

## ДИАДНЫЙ КОПИНГ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Ю.В. Толмачева, Т.Г. Бохан (Томск)

**Аннотация.** Обосновывается необходимость изучения диадного копинга родителей и детей для понимания генезиса личностных копинг-ресурсов и эффективного совладания с трудными жизненными ситуациями, приводятся и обсуждаются результаты исследования диадного копинга родителей и детей дошкольного возраста.

**Ключевые слова:** диадный копинг; дети дошкольного возраста; родители; трудные ситуации; онтогенетический потенциал; совладающее поведение; идеальная форма; стресс как сверхадаптивный синдром; трансформация переживания; развитие.

Согласно выдвинутому К. Левиным [10] принципу психологического единства личности и окружающего ее мира, гармоничным можно назвать такое взаимодействие человека с окружающей средой, при котором сохраняются здоровье человека, его способность к адекватному поведению и деятельности, а также появляются возможности для полноценного личностного развития. Особый интерес в связи с этим вызывает проблема стресса, конкретизированная в проблематике трудных ситуаций [24]. Переживание трудных ситуаций в жизни человека связывают как с препятствием его развитию, формированием социального, психического и соматического нездоровья [2, 8, 10], так и с процессом прогрессивного развития человека [3, 11, 20–22]. Такая амбивалентная направленность выхода из трудных ситуаций определяется, согласно многочисленным исследованиям, активностью самого человека, которая разнообразно представлена в разных методологических подходах, моделях и концепциях стресса (личностными копинг-ресурсами и стратегиями, субъективной активностью, личностно-адаптационным потенциалом, осознанной саморегуляцией, личностным ростом, жизнестойкостью, стресс-трансформацией, расширением смысла и мужеством быть и т.д.).

Накопленный в психологической литературе багаж знаний о стрессе и эффективном совладании с ним, интеграция этих знаний с позиции принципа историко-системного подхода [1, 3, 4, 6, 12] позволяют говорить об отношении к стрессу и стратегиям совладания, существующим в культуре, как идеальным формам [5], которые возникают в определенных историко-общественных условиях и интериоризируются через социальное взаимодействие в процессе онтогенетического развития. Разработка онтогенетического аспекта проблематики стресса в рамках культурно-исторического подхода необходима для понимания генезиса личностных копинг-ресурсов и совладающего поведения, условий их

формирования на этапах онтогенеза, что может быть положено в основу воспитательной саногенной и психопрофилактической работы.

Представители культурно-исторического подхода в психологии (К.Г. Юнг, Э. Эриксон, И. Меерсон, Ж.-П. Вернан, К. Судзуки, Л.С. Выготский и др.) рассматривали культуру не как «среду», не как внешний фактор психической жизни, а как ее внутренний источник. Л.С. Выготский считал, что вращение в живую почву культуры, которую творчески осваивают и заново творят живые люди, – это единственный путь становления человека. Именно в культуре (орудиях и знаках) индивид обретает средства и силы для духовного роста, в итоге – свой человеческий образ, а не только и не столько социальный образец. Согласно теории Л.С. Выготского, сущность психологического развития человека заключается в постепенном овладении своим поведением и превращении психических функций в произвольные. Механизмом этого овладения выступает социальное взаимодействие: усваивая способы, которыми взрослый управляет его поведением, ребенок сам начинает применять их для воздействия на поведение взрослого, а затем обращает их на себя, формируя механизмы произвольного управления собственным поведением [5].

Такое взаимодействие осуществляется посредством психологических средств – знаков, представленных значениями, смыслами, ценностями. Знак, согласно Д.Б. Эльконину, организует поведение человека благодаря тому, что знак, который вводится другим человеком, – это введение в организацию поведения другого человека. Д.Б. Эльконин предполагает, что образец действия, задаваемый взрослым, противопоставлен спонтанному детскому поведению в совместном (совокупном) действии с ним. Внутренний план действий возникает только там и тогда, где возникает необходимость ориентировки на действие другого человека, результат этого действия в условиях совместной деятельности при наличии общей цели [19]. Именно использование особых «психологических орудий» позволяет человеку преодолеть непосредственные стереотипные реакции и встать «над» ситуацией, осуществляя произвольное поведение. Таким образом, в психологии проблема средств овладения поведением связывается с социальной природой человека.

Эта методологическая позиция обусловила исследовательский интерес к изучению диадного копинга родителей и детей дошкольного возраста. Под диадным копингом понимается форма межличностного (совместного) преодоления нагрузок [23]. Согласно литературным данным, диадный копинг помогает преодолеть более эффективно индивидуальный или диадический стресс и способствует индивидуальному преодолению нагрузок, эмоциональной регуляции, разрешению проблем и социальной регуляции. Это позволяет уменьшить стрессовый потенциал, которому подвержены оба партнёра, благодаря чему улучшается психическое и физическое самочувствие, увеличивается общая

удовлетворённость взаимоотношениями. Такая совместность в преодолении трудных, стресс-напряженных ситуаций (диадный копинг) ведёт к появлению и становлению «ощущения мы» со стороны родителя и ребенка, укрепляет доверие между ними, повышая удовлетворённость их отношениями и ощущение безопасности [7].

Обращение к дошкольному возрасту в изучении проблемы генезиса совладания человека с трудными ситуациями определяется следующими аргументами. Во-первых, недостаточной разработанностью проблемы в психологической науке. Существующие в психологии исследования по возрастным особенностям совладающего поведения в основном носят констатирующий характер, их изучение начиналось с возраста младшего школьника. При этом изучался характер эмоциональных состояний и психологических защит (исключая психоанализ, где особенности формирования психологических защит затрагивают весь период детства). В современных исследованиях по возрастным проблемам совладающего поведения практически не учитывался «диадический принцип» как вариант реализации «принципа социогенеза психики» в культурно-историческом подходе Л.С. Выготского. В существующих немногочисленных работах по совладанию с трудными ситуациями детей младшего школьного возраста и подростков стратегии совладания взрослых (родителей, педагогов), взаимодействующих с ними, рассматривались изолированно [7, 13, 16].

Во-вторых, возможностью рассмотрения возрастных новообразований дошкольного возраста в качестве онтогенетической основы формирования личностных копинг-ресурсов и эффективного совладания как результата интериоризации «идеальной», «культурной» формы совладания со стрессом. К таким новообразованиям относится прежде всего становление смыслового сознания. В смыслах выражается субъективное искажение среды, позволяющее избирательно взаимодействовать с объективной реальностью, в силу чего жизненный мир становится реальностью, переживается ребенком. Становление смыслового сознания открывает новые психические возможности ребенка – «соподчинение мотивов» (Л.И. Божович), появление «логики чувств» (Л.С. Выготский), децентрации (Ж. Пиаже), что позволяет осуществлять более гибкое и осмысленное поведение (на уровне тех начальных средств рефлексии, которыми располагают дошкольники). В дошкольном возрасте через переживания, возникающие во взаимодействии со взрослыми, начинают формироваться базовые структуры личности, личностные свойства и способы поведения [15, 17, 18].

В-третьих, в этом возрасте возникают и психологические риски-препятствия для развития копинг-ресурсов личности и эффективных стратегий совладания. Трудности переживания стрессовых ситуаций лежат в основе формирования нервно-психических расстройств у детей дошкольного возраста. К таким рискам развития можно отнести про-

блемы в развитии смыслового сознания, связанные с фиксацией (ригидизацией – Г.В. Залевский [9]) смыслов вследствие фрустрации значимых потребностей ребенка. Такая фиксация смыслов определяет негибкость, стереотипность стратегий поведения ребенка, имеющих характер психологических защит. В результате формируются такие личностные свойства, которые снижают онтогенетический потенциал совладания, делая ребенка уязвимым к стрессам. Реактивно-защитный способ взаимодействия с миром свидетельствует о том, что психологическая система становится закрытой по отношению как к среде, так и к собственным изменениям. Проявлениями такой закрытости в дошкольном возрасте являются эмоционально-поведенческие проблемы, неврозы, соматические расстройства. Таким образом, изучение онтогенетического потенциала совладающего поведения позволит решать задачи профилактики детских неврозов, проблем дезадаптации младших школьников.

При определении идеальной культурной формы совладающего поведения мы обращаемся к пониманию сущности стресса и условий стрессоустойчивости с методологической позиции отечественного культурно-исторического подхода, согласно которой стресс рассматривается как явление, связанное с процессом становления многомерного мира человека: стресс не просто сопровождает процесс выхода человека на новые параметры развития, но и является условием этого выхода, выступая, с одной стороны, в качестве механизма саморазвития человека, а с другой – проявлением присущей ему самоорганизации, имеющей культурную обусловленность. В этом случае психологический стресс понимается как «сверхадаптивный синдром». Его функция заключается в том, что человек ищет, находит и реализует возможности выхода на новые параметры собственного развития, к новым сферам самореализации [3]. В связи с таким пониманием культурной формы стресса и стрессоустойчивости нами была поставлена цель исследования: изучить особенности диадного копинга родителей и детей дошкольного возраста и их связь с поведением детей в трудных ситуациях. В данной статье приводится фрагмент исследования, касающийся особенностей диадного копинга родителей и детей на протяжении дошкольного возраста. В качестве методов исследования использовались анкетирование, опрос, контент-анализ свободных высказываний, включенное наблюдение. В исследовании принимали участие дети дошкольного возраста (123 чел.) и их родители.

С помощью метода контент-анализа высказываний родителей и педагогов на вопросы «Что такое “трудная ситуация” для вашего ребенка» и «Укажите встречающиеся в жизни вашего ребенка ситуации, трудные для него» были выделены следующие сферы трудных ситуаций, которые, по представлениям взрослых, вызывают психоэмоциональное напряжение у дошкольников (табл. 1).

Т а б л и ц а 1

**Сферы трудных ситуаций детей младшего дошкольного возраста  
в представлениях родителей и педагогов**

Сферы	Родители	Педагоги
Общение со взрослыми	9 (20,9%)	11 (25,5%)
Общение со сверстниками	6 (13,9%)	25 (58,1%)
Отрицательные переживания и эмоции	12 (27,9%)	11 (25,5%)
Игровая деятельность	1 (2,3%)	0 (0%)
Занятия	0 (0%)	6 (13,9%)
Проблема лидерства	0 (0%)	6 (13,9%)
Самостоятельные действия	11 (25,5%)	3 (6,9%)
Нет или не знаю	11 (25,5%)	0 (0%)

Т а б л и ц а 2

**Смысловые категории трудных ситуаций детей среднего дошкольного возраста  
в представлениях родителей и педагогов**

Сферы	Родители	Педагоги
Общение со взрослыми	5 (12,5%)	13 (30,5%)
Общение со сверстниками	3 (7,5%)	13 (30,5%)
Отрицательные переживания и эмоции	13 (30,5%)	12 (30%)
Игровая деятельность	1 (2,5%)	6 (15%)
Занятия	0 (0%)	11 (27,5%)
Самостоятельные действия	14 (35%)	0 (0%)
Удовлетворение требований взрослого	5 (12,5%)	6 (15%)
Нет или не знаю	4 (10%)	0 (0%)

В представлениях родителей достоверно чаще трудными являются ситуации, когда у ребенка проявляются негативные эмоциональные реакции и состояния, среди которых «упрямство», «взрыв эмоций», «страх остаться одной», «неуверенность перед новым делом», «нежелание признать вину». На втором месте по частоте встречаемости – трудные ситуации, связанные с освоением детьми самостоятельных действий (продуктивных и по самообслуживанию): «рисовать», «что-то не получается сделать самому», «закрыть дверь самому», «включить свет». Общение с незнакомыми и малознакомыми людьми также, по мнению родителей, формирует у детей стресс-напряжение. Также к трудным моментам жизни детей данного возраста родители относят смену детского коллектива, новые социальные условия, ситуации взаимодействия с другими детьми.

По мнению педагогов, дети младшего дошкольного возраста чаще всего испытывают стрессовые ситуации в общении со сверстниками: им трудно устанавливать контакты в незнакомом коллективе, они избирательны в общении, т.е. общаются только с тем, с кем чувствуют

себя привычно и комфортно. На втором месте по частоте встречаемости – сфера «отрицательные эмоции и состояния»: «страх наказания», «страх неправильно ответить», «страх врачей, боли», «страх перед незнакомыми», «пассивность». Также среди трудных ситуаций – отсутствие интереса и неуспешность на занятиях, осуществление навыков бытового самообслуживания.

Как показал частотный анализ, родителями детей среднего дошкольного возраста чаще называются трудными ситуации, связанные с самостоятельными действиями по самообслуживанию: «самостоятельно одеваться», «завязывать шнурки», «убирать за собой игрушки». На втором месте стоит категория «отрицательные переживания и эмоции»: «страх воды», «страх животных», «страх темноты», «выплеск негатива в случае несправедливости» (табл. 2).

В свою очередь, мнение педагогов, работающих с детьми среднего дошкольного возраста, расходится с представлениями родителей: они достоверно чаще указывают, что трудными для детей являются ситуации «общения со сверстниками», «общения со взрослыми», а также, как и родители, указывают на «отрицательные переживания и эмоции» детей. Так, в общении со сверстниками дети испытывают трудности в установлении контактов, переживают отвержение со стороны сверстников, конфликты в общении. В общении со взрослыми напряжение и недоверие вызывают незнакомые взрослые. Среди отрицательных переживаний – «страх неудач», «переживает, если что-то не так», «страх животных», «разочарование от неожиданного плохого результата». Трудные ситуации переживают и во время занятий в группе, когда что-либо не получается в выполнении заданий в силу отсутствия навыка или особенностей развития («слабо развита мелкая моторика, поэтому сложно все, что связано с действиями руками»).

Т а б л и ц а 3  
Смысловые категории трудных ситуаций детей старшего дошкольного возраста в представлениях родителей и педагогов

Смысловые категории	Родители	Педагоги
Общение со взрослыми	8 (20%)	9 (22,5%)
Общение со сверстниками	8 (20%)	12 (30%)
Отрицательные переживания и эмоции	9 (22,5%)	10 (25%)
Игровая деятельность	1 (2,5%)	8 (20%)
Занятия	11 (27,5%)	18 (45%)
Самостоятельные действия	5 (12,5%)	1 (2,5%)
Удовлетворение требований взрослого	3 (7,5%)	11 (27,5%)
Нет или не знаю	3 (7,5%)	0 (0%)

В группе старших дошкольников трудные ситуации, по мнению родителей, достоверно чаще возникают при выполнении домашних заданий: «не хочет выполнять задания, которые задали в детском саду», «нужно заставлять выполнять домашние задания». Также в качестве трудных для детей отмечаются ситуации категории «отрицательные переживания и эмоции». Дети переживают страх темноты, страх лифта, страх ошибки, страх не успеть что-то сделать. В общении со взрослыми менее четверти детей испытывают стресс-напряжение с агрессивно настроенными людьми, эмоционально напряженно переживают неумение объяснить «чего я хочу», а также непонимание со стороны взрослых. В общении со сверстниками трудными для детей становятся ситуации соперничества с сиблингами за любовь родителей, обида на подругу, когда она дружит с другими девочками, конфликты с детьми (табл. 3).

Детям трудно удовлетворять требования взрослого: «высидеть все занятие», «усидеть определенное количество времени», «посидеть и помолчать», «съесть то, что предлагают». Также отмечаются ситуации сферы «отрицательные переживания и эмоции» – психоэмоциональное напряжение возникает, если требуется признать свою вину, дети испытывают страх ответить перед всеми детьми, страх неудач, страх темноты.

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о динамике и усложнении смыслового содержания трудных ситуаций на протяжении дошкольного периода. В связи с этим можно говорить о том, что динамика и смысловое содержание трудных ситуаций связаны с процессом психического развития, при этом усложнение смыслового содержания отражает процесс прогрессивного развития детей дошкольного возраста.

На втором этапе исследования изучались особенности диадного (родитель и ребенок) копинга в возрастных группах дошкольников. На основании свободного описания того, как ведут себя родители с детьми в трудных ситуациях, были получены представления о стратегиях родительского поведения в отношении совладания детей с трудными ситуациями. Согласно частотному анализу были отобраны наиболее часто указываемые типичные стратегии. Выделенные стратегии по своему содержанию были сгруппированы в соответствии с классификацией диадного копинга Гай Боденманна и Анетте Син [23]: предметно ориентированный поддерживающий, совместный предметно ориентированный, эмоционально ориентированный поддерживающий, эмоционально ориентированный, совместный эмоционально ориентированный, делегирующий обращающийся, делегирующий ребенку, делегирующий себе. Эти стратегии были представлены в анкете, которая затем была предложена родителям экспериментальных групп. Анализ этих стратегий осуществлялся на основе их классификации в соответствии с основными стратегиями диадного копинга (табл. 4).

**Представленность стратегий диадного копинга в экспериментальных группах**

Стратегии диадного копинга	Младший д/в	Средний д/в	Старший д/в
Предметно ориентированный поддерживающий	7 (16,2%)	13 (32,5%)	15 (37,5%)
Совместный предметно ориентированный	38 (88,3%)	37 (92,5%)	25 (62,5%)
Эмоционально ориентированный поддерживающий	19 (44,1%)	28 (70%)	22 (55%)
Эмоционально ориентированный	0 (0%)	6 (15%)	4 (10%)
Совместный эмоционально ориентированный	1 (2,3%)	11 (27,5%)	5 (12,5%)
Делегирующий обращающийся	3 (6,9%)	6 (15%)	3 (7,5%)
Делегирующий ребенку	4 (9,3%)	1 (2,5%)	5 (12,5%)
Делегирующий себе	1 (2,3%)	6 (15%)	2 (5%)

Частотный анализ показал, что наиболее часто в группе младшего возраста у родителей преобладает совместный предметно ориентированный диадный копинг («обсуждаем вместе с ребенком ситуацию и ищем ее решение», «обсуждаю совместно с ребенком, что нужно делать, чтобы разрешить трудную ситуацию»), также немногим меньше половины родителей данной группы используют эмоционально ориентированный поддерживающий диадный копинг («успокаиваю ребенка», «жалую ребенка», «пытаюсь ободрить ребенка», «уговариваю ребенка не обращать внимание»). Такая же тенденция наблюдается в группе средних дошкольников, где явно доминируют совместный предметно ориентированный диадный копинг и эмоционально ориентированный поддерживающий диадный копинг. В группе старших дошкольников на первом месте по частоте встречаемости – совместный предметно ориентированный, на втором – эмоционально ориентированный поддерживающий и на третьем – предметно ориентированный поддерживающий («предлагаю конкретный совет», «переключаю внимание ребенка на другую деятельность»). К последнему виду диадного копинга прибегает треть родителей группы старших дошкольников.

Как видно из данных частотного анализа, на протяжении дошкольного детства родители в совладании с трудными ситуациями, возникающими у детей, чаще используют совместный предметно ориентированный и эмоционально ориентированный поддерживающий диадные копинги, в старшем дошкольном возрасте к ним добавляется предметно ориентированный поддерживающий диадный копинг. Полученные результаты позволяют поставить новую исследовательскую задачу, заключающуюся в выявлении тех стратегий диадного копинга, которые позволяют трансформировать трудные ситуации в контекст

прогрессивного развития дошкольников, как вклада в становление онтогенетического потенциала личностных копинг-ресурсов и эффективного совладания.

### Литература

1. *Асмолов А.Г.* Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. М.: Смысл: Академия, 2002. 414 с.
2. *Бодров В.А.* Информационный стресс. М.: ПЕР СЭ, 2000. 352 с.
3. *Бохан Т.Г.* Проблема стресса в психологии: транспективный анализ. Томск: Изд-во «Иван Федоров», 2008. 152 с.
4. *Ваулина Т.А.* Типы профессионально-психологического мышления : исторический и общепсихологические аспекты: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Барнаул, 2005. 22 с.
5. *Выготский Л.С.* Психология. М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. 1008 с.
6. *Гусельцева М.С.* Типы методологических установок в психологии // *Вопр. психологии.* 2005. № 6. С. 98–103.
7. *Данилова Т.А.* Формирование копинг-поведения у учителей средней школы и его роль в профилактике психологических нарушений у школьников: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1997. 24 с.
8. *Дмитриева Т.Б., Положий Б.С.* Социальный стресс и психическое здоровье. М., 2001. 248 с.
9. *Залевский Г.В.* Фиксированные формы поведения индивидуальных и групповых систем. М.: Мысль, 2004. 460 с.
10. *Исаев Д.Н.* Психологический стресс и психосоматические расстройства в детском возрасте. СПб.: ППМИ, 1994.
11. *Кабрин В.И.* Коммуникативный мир и транскомуникативный потенциал жизни личности. М.: Смысл, 2005. 248 с.
12. *Клочко В.Е.* Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в транспективный анализ). Томск: Изд-во Том. ун-та, 2005. 174 с.
13. *Крюкова Т.О.* Психология совладающего поведения. Кострома: Студия оперативной полиграфии «Авантитул», 2004. 344 с.
14. *Левин К.* Конфликт между аристотелевским и галилеевским мышлением в современной психологии // *Психол. журн.* 1990. Т. 11, № 5. С. 134–158.
15. *Мухина В.С.* Возрастная психология. СПб., 1995.
16. *Стрельцова И.П.* Возрастные особенности применения стратегий совладающего поведения // *Ребенок в современном мире: Тез. докл. науч-практ. конф.* Нижний Тагил, 2002. С. 14–18.
17. *Фрейд З.* Введение в психоанализ: лекции. М.: Наука, 1991. 456 с.
18. *Фрейд А.* Психология «Я» и защитные механизмы. М.: Педагогика-Пресс, 1993. 144 с.
19. *Эльконин Д.Б.* Избранные психологические труды. М., 1989.
20. *Мэй Р.* Смысл тревоги. М.: Класс, 2001. 379 с.
21. *Рассказова Е.И.* Динамика смысла в процессе совладания с тревогой // *Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию В. Франкла): Материалы междунар. конф. / под ред. Д.А. Леонтьева.* М.: Смысл, 2005. С. 176–179.
22. *Шакуров Р.Х.* Психология преодоления // *Вопр. психологии.* 2003. Вып. 4. С. 21–29.
23. *Boodenmann G., Cina A.* Der Einfluss von Stress, individueller Belastungsbewältigung und dyadischem Coping auf die Partnerschaftsstabilität: Eine 4-Jahres-Longitudinalstudie // *Zeitschrift für Klinische Psychologie.* 1999. Vol. 28(2). P. 130–139.
24. *Lazarus R., Folkman S.* Stress, Appraisal and Coping. N.Y.: Springer Publishing House, 1984.

DYADIC COPING OF PARENTS AND PRESCHOOL CHILDREN

Tolmacheva Y.V., Bokhan T.G. (Tomsk)

**Summary.** The necessity of studying dyadic coping of parents and children is presented. It is necessary to understand the genesis of the personal coping resources and coping effectively with difficult life situations. Also in this article research results of dyadic coping of parents and preschool children presents and discussed.

**Key words:** dyadic coping; preschool children; parents; difficult situations; ontogenetic potential; coping behavior; ideal form; stress as super-adaptive syndrome; transformation of experience; development.