

Куваева И.О.

## **КРОССКУЛЬТУРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССА (НА ПРИМЕРЕ РУССКИХ, ТУРЕЦКИХ И КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ)**

*Аннотация.* Обсуждаются результаты сравнительного исследования различий преодоления стресса у русских (n=98), турецких (n=70) и китайских (n=58) студентов. Впервые применена классификация 4 стилей совладания для представителей незападных культур (по М.А. Холодной). Получены данные о достоверных различиях в предпочитаемых копинг-стратегиях у респондентов.

*Ключевые слова:* стресс, представления о стрессе, стратегии совладания, русский, турецкий и китайский студент.

*Abstract.* The paper demonstrates the results of a comparative study that was devoted to identify differences in coping strategies among Russians (n=98), Turkish (n=70) and Chinese (n=58) students. Classification of four coping styles for representatives of non-Western cultures was first applied (according to M. Kholodnaya). Significant differences in coping strategies among these groups of students are represented.

*Keywords:* stress, stress representations, coping strategies, Russian, Turkish and Chinese students.

### **Введение**

Совладание с трудными ситуациями представляет собой процесс адаптации человека к изменяющимся условиям жизнедеятельности. Выбор копинг-стратегий определяется субъективной оценкой затрудненных обстоятельств [Лазарус, 1970] и культурной принадлежностью человека [Lazarus, Folkman, 1984; Холодная, Берестнева, Муратова, 2007]. Большинство проведенных кросс-культурных исследований совладающего поведения сфокусированы на представителях «полярных» культур [Крюкова, 2005; Poltavski & Ferraro, 2003; Frydenberg et. al., 2003, Yeresyan & Lohaus, 2014]; при интерпретации полученных результатов психологи применяют базовые параметры культуры «индивидуализм/коллективизм» [Мацумото, 2002; Стефаненко, 2009; Hofstede, 2011; Hui, Triandis, 1998]. Однако открытым остается вопрос о «технологии» пояснения различий совладающего поведения у представителей разных коллективистических культур или культур промежуточного типа. На наш взгляд, перспективной в объяснении преодоления стресса является идея о социокультурной контекстуализации, предполагающей соотнесение выявленного «профиля» совладания с временными, пространственными и событийными переменными, присущими

реальной жизни человека [Крюкова, Гущина, 2015].

*Цель настоящего исследования* – выявления различий в структуре совладающего поведения у студентов, принадлежащих к разным культурам коллективистического типа (турки, китайцы) и культуре промежуточного типа (русские). Выявленные копинг-стратегии представляют собой специфические особенности преодоления трудных ситуаций в социокультурных контекстах студенческой молодежи России, Турции и Китая.

### **Объекты и методика исследований**

Всего в исследовании приняли участие 226 человек (102 муж./124 жен.) в возрасте от 17 до 30 лет. В выборочной совокупности выделено три подгруппы респондентов:

- русские студенты – 98 чел. (25 муж. /73 жен.) в возрасте 18-23 года (ср. возраст – 19,2), обучающиеся в Уральском федеральном университете (УРФУ);
- турецкие студенты – 70 чел. (43 муж. /27 жен.) в возрасте 17-30 лет (ср. возраст – 22,3), большая часть которых учится в университетах Турции;
- китайские студенты – 58 чел. (34 муж. /24 жен.) в возрасте 17-27 лет (ср. возраст – 21,7), обучающиеся в УРФУ.

Психодиагностический комплекс, предлагаемый респондентам на родном языке, представлен тестом «Юношеская копинг-шкала» Э. Фрайденберга и Р. Льюиса в адаптации Т.Л. Крюковой [Крюкова, 2007]. При интерпретации особенностей совладающего поведения применялась классификация стилей для представителей незападных культур: проблемно-ориентированный, мобилизационный, эмоционально-доминантный, социотропный [подробнее: Холодная и др., 2007]. Статистическая обработка данных проводилась на базе стандартных программ из пакета SPSS 21.0 для Windows.

### **Результаты и обсуждение**

Достоверные различия в предпочитаемых копинг-стратегиях у студентов разных групп представлены в табл. 1-2. Наибольшее количество различий в выраженности копинг-стратегий обнаружено между русской и китайской подгруппами.

Таблица 1 – Значимые различия в копинг-стратегиях между русскими и турецкими/китайскими студентами

Копинг-стратегии	Описательная статистика (среднее. ст. отклонение)			Различия t-value	
	Русские	Турки	Китайцы	Рус. vs. Тур.	Рус. vs. Кит.
Решение проблемы (ПО)	76.81 (11.61)	72.82 (12.99)	70.45 (11.43)	2.10*	3.30 **
Работа, достижение (ПО)	74.40 (12.71)	69.38 (12.88)	68.70 (11.13)	2.53*	2.81 **
Общественные действия (ПО)	30.66 (11.27)	39.79 (14.52)	52.45 (16.06)	4.61***	9.88***
Профессиональная помощь (ПО)	34.64 (13.72)	43.05 (17.53)	46.92 (15.22)	3.50**	5.16***
Беспокойство (ЭД)	70.08 (16.41)	58.16 (14.73)	51.08 (16.37)	4.88***	6.95 ***
Самообвинение (ЭД)	65.61 (19.03)	56.11 (13.69)	55.61 (13.02)	3.60***	3.51 **
Условное обозначение стилей: ПО – проблемно-ориентированный; ЭД – эмоционально-доминантный; М – мобилизационный; СТ – социотропный Уровни значимости: *p < 0.05; **p < 0.01; ***p < 0.001					

Согласно данным табл. 1, русские респонденты по сравнению с турками и китайцами достоверно чаще применяют стратегии проблемно-ориентированного стиля («решение проблемы», «работа, достижение») и эмоционального стиля («беспокойство», «самообвинение»). Китайские студенты по сравнению с русскими респондентами в большей степени активизируют внешние проблемно-ориентированные стратегии («общественные действия», «профессиональная помощь»). По сравнению с китайцами русский студент в большей мере верит в удачное стечение обстоятельств ( $t=4.14$ ,  $p<0.001$ ); чаще находит положительные стороны в трудной ситуации ( $t=2.79$ ,  $p<0.01$ ); чаще обращается за социальной поддержкой ( $t=1.98$ ,  $p<0.01$ ); более склонен к замкнутости ( $t=2.26$ ,  $p<0.001$ ). Духовная опора является менее востребованной стратегией преодоления стресса у русской молодежи, чем у турецких студентов ( $t=8.44$ ,  $p<0.001$ ).

Таблица 2 демонстрирует значимые различия в выраженности копинг-стратегий у турецких и китайских студентов. Так, в трудных ситуациях представители турецкой культуры в большей степени отказываются от каких-либо действий относительно решения проблемы и беспокоятся о будущем, при

этом надеются на удачное стечение обстоятельств, активизируют религиозную поддержку и позитивную категоризацию в преодолении стресса. В свою очередь, китайцы намного больше беспокоятся о том, что думают о них другие, и стремятся получить от них одобрение. Китайские студенты чаще организуют групповые действия для разрешения проблем и поиска поддержки.

Таблица 2 – Значимые различия в копинг-стратегиях у турецких и китайских студентов

Копинг-стратегии	Описательная статистика (среднее. ст. отклонение)		Различия t-value
	Турки	Китайцы	
Общественные действия (ПО)	39.79 (14.52)	52.45 (16.06)	4.69***
Беспокойство (ЭД)	58.16 (14.73)	51.08 (16.37)	2.57*
Несовладание (ЭД)	44.50 (11.49)	40.00 (12.32)	2.13*
Духовность (ЭД)	69.30 (21.56)	37.45 (17.52)	9.03***
Чудо (ЭД)	64.05 (15.12)	57.19 (13.15)	2.70**
Позитивный фокус (М)	68.88 (15.77)	63.45 (12.57)	2.51*
Принадлежность (СТ)	59.77 (11.33)	66.10 (13.24)	2.92**
Условное обозначение стилей: ПО – проблемно-ориентированный; ЭД – эмоционально-доминантный; М – мобилизационный; СТ – социотропный Уровни значимости: * $p < 0.05$ ; ** $p < 0.01$ ; *** $p < 0.001$			

### Заключение

Результаты проведенного исследования продемонстрировали, что русские, турецкие и китайские студенты различаются по предпочитаемым копинг-стратегиям. Для русских студентов характерна активизация проблемно-ориентированных и эмоционально-доминантных индивидуализированных стратегий. Турецкие студенты обозначают религиозную поддержку как значимый эмоциональный ресурс преодоления трудных ситуаций. Китайские студенты при преодолении стресса применяют внешние проблемно-ориентированные стратегии и нуждаются в принадлежности к группе. Понимание кросскультурных различий совладания с трудными ситуациями позволяет разрабатывать антистрессовые тренинговые программы, ориентированные на разные группы респондентов с учетом специфических интерпретаций стресса и паттернов преодоления стресса.

*Автор выражает благодарность Н.М. Ачан и К.Б. Лозовской за помощь в организации исследования и квалифицированный перевод*

*психодиагностического инструментария.*

*Работа выполнена при поддержке гранта Российского научного фонда (проект №14-28-00087), Институт психологии РАН.*

### **Библиографический список**

1. Крюкова Т. Л. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения / Т. Л. Крюкова // Психологический журнал. – 2005. – № 2. – С. 5–15.
2. Крюкова Т. Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы / Т. Л. Крюкова. – Кострома : Авантитул, 2007. – 60 с.
3. Крюкова Т. Л. Культура, стресс и копинг: социокультурная контекстуализация совладающего поведения / Т. Л. Крюкова, Т. В. Гуцина. – Кострома : КГУ им. Н.А. Некрасова : КГТУ, 2015. – 236 с.
4. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс. – Ленинград : Медицина, 1970. – С. 178–207.
5. Мацумото Д. Психология и культура / Д. Мацумото. – Москва : Прайм-Еврознак, 2002. – 718 с.
6. Стефаненко Т. Г. Этнопсихология / Т. Г. Стефаненко. – Москва : Аспект Пресс, 2009. – 368 с.
7. Холодная М. А. Структура стратегий совладания в юношеском возрасте: к проблеме валидности опросника «Юношеская копинг-шкала» / М. А. Холодная, О. Г. Берестнева, Е. А. Муратова // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С. 143–156.
8. Coping With Concerns: An Exploratory Comparison of Australian, Colombian, German, and Palestinian Adolescents / E. Frydenberg [et al.] // Journal of Youth and Adolescents. – 2003. – Vol. 32, I. 1. – P. 59–66.
9. Hofstede G. Dimensionalizing Cultures: The Hofstede Model in Context / G. Hofstede // Online Readings in Psychology and Culture. – 2011. – Vol. 2, I. 1. – P. 3–26. – DOI: <http://dx.doi.org/10.9707/2307-0919.1014>.
10. Hui C. H. Individualism – Collectivism: A Study of Cross-Cultural Researchers / C. H. Hui, H. C. Triandis // Journal of Cross-Cultural Psychology. – 1998. – Vol. 17, I. 2. – P. 225–248.
11. Lazarus R. S. Cognitive theories of stress and the issue of circularity / R. S. Lazarus, S. Folkman // Dynamics of stress: physiological, psychological and social perspectives / Ed. by M. N. Appley, R. Trumbull. – [S. l.], 1984. – P. 63–79.
12. Poltavski D. Stress and illness in American and Russian college students / D. Poltavski, F. R. Ferraro // Personality and Individual Differences. – 2003. – Vol. 34. – P. 971–982.
13. Yeresyan I. Stress and wellbeing among Turkish and German adolescents living in rural and urban areas [Electronic resource] / I. Yeresyan, A. Lohaus // Rural and Remote Health. – 2014. – Vol. 14. – P. 2695. – Mode of access: <https://pub.unibielefeld.de/publication/2705645>.