношей отмечается более высокий уровень жизнестойкости – общей и по параметрам вовлеченности и контроля. Установлено, что в избрании стратегий копинга юноши более склонны к асертивным и асоциальным действиям. Получены данные о большей склонности девушек к импульсивным действиям и избеганию как стратегиям копинг поведения. Показано отсутствие гендерных различий в общем уровне конструктивности копинга.

Ключевые слова: гендер, юношеский возраст, сложные жизненные ситуации, толерантность к неопределенности, жизнестойкость, копинг.

The article is sanctified to the study of gender specific of personality resources of overcoming of difficult life situations. It is shown that female youths have low level of tolerance for ambiguity with such displays, as feeling of removed from life. It is well-proven that male youths have a higher level of hardiness – general and by the parameters of commitment and control. It is set that male youths are more apt to assertive and asocial strategies of coping behavior. The female youths choose the impulsive actions and avoidance as the strategies of coping behavior. It is shown the absence of gender distinctions in the general level of constructive of coping behavior.

Keywords: gender, youth age, difficult life situations, tolerance for ambiguity, hardiness, coping.

Сучасний період існування українського суспільства характеризується значним динамізмом суспільно-політичного життя, докорінними соціально-економічними перетвореннями та, нажалі, існуванням певних деструктивних тенденцій розвитку (соціальна нестабільність, незахищеність населення, безробіття, зростання рівня злочинності, знецінення моральних орієнтирів та ідеалів, тощо). Зазначені негативні риси життєвих умов сучасної людини пред'являють підвищені умови до її внутрішніх ресурсів, перш за все, до особистісних якостей, завдяки яким вона набуває здатності опиратися інтенсивному тиску складних життєвих обставин, активно пристосовуватися до швидко змінюваних умов середовища та успішно реалізовувати встановлені життєві цілі. При цьому найбільш загрозливим є вплив складних життєвих ситуацій на найбільш уразливу вікову категорію – молодь, яка знаходиться на шляху до життєвого самоствердження, особистісної стабільності, досягнення життєвого успіху. При розробці програм розвитку особистості, здатної протистояти дії психотравмуючих факторів у складних життєвих ситуаціях, одним із суттєвих принципів є розуміння гендеру як однієї з базових характеристик особистості, яка впливає на інші її прояви. Отже, актуальність досліджень у цьому напрямку визначається необхідністю визначення методологічних основ, теоретичних та практичних засад розробки гендерно специфічних програм розвитку особистості, спрямованих на забезпечення повноцінного існування людини, здатної до творчої та успішної побудови власного життєвого шляху.

Аналіз досліджень та публікацій.

Істотний вплив на особистісний розвиток людини спричиняють життєві ситуації, в яких вона перебуває на певних етапах свого життєвого шляху. У працях багатьох вчених життєва ситуація розглядається як результат взаємодії людини із обставинами, які визначають напрям її подальшого розвитку (Н. Адлер, Б. Ананьєв, Л. Анциферова, Р. Ахмеров, Ф. Бурлачук, Л. Виготський, С. Головаха, І. Кон, О. Кронік, Н. Логінова, Б. Ломов, Д. Магнуссон, С. Максименко, В. Роменець, С. Рубінштейн та ін.).

Суттєвим напрямом дослідження різних аспектів перебування людини у життєвій ситуації є вивчення обставин, які висувають до людини вимоги, що перевищують її адаптаційний потенціал і загрожують психічному та фізичному благополуччю. Такі ситуації позначають термінами «кризова», «важка життєва», «екстремальна», «напружена», «проблемна», «травмуюча», «негативна» та ін. Вони містять загрозу життєдіяльності людини, можуть призвести до неоправної фізичної та психічної шкоди, а отже, потребують високого рівня розвитку внутрішньопсихічних ресурсів особистості, що забезпечують її здатність до успішного подолання складних життєвих обставин.

У самому широкому розумінні особистісні ресурси тлумачать як все те, що належить особистості – риси характеру, здібності, цінності та ін. властивості, які є цілісною системою, що постійно оновлюється та розвивається (В. Марков [5]). А. Деркач до внутрішніх ресурсів особистості відніс психічні стани, здібності, особистісні якості, що можуть забезпечувати оптимізацію діяльності, підвищувати її ефективність. Цим феноменам дослідник надав значення психотехнології саморегуляції та самокеруванні діяльністю людини [1]. В. Бодров визначив внутрішні ресурси людини як «функціональний потенціал, що забезпечує високий рівень реалізації її активності, виконання трудових завдань, досягнення завданих показників протягом певного часу» [2, с. 116]. До особистісних ресурсів було віднесено «особистісні якості та установки, які впливають на регуляцію поведінки» [2, с. 117].

Отже, виходячи з вищесказаного, особистісні ресурси подолання складних життєвих ситуацій, як і особистісні ресурси взагалі, можна вважати багатомірним феноменом, що визначається певними особистісними якостями людини, які сприяють досягненню значущих життєвих цілей у важких, психотравмуючих, кризових, непередбачуваних та неконтрольованих життєвих обставинах, актуалізуючись за необхідності задля вирішення тих чи інших завдань.

Аналіз результатів психологічних досліджень, спрямованих на вивчення внутрішніх ресурсів здатності людини успішно взаємодіяти із складними життєвими ситуаціями [2 – 4; 6 – 8], дозволив виділити такі особистісні ресурси – складові особистісного потенціалу подолання складних життєвих ситуацій: толерантність до невизначеності (tolerance for ambiguity), життєстійкість (hardiness), конструктивну копінг поведінку (coping behavior).

Метою цього дослідження було визначення гендерної специфіки у розвитку особистісних ресурсів подолання складних життєвих ситуацій.

Методика. У дослідженні взяли участь 110 осіб юнацького віку (від 19 до 23 років) – 49 дівчат та 61 юнак.

Для діагностики особистісних ресурсів подолання складних життєвих ситуацій було обрано методики, які відповідають виділенім складовим особистісного потенціалу успішної протидії несприятливим життєвим обставинам: опитувальник толерантності до невизначеності (С. Баднера в адаптації Г. Солдатової) [8], тест життєстійкості (Hardiness Survey С. Мадді в адаптації Д. Леонтьєва та О. Рассказової) [4], методику SACS («Стратегії подолання стресових ситуацій») С. Хобфолла [3]. Статистична обробка результатів передбачала порівняння середніх оцінок розвитку особистісних ресурсів подолання складних життєвих ситуацій в юнаків та дівчат за допомогою t-критерія Стюдента.

Результати дослідження та їх обговорення.

На першому етапі статистичної обробки даних було проведено аналіз розвитку такого особистісного ресурсу ефективної поведінки у складних обставинах, як толерантність до невизначеності. Результати наведено у табл. 1 (за своїми процедурними особливостями Опитувальник толерантності до невизначеності С. Баднера дозволяє оцінити толерантність до невизначеності через вимірювання протилежної якості [8], отже у табл. 1 представлені дані, які свідчать про рівень інтолерантності досліджуваних).

Таблиця 1

Гендерні розбіжності юнаків у рівні інтолерантності до невизначеності

	Показники інтолерантності до невизначеності			
	Новизна	Складність	Нерозв'язність	Загальний рівень
Середній рівень за методикою [8]	15,91	29,69	11,95	57,55
Дівчата	18,84	41,92	15,04	75,8
Юнаки	18,39	42,33	14,05	74,77
t-критерій Стюдента	0,629*	0,395*	2,1**	0,636*

Примітки: \* – відсутність статистично значущих розбіжностей, \*\* – статистична значущість розбіжностей при  $p < 0,05$ .

Дані, наведені у табл. 1, дозволяють дійти висновку, що рівень інтолерантності до невизначеності у досліджуваних є дещо вищим, порівняно із середньостатистичними даними за методикою [8]. Звісно, отримані результати не дозволяють оцінити статистичної значущості цього перевищення, але досить значне збільшення оцінок ( $\approx 19\%$  для показника «новизни»,  $\approx 40\%$  для «складності»,  $\approx 25\%$  для «нерозв'язності» та  $\approx 31\%$  для загального рівня) дозволяє із досить високою вірогідністю припустити, що досліджуваним юнакам, незалежно від їх гендерної приналежності, притаманний занадто високий рівень вразливості щодо ситуацій ентропії, із непередбачуваним, малокерованим розвитком подій, виникненням нових, незвичних неочікуваних обставин. Подібні дані ще раз підтверджують актуальність дослідження факторів та механізмів розвитку особистісних ресурсів подолання складних життєвих ситуацій.

Виявлені гендерні розбіжності у показниках інтолерантності до невизначеності дозволяють дійти висновку, що юнаки, порівняно із дівчатами, мають дещо більший рівень загальної витривалості щодо непередбачуваних, непрогнозованих, некерованих ситуацій, отримання нової незвичної інформації (шкала «новизна») та в складних обставинах (шкала «складність»). Утім, слід зазначити, що це збільшення можна відзначити лише як тенденцію, оскільки рівня статистичної значущості ці розбіжності не досягають (див. табл. 1).

Статистично значущі гендерні розбіжності виявлено у середніх оцінках досліджуваних за шкалою «нерозв'язність» Опитувальника толерантності до невизначеності С. Баднера (див. табл. 1). Отже, можна стверджувати, що для юнаків більшою мірою притаманна витривалість щодо складних для розв'язання ситуацій та тих умов, коли ефективні рішення не є очевидними, бракує необхідна інформація, окремі аспекти проблеми не вважаються взаємопов'язаними.

Зіставлення середніх оцінок досліджуваних показало наявність статистично значущих гендерних розбіжностей за рівнем життєстійкості (див. табл. 2).

Таблиця 2

	Показники життєстійкості			
	Залученість	Контроль	Прийняття ризику	Загальний рівень
Середній рівень за методикою [4]	37,64	29,17	13,91	80,72
Дівчата	29,94	27,41	16,47	73,82
Юнаки	33,09	31,4	16,34	81,16
t-критерій Стюдента	2,049*	2,567*	0,15**	1,916*

Примітки: \* – статистична значущість розбіжностей при  $p < 0,05$ ; \*\* – відсутність статистично значущих розбіжностей.

Наведені у табл. 2 дані показують наявність статистично значущих гендерних розбіжностей за шкалою «залученість» Тесту життєстійкості. Такі результати дозволяють стверджувати, що досліджуваним юнакам, порівняно із дівчатами, більшою мірою притаманна впевненість у тому, що активна участь у перебігу навіть складних життєвих подій надає максимального шансу отримати корисний та вартий уваги результат. Вони отримують значно більше задоволення від власної діяльності із розв'язання життєвих проблем. Дівчатам, навпаки, у складних життєвих ситуаціях більш властиве відчуття виключеності, відстороненості від життя.

Дані, наведені у табл. 2, свідчать про наявність статистично значущих розбіжностей за другою шкалою Тесту життєстійкості – «контроль». Отже, юнакам із досліджуваної групи більшою мірою притаманна впевненість у можливості контролювати перебіг подій у процесі розв'язання життєвих проблем, переконання, що активні дії, якщо не й не забезпечують стовідсотковий успіх, то хоча б дозволяють максимально до нього наблизитися. Юнаки сильніше вірять у те, що самі обирають напрям власної діяльності, свій шлях досягнення життєвих цілей. На протилежність цьому, дівчатам більш властиве відчуття власної безпомічності та безпорадності, невір'я у позитивні результати власних дій щодо перетворення проблемних ситуацій.

Результати статистичного аналізу даних, отриманих за Тестом життєстійкості, показують й на наявність статистично значущих гендерних розбіжностей у загальному рівні життєстійкості (див. табл. 2). Отже, в юнаків, порівняно із дівчатами, можна відзначити більш усталену систему конструктивних переконань щодо своїх відносин із оточуючим світом взагалі та в аспекті розв'язання складних життєвих ситуацій. Вони більш успішно пристосовуються до життєвих негараздів, сприймають стресові ситуації як менш значущі та травмуючі.

Проведене дослідження дозволило встановити деякі статистично значущі гендерні розбіжності за схильністю юнаків обирати різні стратегії копінг поведінки (див. табл. 3).

Таблиця 3

	Стратегії копінг поведінки									Індекс конструктивності
	Асертивні дії	Вступ до соціального контакту	Пошук соціальної підтримки	Обережні дії	Імпульсивні дії	Уникнення	Непрямі дії	Асоціальні дії	Агресивні дії	
Середній рівень [3]	18–22	22–25	20–24	18–23	16–19	13–17	17–23	15–19	14–18	0,86–1,1
Дівчата	18,24	23,41	24,04	20,43	20,71	19,14	20,49	18,29	21,49	1,15
Юнаки	20,58	23,46	22,88	21,00	17,90	17,47	21,19	20,31	20,37	1,19
t-критерій Стюдента	3,494*	0,071**	1,454**	0,774**	4,676*	2,125***	0,928**	2,24***	1,18***	0,769**

Примітки: \* – статистична значущість розбіжностей при  $p < 0,001$ ; \*\* – відсутність статистично значущих розбіжностей; \*\*\* – статистична значущість розбіжностей при  $p < 0,05$ .

Дані, наведені у табл. 3, показують, що досліджуваним юнацького віку притаманна схильність до обрання різних стратегій копінг поведінки, яка відповідає середньостатистичним результатам за методикою. До того ж було виявлено гендерні розбіжності у обиранні тих чи інших стратегій подолання складних життєвих ситуацій.

Установлено, що юнакам більшою мірою, порівняно із дівчатами, властива здатність виявляти активність та асертивність у ситуаціях виникнення життєвих труднощів – демонструвати впевнені, наполегливі моделі поведінки, вміння відстоювати свої права та інтереси навіть у стресових ситуаціях (розбіжності за шкалою «асертивні дії» – див. табл. 3).

Аналіз гендерних розбіжностей за шкалою «імпульсивні дії» указує на те, що ця стратегія більшою мірою властива дівчатам (див. табл. 3). Вони також більшою мірою виявляють схильність до пасивної стратегії ухилення від участі у процесі розв'язання складних життєвих ситуацій, небажання активно втручатися у перебіг подій (шкала «імпульсивні дії»).

За шкалою «асоціальні дії» було також виявлено статистично значущі гендерні розбіжності (див. табл. 3). Ці розбіжності указують на те, що юнаки частіше, у порівнянні із дівчатами, удаються до використання таких стратегій розв'язання життєвих проблем, які суперечать деяким соціальним нормам та викликають осуд із боку оточуючих.

Щодо активних просоціальних стратегій копінг поведінки (вступ до соціального контакту та пошук соціальної підтримки), то, хоча у відповідності до традиційних уявлень вважається, що жінки використовують їх частіше, ніж чоловіки, дані табл. 3 указують на відсутність статистично значущих гендерних розбіжностей. Суттєвих гендерних розбіжностей також не було визначено між схильністю досліджуваних обирати активну асоціальну стратегію агресивних дій, хоча схильність до агресії традиційно вважається більш маскуліною рисою поведінки у стресових ситуаціях.

Аналіз середніх оцінок загального індексу конструктивності копіngu в юнаків та дівчат виявив відсутність статистично значущих гендерних розбіжностей за цим показником (див. табл. 3). Отже, хоча у структурі схильностей обирати ті чи інші стратегії розв'язання життєвих проблем відзначаються деякі відмінні риси, в цілому ефективність поведінки, спрямованої на подолання складних життєвих ситуацій, в юнацькому віці є однаковою для обох гендерних груп.

Висновки. Проведене дослідження дозволило виявити гендерну специфіку у рівні розвитку особистісних ресурсів подолання складних життєвих ситуацій. Отримані результати дозволяють стверджувати наступне:

- для юнаків більшою мірою притаманна толерантність щодо складних для розв'язання ситуацій;
- юнакам властиві вищі оцінки життєстійкості за параметром залученості – упевненість у тому, що активна участь у перебігу складних життєвих подій надає максимального шансу отримати корисний результат; дівчатам, навпаки, більш властиве відчуття виключеності, відстороненості від життя;
- юнакам більшою мірою притаманна така складова загальної життєстійкості, як упевненість у можливості контролювати перебіг подій у процесі розв'язання життєвих проблем; дівчатам більш властиве відчуття власної безпомічності та безпорадності;
- у юнаків відзначається більш високий рівень загальної життєстійкості;
- в обранні стратегій копіngu юнакам більшою мірою притаманні стратегії асертивності та асоціальних дій, дівчатам – імпульсивні дії та уникнення;
- загальний рівень конструктивності копінг стратегій, що обираються, є однаковим для юнаків та дівчат.

Перспективи подальших досліджень мають полягати у виявленні факторів розвитку особистісних ресурсів подолання складних життєвих ситуацій, розробці гендерно орієнтованих технологій розвитку цих ресурсів.

#### Література

1. Акмеологическая оценка профессиональной компетентности гос. служащих / Под общ. ред. А. А. Деркача. – М. : Изд-во РАГС, 2006. – 108 с.
2. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса / В. А. Бодров // Психологический журнал. – 2006. Т. 27. – № 2. – С. 113–123.
3. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
4. Леонтьев Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.
5. Марков В. Н. Личностно-профессиональный потенциал кадров управления : психолого-акмеологическая оценка и оптимизация : дис. ... д-ра психол. наук : спец. 19.00.13 / В. Н. Марков. – М., 2004 – 453 с.
6. Нартова-Бочавер С. К. «Coping Behavior» в системе понятий психологии личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психол. журнал. – 1997. – № 5. – С. 20–30.
7. Рыльская Е. А. Психология жизнеспособности человека : монография / Е. А. Рыльская. – Челябинск : Изд-во ЧГПУ, 2009. – 361 с.
8. Солдатова Г. У. Психодиагностика толерантности личности / Г. У. Солдатова и др. – М. : Смысл, 2008. – 172 с.