

**Александрова О.В.**

## **Осмысленность жизни как фактор копинг-поведения и отношения к будущему родственников тяжело болеющих детей**

Изучая совладающее поведение, исследователи подчеркивают их значительное влияние не только на жизненную ситуацию, но и на ее интерпретацию. Конструктивные стратегии поведения способствуют лучшей адаптации к трудной жизненной ситуации, и в случае невозможности повлиять на ситуацию - помогают выйти из нее за счет обретения новых жизненных смыслов, «следовать дорогой своей жизни и надеяться, и быть открытым будущему» (Ленгле С.).

Мы предположили, что поведенческие стратегии и отношение к будущему связаны с общей осмысленностью жизни. Выборка - 65 человек (родственники детей, имеющих тяжелые хронические заболевания) от 20 до 60 лет. По уровню осмысленности они были разделены на 2 группы: 1-ая группа по общему показателю (ОЖ) имеет низкие значения ( $n=15$ ); 2-ая средние и высокие значения ( $n=50$ ). Значимых различий по возрасту, степени родства с болеющим ребенком между группами нет.

Методики: тест «СЖО» Д.А. Леонтьева; тест Лазаруса (Л. И. Вассерман); тест «Семантический дифференциал времени» Л. И. Вассермана.

По стратегиям совладания: в 1 группе преобладает стратегия «Бегство – избегание» (14,36%) и «Дистанцирование» (13,65%). Стратегии «Планирование решения проблемы» (11,43%) и «Положительная переоценка» (11,25%) на последнем месте. Во 2 группе преобладает «Положительная переоценка» (13,48%), реже «Бегство избегание» (12,97%) и «Планирование решения проблемы» (12,93%).

По восприятию будущего времени получены значимые различия по всем измеряемым параметрам времени «Активность» ( $r=2,2$ ;  $p \leq 0,05$ ) «Ощущаемость» ( $r=3,5$ ;  $p \leq 0,01$ ), «Эмоциональная окраска» ( $r=4,2$ ;  $p \leq 0,01$ ), «Структура» ( $r=3,2$ ;  $p \leq 0,01$ ). Первая группа характеризуется общим ощущением безнадежности; вторая – более благоприятной оценкой. Таким образом, использование копинг-стратегий в трудной жизненной ситуации связано с уровнем осмысленности жизни человеком и соотносится с общей оценкой будущего. Можно предположить, что тот или иной копинг актуализируется эмоциональным состоянием человека и сам актуализирует его.