

УДК 159.99

Афанасьева Ю.А.¹, Гуриева С.Д.²

¹Северо-Осетинский государственный университет имени К.Л. Хетагурова,
Владикавказ, Республика Северная Осетия-Алания, Россия

²Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

Этнопсихологические и гендерные особенности копинг-поведения представителей русского и осетинского этносов¹

Ethnopsychological and Gender Features of Coping-Behavior of Representatives of Russian and Ossetian Ethnoses

Аннотация

Содержание статьи раскрывает кросскультурные особенности совладающего поведения. В статье представлены результаты исследования социально-психологических особенностей копинг-поведения у мужчин и женщин, в зависимости от их этнической принадлежности. Был проведен сравнительный анализ социально-психологических различий в копинг-поведении. Выборку исследования составили 160 человек, в возрасте от 25 до 55 лет, средний возраст $M=33.5$, проживающих в Республике Северная Осетия-Алания, РФ. В исследовании были использованы следующие методы и методики: авторская анкета для определения социально-демографических характеристик опрошенных респондентов, методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях», «Опросник совладания со стрессом COPE». При математико-статистической обработке полученных данных была использована программа SPSS 13.0. В результате были получены достоверные различия в предпочитаемых копинг-стратегиях среди мужчин и женщин, а также в зависимости от этнической принадлежности опрошенных респондентов.

Ключевые слова: копинг-поведение, копинг-стратегии, совладающее поведение, проблемно-ориентированный копинг, эмоционально-ориентированный копинг, активное совладание

Abstract

The content of the article reveals cross-cultural features of coping behavior. The article presents the study results of the social and psychological characteristics of coping behavior in men and women, depending on their ethnicity. A comparative analysis of the socio-psychological differences in coping behavior was conducted. The sample of the study consisted of 160 people, aged 25 to 55 years old, average age 33.5 years, living in the Republic of North Ossetia-Alania, Russian Federation. The study used the following methods and techniques: the author's questionnaire to determine the socio-demographic characteristics of the respondents, the technique of "Coping behavior in stressful situations", "Stress Surveillance Questionnaire COPE". Mathematical-statistical processing of the obtained data used SPSS 13.0. As a result, significant differences were shown in the preferred coping strategies among men and women, as well as depending on the ethnicity of the respondents interviewed.

Keywords: coping behavior, coping strategies, problem-oriented coping, emotionally-oriented coping, active coping

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 19-013-00686 А

Введение

В современной науке появляется большое количество исследований, посвященных изучению различных психологических, этнопсихологических, физиологических, социальных и медицинских аспектов копинг-поведения (Блайзер А., Хайм Э., Рингер Х., Томмен М., 1998; Ветрова И.И., 2008; Коржова Е.Ю., 1997; Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В., 2003; Нартова-Бочавер С.К., 1997; Анцыферова Л.И., 1994, 2006; Крюкова Т.Л., 2013, 2015; Вассерман Л.И. и др., 2010; Lazarus R.S., 1970, 2000; Гуриева С.Д., 2008, 2014; Водопьянова Н.Е., 2009; Frydenberg E., 2004 и многие другие). Способы того, как человек справляется со стрессовыми для него ситуациями, называется копинг-стратегиями (или совладающим поведением) (Вассерман, 2010; Водопьянова, 2009; Коржова, 1997; Набиуллина, Тухтарова, 2003).

В настоящее время в психологической науке существует множество различных подходов к изучению копинга. Так, диспозиционный подход (S.M. Millei, N. Endler, J. Parker) изучает взаимосвязи устойчивых индивидуальных и личностных особенностей с ресурсами и стратегиями копинга. Согласно представлениям интегративного подхода (C.S. Carver, R.H. Moss, M.F. Scheier, J.K. Wemtraub), выбор способов копинга детерминирован как особенностями личности, так и особенностями ситуации. Неопсихоаналитический подход (G. Vaillant, N. Haan) рассматривает копинг как эго-процесс, направленный на продуктивную адаптацию личности в трудных жизненных ситуациях. С позиции личностно-ориентированного подхода (R. Moos, E. Frydenberg, E. Skinner), «копинг» определяется как «изменчивая особенность личности, влияющая на поведение в широком спектре стрессовых ситуаций» (Емельянов, 1992; Касьянова, 1994).

Согласно определению отечественного психолога Т.Л. Крюковой, «копингом является целенаправленное поведение, позволяющее человеку справляться со стрессом (трудной жизненной ситуацией) способами,

адекватными личностным особенностям и ситуации» (Крюкова, 2015). По определению С.А. Хазовой, «копингом является адаптивное поведение, используемое в стрессовых ситуациях с целью уменьшения воздействия стресса для регуляции эмоциональных состояний, чтобы прекратить, избежать или вытерпеть действие стрессора». В работах В.М. Ялтонского и Н.И. Сироты, копинг понимается как стратегия действий, предпринимаемых человеком в ситуации психологической угрозы, в частности, в условиях приспособления к болезни как угрозе физическому, личностному и социальному благополучию (Гуриева, 2015). С точки зрения Е.И. Чехлатого и Н.В. Веселовой, понятие копинг следует рассматривать как активные усилия личности, направленные на овладение ситуацией или проблемой (Вассерман, 2010).

Психологическое предназначение копинг-поведения состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к требованиям неблагоприятной жизненной ситуации, позволяя ему овладеть ею, ослабить или смягчить отрицательные факторы и ослабить неконструктивное действие ситуации (Касьянова, 1994).

Литературный обзор позволяет утверждать, что на сегодняшний день выявлено более 20 видов копинг-стратегий, под которым принято рассматривать применение различных способов и методов, направленных на преодоление стрессовых ситуаций (Блайзер, Хайм, Рингер, Томмен, 1998; Митина, Петренко, 2000; Худалова, 2013; Lazarus, 2000). Однако, большинство классификаций копинг-поведения построено на основе двух базовых стилей, выделенных зарубежными исследователями R. Lazarus и S. Folkman.

- 1) Проблемно-ориентированный стиль копинг-поведения – субъект совладания стрессовой ситуации анализирует случившееся, обращается за помощью к другим, ищет дополнительную информацию (Гуриева, 2008). Данный стиль предполагает: предварительный анализ проблемы,

фокусирование на поиске возможных способов ее решения, осознание индивидом своих возможностей и особенностей ситуации, выбор из возможных альтернатив наиболее приемлемой модели поведения, обращение к собственному опыту решения аналогичных проблем, практическая реализация планов (Касьянова, 1994).

2) Эмоционально-ориентированный стиль копинг-поведения предполагает погружение в собственные переживания, самообвинение, вовлечение других в личные переживания (Гуриева, 2008). Данный стиль предполагает: внутреннюю агрессию (злость на себя, чувство вины); внешнюю агрессию (злость на окружающих, немотивированные срывы на близких людей); фиксацию на переживании своей беспомощности, невозможности справиться с ситуацией; сосредоточение на собственных недостатках; апатию или раздражение на все происходящее; переживание нервного напряжения, срывы; поиск возможностей для эмоциональной разрядки (Коржова, 1997; Крюкова, 2013).

Принято считать, что оба стиля копинг-поведения и конструктивное умение применять каждый из них в зависимости от сложности ситуации необходимы индивиду, так как они оба способствуют физическому и психическому здоровью личности.

Особенный интерес большинства исследователей вызывает проблема копинг-поведения личности в контексте культурного многообразия. Изучение этнопсихологических особенностей копинг-поведения имеет особую актуальность в связи с тем, что способствует лучшему пониманию способов целостного функционирования личности как субъекта деятельности в поликультурной среде (Гуриева, 2008, 2014; Рассказова, Гордеева, Осин, 2013). В психологии до сих пор не существует четких критериев, раскрывающих кросскультурные особенности копинг-поведения у представителей разных этнических групп, проживающих в России (Набиуллина, Тухтарова, 2003; Нартова-Бочавер, 1997). Поэтому столь

необходимы дополнительные комплексные исследования с изучением роли этнопсихологических, личностных и социальных факторов, которые способствуют формированию конструктивного копинг-поведения у представителей разных национальностей нашей страны (Рассказова, Гордеева, Осин, 2013; Худалова, 2013; Lazarus, 2000).

Методы исследования

Основная цель исследования заключается в сравнении кросскультурных особенностей копинг-поведения у представителей русского и осетинского этносов. Исходя из цели исследования, были обозначены следующие задачи: сравнительный анализ этнопсихологических особенностей копинг-поведения среди представителей русского и осетинского этносов, а также выявление различий в предпочитаемых копинг-стратегиях среди мужчин и женщин. Исследование проводилось с применением следующего комплекса эмпирических методов: авторская анкета с вопросами, направленная на установление социально-демографических характеристик опрошенных респондентов, «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (разработан Н. Эндлером и Д. Паркером, адаптирован Т.Л. Крюковой) (Ким Э. Сун, 2013; Коржова, 1997), «Опросник совладания со стрессом COPE» (разработан К. Карвером, М. Шейером и Дж. Вейнтраубом, адаптирован Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осиним, Е.А. Рассказовой, О.А. Сычевым, В.Ю. Шевяховой) (Набиуллина, Тухтарова, 2003). Результаты исследования были обработаны и проанализированы с помощью математико-статистических методов, с применением компьютерных программ Excel и SPSS 13.0, был использован t-критерий Стьюдента.

Выборка исследования

Исследование было проведено в Республике Северная Осетия-Алания, г. Владикавказ, «коренным» населением которого являются осетины. Русские, являясь на территории данного региона этническим меньшинством, составляют единую этническую общность, сохраняющую свою этническую самобытность, специфические национальные черты культуры, осознающей свои отличия. Представители русского этноса, проживающие в республике и принявшие участие в исследовании, составляли казаки, проживающие здесь почти 500 лет (41 человек), а также русские, приехавшие, главным образом, в советский период (38 человек).

Общий объем выборки составил 160 человек (92 женщины и 68 мужчин), в возрасте от 25 до 55 лет. На основании личной этнической самоидентификации были опрошены: представители осетинского этноса – 81 человек (32 мужчины, 49 женщины); представители русского этноса – 79 человек (36 мужчин, 43 женщины). По семейному положению: 55 человек не состояли в браке, 78 человек состояли в браке, 20 человек – в разводе и 7 человек являлись вдовами или вдовцами. По наличию образования: 130 респондентов имели высшее образование, 6 человек – неоконченное высшее и 24 человека – среднее специальное (колледж или техникум).

Результаты исследования

Согласно полученным данным, представители русского этноса в проблемной ситуации чаще используют проблемно-ориентированный копинг ($t=3,18$ при $p \leq 0,01$), который включает в себя высокую степень самообладания и наличие веры в собственные ресурсы для преодоления трудных жизненных ситуаций. Полученные данные говорят о том, что для русских характерен контроль эмоций и сдержанность, преобладает тщательное планирования действий и анализ возникшей проблемы. Тем самым, русские в стрессовой ситуации нацелены на изменение сложившихся

проблемных обстоятельств, путем поиска полезной информации и активных действий по их устранению (таблица 1).

Таблица 1 – Достоверные различия копинг-поведения русских и осетин

Копинг-Стратегии	Русские (N = 79)	Осетины (N = 81)	Уровень значимых различий
Проблемно-ориентированный копинг	3,18	3,15	$p \leq 0,01$
Эмоционально-ориентированный копинг	-1,98	-1,94	$p \leq 0,05$
Копинг, ориентированный на избегание	4,02	3,92	$p \leq 0,01$
Отвлечение	3,65	3,61	$p \leq 0,01$
Социальное отвлечение	2,84	2,78	$p \leq 0,01$
Концентрация на эмоциях и их выражении	-3,28	-3,32	$p \leq 0,01$
Активное совладание	2,50	2,46	$p \leq 0,01$
Отрицание	-3,70	-3,73	$p \leq 0,01$
Поведенческий уход от проблемы	-3,42	-3,48	$p \leq 0,01$

Определено, что русские чаще осетин в случаях трудной жизненной ситуации используют стратегию «активного совладания» ($t=2,50$ при $p \leq 0,01$), предполагая поэтапные действия, направленные на преодоление стрессовой ситуации. Обнаружено, что в русской выборке респонденты чаще прибегают к «социальному отвлечению» как форме копинг-поведения ($t=2,84$ при $p \leq 0,01$), при которой индивид старается чаще быть в обществе, вступать в социальные контакты с другими людьми, чтобы справиться с проблемными ситуациями.

В свою очередь, в осетинской выборке чаще прослеживалось использование эмоционально-ориентированного копинга ($t=-1,98$ при $p \leq 0,05$), отражающегося в чрезмерном проявлении собственных чувств и эмоций, вызванных неприятной ситуацией, а также с активным возмущением и протестом по отношению к трудностям, состоянием безнадежности, переживанием злости и возложением вины на себя и других.

У представителей осетинского этноса чаще наблюдается концентрация на собственных эмоциях ($t=-3,28$ при $p \leq 0,01$), проявляющаяся в сосредоточении на отрицательных и негативных эмоциях при неприятностях, выражении субъективных переживаний и демонстрация своих чувств.

Определено, что респондентов осетинской выборки отличает частое использование «отрицания» как совладающее со стрессом поведение в критической ситуации ($t=-3,70$ при $p\leq 0,01$). Это говорит о том, что осетины чаще русских не хотят верить в случившееся, и тем самым стараются всячески отрицать его реальность. Также, представителям осетинского этноса в случае трудной жизненной ситуации свойственна стратегия «поведенческого ухода от проблемы» ($t=-3,42$ при $p\leq 0,01$), заключающаяся в отказе от достижения желаемой цели и невозможности регулирования усилий, направленных на взаимодействие со стрессом.

Исследуя индивидуально-психологические особенности представленных этнических групп, было установлено, что у русских ярче проявлено уважение к другим ($t=2,50$ при $p\leq 0,01$). Возможно, это говорит о том, что русские стремятся позитивно относиться к окружающим, испытывают потребность быть рядом с людьми, отзывчивы, хорошо понимают других, чувствуют личную ответственность за их благополучие, терпимо относятся к недостаткам. Они умеют сопереживать, поддерживают коллективные мероприятия и чувствуют ответственность за общее дело, добросовестно и ответственно выполняют взятые на себя поручения. Взаимодействуя с другими, стараются избегать разногласий, предпочитают больше сотрудничать с людьми, чем соперничать.

Для представителей осетинского этноса более характерно самоуважение ($t=2,53$ при $p\leq 0,01$), которое отличается стремлением человека быть независимым и самостоятельным; они всегда готовы отстаивать свои интересы в конкурентной борьбе и, как правило, стремятся к совершенству.

Согласно полученным данным, мужчины чаще женщин в стрессовой ситуации применяют проблемно-ориентированный копинг ($t=-2,33$ при $p\leq 0,05$). Это свидетельствует о том, что для мужчин характерен контроль эмоций и сдержанность, преобладает тщательное планирования действий по решению проблемы и анализ ситуации. Тем самым, мужчины больше

нацелены на изменение сложившихся проблемных обстоятельств, путем поиска полезной информации и активных действий, нежели женщины (таблица 2).

Таблица 2 – Достоверные различия копинг-поведения женщин и мужчин

Копинг-Стратегии	Женщины (n = 92)	Мужчины (n = 68)	Уровень значимых различий
Проблемно-ориентированный копинг	-2,31	-2,22	$p \leq 0,01$
Эмоционально-ориентированный копинг	-1,98	-1,94	$p \leq 0,05$
Копинг, ориентированный на избегание	-2,38	-2,20	$p \leq 0,01$
Отвлечение	3,65	3,61	$p \leq 0,01$
Социальное отвлечение	-2,04	-1,94	$p \leq 0,01$
Концентрация на эмоциях и их выражении	-3,28	-3,32	$p \leq 0,01$
Активное совладание	2,50	2,46	$p \leq 0,01$
Отрицание	2,90	3,02	$p \leq 0,01$
Поведенческий уход от проблемы	-3,42	-3,48	$p \leq 0,01$

Было определено, что в стрессовой ситуации мужчины более предусмотрительны ($t = -2,42$ при $p \leq 0,05$) и любознательны ($t = -2,08$ при $p \leq 0,05$) нежели женщины. Это в очередной раз говорит о том, что мужчинам свойственен высокий уровень волевой регуляции поведения и самоконтроля.

Однако, необходимо отметить, что копинг, ориентированный на избегание ($t = -2,21$ при $p \leq 0,05$), также чаще встречается среди мужчин. Мужчины в большей степени подвержены стремлению отвлечься от стрессовой для них ситуации с помощью веселой, шумной компании, алкоголя, табака и/или употребления психоактивных препаратов, тем самым стараясь уклониться от контакта с окружающей действительностью и уйти от решения сложившихся проблем.

Однако, также выявлено, что для русских мужчин в большей степени нежели для мужчин осетин характерно «отвлечение» от проблемной ситуации ($t = 2,30$ при $p \leq 0,05$), которое отражается в стремление к временному отходу от решения проблем с помощью алкоголя, лекарственных средств, погружения в любимое дело, путешествия, исполнения своих заветных

желаний. Как показывают результаты, русские мужчины также чаще осетинских мужчин используют копинг-стратегию «избегание проблемы» ($t=3,61$ при $p \leq 0,01$), что подразумевает поведение, предполагающее игнорирование мыслей о неприятностях, уступчивость, пассивность и желание сохранить покой (таблица 3).

Таблица 3 – Достоверные различия копинг-поведения русских и осетинских мужчин

Копинг-Стратегии	Русские (n = 36)	Осетины (n = 32)	Уровень значимых различий
Эмоционально-ориентированный копинг	-2,14	-2,14	$p \leq 0,05$
Копинг, ориентированный на избегание	-3,61	-3,61	$p \leq 0,01$
Отвлечение	3,68	3,68	$p \leq 0,01$
Социальное отвлечение	2,30	2,30	$p \leq 0,05$
Инструментальная социальная поддержка	2,11	2,11	$p \leq 0,05$
Отрицание	-2,36	-2,36	$p \leq 0,05$
Сдерживание совладания	-2,11	-2,11	$p \leq 0,01$

В свою очередь, обнаружено доминирование эмоционально-ориентированного копинга среди женщин ($t=-2,78$ при $p \leq 0,01$), выражающегося в фокусировке на неприятных эмоциях и чувствах. В ходе проведенного исследования выявлено, что женщины чаще мужчин отрицают случившееся ($t=-2,27$ при $p \leq 0,05$), отказываясь верить в происходящее или пытаясь отвергать его реальность. Как показывают результаты, в стрессовой ситуации женщины чаще мужчин обращаются за помощью к Богу, вере и религии.

Выявлено, что в проблемной ситуации у женщин выше уровень напряженности ($t=-2,29$ при $p \leq 0,05$), чем у мужчин. Возможно, это говорит о том, что женщины, в случае неудачи, способны легко впасть в отчаяние или депрессию.

Согласно проведенному исследованию, среди русских женщин преобладают такие стратегии поведения как: планирование решения проблем ($t=2,44$ при $p \leq 0,05$) и активное совладание со стрессом ($t=3,22$ при $p \leq 0,05$), что свидетельствует о стремлении русских женщин справляться со сложной

стрессовой ситуацией за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, выработки стратегии разрешения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов (таблица 4).

Таблица 4 – Достоверные различия копинг-поведения русских и осетинских женщин

Копинг-Стратегии	Русские (n = 43)	Осетинки (n = 49)	Уровень значимых различий
Проблемно-ориентированный копинг	2,78	2,78	$p \leq 0,05$
Концентрация на эмоциях и их выражении	-2,57	-2,57	$p \leq 0,01$
Активное совладание	3,22	3,22	$p \leq 0,05$
Отрицание	-2,58	-2,58	$p \leq 0,05$
Поведенческий уход от проблемы	-2,95	-2,95	$p \leq 0,05$
Планирование решения проблем	2,44	2,44	$p \leq 0,05$

Обсуждение результатов

В исследовании Ким Э. Суна, направленном на изучение этнопсихологических особенностей копинг-поведения русских и японцев было отмечено, что для русских характерно частое обращение за помощью к посторонним людям и организациям, им тяжелее дается бремя ответственности и имеют место элементы инфантильности в поведении, также они больше проявляют спонтанности в процессе решения проблемы не всегда составляют четкий план, а если таковой имеется, то не всегда четко следуют ему. Но при этом, для русских более характерны нестандартные, а порой даже оригинальные способы решения проблем (Ким Э. Сун, 2013).

Подобные результаты были получены и в нашем исследовании кросскультурных особенностей копинг-поведения русских и осетин. Исследование показало, что мышление представителей русского этноса характеризуется образностью, сосредоточенностью на масштабных проблемах. Русские остро чувствуют тенденции и грядущие изменения, но испытывают значительные затруднения при необходимости перевести результат предчувствия в рациональную форму и конкретные решения. Для их деятельности характерны склонность к размышлениям, которая не всегда

заканчивается поступками, нерешительность в выборе конкретной альтернативы, импульсивность. Данная этнопсихологическая особенность отражается в показателе напряженности копинг-стратегии «планирование решения проблемы».

Изучение кросскультурных особенностей представителей осетинского этноса в работах Гуриевой С.Д., Зураевой А.Д., Ильченко В.В., Худаловой М.З. также нашли подтверждение и в нашем исследовании. Этнопсихологические особенности представителей осетинского этноса сформировались в результате влияния природно-климатических условий, особенностей организации социальной жизни, специфики духовной жизни, своеобразия форм и методов национальной системы воспитания (преобладание запретительных мер в контроле над поведением ребенка, преобладание отрицательных санкций над положительными, регрессивный характер контроля, который приводит к чрезмерной эмоциональности, а не к способности к самостоятельному и гибкому контролю за своим поведением). Доминирующими для большей части осетин являются коммунитарные ценности (своя нация, род, семья) (Гуриева, 2014). Этнические особенности копинг-стратегий основаны на ценностях, традициях, нормах поведения, жизненных установках. Так копинг-поведение в русской культуре в целом совпадают как у мужчин, так и у женщин. В осетинской культуре ценности и традиционно сложившееся гендерное разделение социальных ролей в семье ограничивают стратегии совладающего поведения женщины (Худалова, 2013).

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о кросскультурных различиях копинг-поведения среди представителей русского этноса, которые в силу своего пребывания в поликультурной среде, более терпимы, дружелюбны и лояльны к окружающим, и представителей осетинского этноса, которые придерживаются соблюдения обычаев и традиций исключительно своей национальности.

Выводы

Определено, что копинг-поведение имеет разное содержание в зависимости от этнической принадлежности и пола. Для представителей русского этноса социально приемлемыми копинг-стратегиями являются: положительная переоценка, планирование решения проблем, самоконтроль. При этом ведущим копингом является проблемно-ориентированный. Можно предполагать, что русским свойственно подавление и сдерживание своих эмоций, преодоление негативных переживаний за счет положительного переосмысления.

У осетин же прослеживается доминирование экспрессивности, которая выражается в легком отношении к жизни, большем доверии своим чувствам и интуиции, нежели здравому смыслу. Среди них чаще встречается концентрация на негативных чувствах и эмоциях, связанных с возникшей проблемной ситуацией. Также необходимо отметить, что осетины более консервативны, что говорит об их приверженности к традиционным ценностям и порядкам, за главную человеческую ценность принимается сохранение традиций своей этнической группы.

Необходимо отметить, что мужчины в стрессовой ситуации чаще выбирают конструктивные копинг-стратегии, такие как планирование и поиск социальной поддержки инструментального характера. Это может говорить о том, что мужчинам свойственно обдумывание того, как действовать в отношении трудной жизненной ситуации и разработка тактики поведения. Они чаще стремятся получить совет, помощь или информацию у социального окружения. Однако, существуют этнические различия копинг-поведения среди мужчин. Так, для русских мужчин характерно избегание и социальное отвлечение, а для осетинских – отрицание и сдерживание совладания.

Для женщин характерно преобладание эмоционально-ориентированного копинг-поведения, проявляющегося в фокусировке на

неприятных эмоциях и чувствах. Женщины чаще мужчин отрицают случившееся, отказываясь верить в происходящее и пытаясь отвергать его реальность, склонны обращаться за помощью к Богу, вере и религии. Также женщины чаще способны отреагировать на проблемную ситуацию юмором, смехом или шуткой.

Выявлены этнические различия копинг-поведения среди женщин. Поведение русских женщин характеризуется самоконтролем, при котором преодоление негативных переживаний в связи с трудной жизненной ситуацией происходит за счет целенаправленного подавления и сдерживания эмоций, а также минимизацию их влияния на оценку ситуации и выбор стратегии поведения, высокий контроль поведения, стремление к самообладанию. Среди женщин осетинского этноса преобладает концентрация на эмоциях и их выражении, а также поведенческий уход от проблемы.

Заключение

Результаты исследования этнопсихологических и гендерных особенностей копинг-поведения могут быть использованы при разработке рекомендаций по осуществлению национальной политики в республиках Северного Кавказа (Крюкова, 2013). Эмпирические результаты могут стать основой для теоретической базы новых исследований копинг-стратегий у представителей разных этнических групп, так как это способствует обогащению научных представлений по проблеме влияния кросскультурных факторов на процесс формирования копинг-поведения (Емельянов, 1992; Рассказова, Гордеева, Осин, 2013). Полученные результаты исследования могут быть использованы при разработке рекомендаций по организации социально-психологических служб в поликультурных регионах, а также при разработке учебных программ по психологии стресса, психологии личности, этнической психологии, возрастной психологии и психологии развития.

Также возможно применение описанных данных в практике психологического консультирования мужчин и женщин, переживающих трудную жизненную ситуацию.

Список использованных источников

- Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал, 1994. Т. 15. № 1. С. 3-18.
- Блайзер А., Хайм Э., Рингер Х., Томмен М. Проблемно-ориентированная психотерапия. Интегративный подход / Пер. с нем. Л.С. Каганова. М., Независимая фирма «Класс», 1998. – 272 с.
- Вассерман Л.И. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика. Учебно-методическое пособие / Л.И. Вассерман, В.А. Абабков, Е.А. Трифонова // Под науч. ред. проф. Л.И. Вассермана. СПб., Изд-во Речь, 2010. – 192 с.
- Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб., Питер, 2009. – 336 с.
- Ветрова И.И. Связь совладающего поведения с контролем поведения и психологической защитой в системе саморегуляции // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. М., Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 179-196.
- Гуриева С.Д. Межэтнические отношения: этнический фактор в межгрупповых отношениях // Вестник Якутского государственного университета, 2008. Т. 5. № 4. С. 79-83.
- Гуриева С.Д. Межгрупповые отношения как область социально-психологического исследования // Общество, 2014. № 1 (1). С. 75-82.
- Гуриева С.Д. Межэтнические отношения: модели этнической идентичности и трансформационные процессы современности // Вестник Северо-Осетинского государственного университета имени К.Л. Хетагурова, 2015. № 1. С. 101-107.
- Емельянов Ю.П. Введение в культурную антропологию. СПб., Изд-во С.-Петербургского университета, 1992. – 156 с.
- Касьянова К. О русском национальном характере. М., Издательство Института национальной модели экономики, 1994. – 267 с.
- Ким Э. Сун. Кросскультурный анализ влияния этнопсихологических особенностей на совладающее поведение представителей японского и русского этносов // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки, 2013. № 5. С. 99-107.
- Коржова Е.Ю. Жизненные ситуации и стратегии поведения // Психологические проблемы самореализации личности / Под ред. А.А. Крылова, Л.А. Коростылевой. СПб., Изд-во С.-Петербургского университета, 1997. – 240 с.

- Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние и психологические, социокультурные перспективы // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова, 2013. № 5. С.184-188.
- Крюкова Т.Л. Культура, стресс и копинг: социокультурная контекстуализация совладающего поведения. Кострома, КГУ им. Н.А. Некрасова; КГТУ, 2015. – 236 с.
- Магомедов А.Х. Культура и быт осетинского народа. Владикавказ, «ИР», 2011. – 434 с.
- Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс / Пер. с англ. М., Наука, 1970. С. 178-208.
- Миллер В.Ф. В горах Осетии / Сост. Т.А. Хамицаева. Владикавказ, Издательско-полиграфическое предприятие им. В. Гасиева, 2007. – 536с.
- Митина О.В., Петренко В.Ф. Кросс-культурное исследование стереотипов женского поведения (в России и США) // Вопросы психологии, 2000. № 1. С. 68-88.
- Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция): Учебное пособие. Казань, Казанская Государственная Медицинская Академия, 2003. – 99 с.
- Нартова-Бочавер С.К. «Coping Behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал, 1997. Т. 18. № 5. С. 20-29.
- Рассказова Е.И., Гордеева Т.О., Осин Е.Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции // Психология, ВШЭ, 2013. Т. 10. № 1. С. 82-118.
- Худалова М.З. Этнопсихологические особенности самореализации личности: дис. ... канд. психол. наук. СПб., СПбГУ, 2013. – 208 с.
- Lazarus R.S. Toward better research on stress and coping // American Psychologist, 2000. V. 55 (6). Pp. 665-673.
- Frydenberg E. Coping competencies: what to teach and when / E. Frydenberg // Theory Into Practice. Wntr, 2004. Pp. 43-66.

References

- Antsyferova L.I. Lichnost' v trudnykh zhiznennykh usloviakh: pereosmyslivanie, preobrazovanie situatsii i psikhologicheskaya zashchita [Personality in difficult living conditions: rethinking, transforming situations and psychological defense] // Psikhologicheskii zhurnal, 1994. V. 15. No. 1. Pp. 3-18. (In Russian)
- Blaizer A., Khaim E., Ringer Kh., Tommen M. Problemno-orientirovannaya psikhoterapiya. Integrativnyi podkhod [Problem-oriented psychotherapy. Integrative approach] / Per. s nem. L.S. Kaganova. Moscow, Nezavisimaya firma «Klass» Publ., 1998. (In Russian)
- Vasserman L.I. Sovladanie so stressom: teoriya i psikhodiagnostika. Uchebno-metodicheskoe posobie [Coping with stress: theory and psychodiagnostics. Teaching guide] / L.I. Vasserman, V.A. Ababkov, E.A. Trifonova // Pod nauch. red. prof. L.I. Vassermana. Saint-Petersburg, Rech' Publ., 2010. (In Russian)
- Vodop'ianova N.E. Psikhodiagnostika stressa [Stress psychodiagnostics]. Saint-Petersburg, Piter Publ., 2009. (In Russian)
- Vetrova I.I. Sviaz' sovladaushchego povedeniia s kontrolem povedeniia i psikhologicheskoi zashchitoi v sisteme samoregulatsii [Connection of coping behavior with behavioral defense in the system of self-regulation] // Priblizheniya k psikhologii, 2013. № 1. С. 10-15.

- control and psychological defense in the system of self-regulation] // Sovladaiushchee povedenie: Sovremennoe sostoianie i perspektivy / Pod red. A.L. Zhuravleva, T.L. Kriukovoi, E.A. Sergienko. Moscow, «Institut psikhologii RAN» Publ., 2008. Pp. 179-196. (In Russian)
- Gurieva S.D. Mezhetnicheskie otnosheniia: etnicheskii faktor v mezhruppovykh otnosheniakh [Ethnic relations: the ethnic factor in intergroup relations] // Vestnik Iakutskogo gosudarstvennogo universiteta, 2008. V. 5. No. 4. Pp. 79-83. (In Russian)
- Gurieva S.D. Mezhruppovye otnosheniia kak oblast' sotsial'no-psikhologicheskogo issledovaniia [Intergroup relations as an area of socio-psychological research] // Obshchestvo, 2014. No. 1 (1). Pp. 75-82. (In Russian)
- Gurieva S.D. Mezhetnicheskie otnosheniia: modeli etnicheskoi identichnosti i transformatsionnye protsessy sovremennosti [Interethnic relations: models of ethnic identity and transformational processes of modernity] // Vestnik Severo-Osetinskogo gosudarstvennogo universiteta imeni K.L. Khetagurova, 2015. No. 1. Pp. 101-107. (In Russian)
- Emel'ianov Iu.P. Vvedenie v kul'turnuiu antropologiu [Introduction to cultural anthropology]. Saint-Petersburg, Saint-Petersburg University Publ., 1992. (In Russian)
- Kas'ianova K. O russkom natsional'nom kharaktere [About Russian national character]. Moscow, Izdatel'stvo Instituta natsional'noi modeli ekonomiki, 1994. (In Russian)
- Kim E. Sun. Krosskul'turnyi analiz vliianiia etnopsikhologicheskikh osobennostei na sovladaiushchee povedenie predstavitelei iaponskogo i russkogo etnosov [Cross-cultural analysis of the influence of ethno-psychological characteristics on the coping behavior of representatives of the Japanese and Russian ethnic groups] // Gumanitarnye, sotsial'no-ekonomicheskie i obshchestvennye nauki, 2013. No. 5. Pp. 99-107. (In Russian)
- Korzhova E.Iu. Zhiznennye situatsii i strategii povedeniia [Life situations and behavior strategies] // Psikhologicheskie problemy samorealizatsii lichnosti / Pod red. A.A. Krylova, L.A. Korostylevoi. Saint-Petersburg, Saint-Petersburg University Publ., 1997. (In Russian)
- Kriukova T.L. Psikhologiya sovladaiushchego povedeniia: sovremennoe sostoianie i psikhologicheskie, sotsiokul'turnye perspektivy [Psychology of coping behavior: current state and psychological, socio-cultural perspectives] // Vestnik KGU im. N.A. Nekrasova, 2013. No. 5. Pp.184-188. (In Russian)
- Kriukova T.L. Kul'tura, stress i koping: sotsiokul'turnaia kontekstualizatsiia sovladaiushchego povedeniia [Culture, stress and coping: sociocultural contextualization of coping behavior]. Kostroma, KGU im. N.A. Nekrasova; KGTU, 2015. (In Russian)
- Magometov A.Kh. Kul'tura i byt osetinskogo naroda [Culture and life of the Ossetian people]. Vladikavkaz, «IR» Publ., 2011. (In Russian)
- Lazarus R. Teoriia stressa i psikhofiziologicheskie issledovaniia [Theory of Stress and Psychophysiological Research] / R. Lazarus // Emotsional'nyi stress / Per. s angl. Moscow, Nauka Publ., 1970. Pp. 178-208. (In Russian)
- Miller V.F. V gorakh Osetii [In the mountains of Ossetia] / Sost. T.A. Khamitsaeva. Vladikavkaz, Izdatel'sko-poligraficheskoe predpriiatie im. V. Gasieva, 2007. (In Russian)
- Mitina O.V., Petrenko V.F. Kross-kul'turnoe issledovanie stereotipov zhenskogo povedeniia (v Rossii i SShA) [Cross-cultural study of stereotypes of female behavior (in Russia and USA)] // Voprosy psikhologii, 2000. No. 1. Pp.68-88. (In Russian)

- Nabiullina R.R., Tukhtarova I.V. Mekhanizmy psikhologicheskoi zashchity i sovladaniia so stressom (opredelenie, struktura, funktsii, vidy, psikhoterapevticheskaiia korrektsiia): Uchebnoe posobie [Mechanisms of psychological defense and coping with stress (definition, structure, functions, types, psychotherapeutic correction): Tutorial]. Kazan', Kazanskaia Gosudarstvennaia Meditsinskaia Akademiia, 2003. (In Russian)
- Nartova-Bochaver S.K. «Coping Behavior» v sisteme poniatii psikhologii lichnosti ["Coping Behavior" in the system of concepts of personality psychology] // Psikhologicheskii zhurnal, 1997. V. 18. No. 5. Pp. 20-29. (In Russian)
- Rasskazova E.I., Gordeeva T.O., Osin E.N. Koping-strategii v strukture deiatel'nosti i samoregulatsii [Coping strategies in the structure of activity and self-regulation] // Psikhologiya, VShE, 2013. V. 10. No. 1. Pp. 82-118. (In Russian)
- Khudalova M.Z. Etnopsikhologicheskie osobennosti samorealizatsii lichnosti [Ethnopsychological features of self-identity]: dis. ... kand. psikh. nauk. Saint-Petersburg, Saint-Petersburg University Publ., 2013. (In Russian)
- Lazarus R.S. Toward better research on stress and coping // American Psychologist, 2000. V. 55 (6). Pp. 665-673.
- Frydenberg E. Coping competencies: what to teach and when / E. Frydenberg // Theory Into Practice. Wntr, 2004. Pp. 43-66.