

Научная статья / Research Article

<https://doi.org/10.11621/LPJ-25>

УДК/UDC 159.99; 159.9.07

Стратегии совладающего поведения у женщин, мужа которых работают вахтовым методом

К.А. Володина ✉, И.А. Русяева, А.А. Рагулина

Тюменский государственный университет, Тюмень, Российская Федерация

✉ k.a.volodina@utmn.ru

Резюме

Актуальность. Вахтовый метод работы достаточно распространен в разных регионах России. Преимущественно выбор в пользу данного метода работы делают мужчины. Исследования пар или семей, в которых один из партнеров работает вахтовым методом, в научной литературе представлены мало. В то же время работы, констатирующие проявление стресса в семьях вахтовых специалистов, инициируют интерес к изучению совладающего поведения женщин, чьи мужья работают вахтовым методом.

Цель. Выявление специфики стратегий совладающего поведения женщин, мужа которых работают вахтовым методом.

Выборка. В исследовании приняли участие 103 женщины с семейным стажем от 5 до 10 лет, из них: 51 женщина, мужа которых работают вахтовым методом, и 52 женщины, постоянно проживающие с супругами (контрольная группа).

Методы. Изучение стратегий совладающего поведения осуществлялось при помощи Опросника совладания со стрессом COPE.

Результаты. Результаты исследования позволили выявить специфику совладания со стрессом у женщин, чьи мужья работают вахтовым методом. Для них характерна в большей степени стратегия «мысленный уход от проблемы» в сравнении с женщинами, постоянно проживающими с супругами. Наличие детей в семьях вахтовых специалистов также определенным образом влияет на выбор стратегий совладающего поведения женщин: у женщин с детьми выше показатели по продуктивным стратегиям — «позитивное переформулирование ситуации и личностный рост», «принятие» и «юмор», что помогает им справляться со стрессом при периодическом раздельном проживании с мужьями. Женщины без детей при периодическом раздельном проживании с мужьями чаще используют

стратегии: «активное совладание», «отрицание», «обращение к религии» и «мысленный уход от проблемы».

Выводы. Учет двух аспектов в ходе исследования (режим проживания с супругом и наличие детей) позволил выявить специфику совладающего поведения женщин, мужья которых работают вахтовым методом. Это позволит психологам грамотнее выстроить психологическую помощь и поддержку семьям данной категории.

Ключевые слова: женщины, дети, психология семьи, совладающее поведение, вахтовый метод

Для цитирования: Володина, К.А., Русяева, И.А., Рагулина, А.А. (2025). Стратегии совладающего поведения у женщин, мужья которых работают вахтовым методом. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 48(2). <https://doi.org/10.11621/LPJ-25>

Coping Strategies in Women Whose Husbands Work on a Rotational Basis

Ksenia A. Volodina ✉, Irina A. Rusyaeva, Anna A. Ragulina

Tyumen State University, Tyumen, Russian Federation

✉ k.a.volodina@utmn.ru

Abstract

Background. Shift work is quite common in different regions of Russia. this method of work is most often chosen by men. In the scientific literature, there are few investigations devoted to the study of couples or families with one of the spouses working on a shift basis. Interest in studying the coping behaviour of women whose husbands work on a shift basis is caused by scientific studies into the manifestation of stress in the families of shift workers.

Objective. The article focuses on identifying specifics of coping behaviour in women whose husbands work on a rotational basis.

Study Participants. The study involved 103 women with marital experience ranging from 5 to 10 years, including: 51 women whose husbands work on a rotational basis and 52 women living permanently with their spouses (control group).

Methods. The study of coping strategies is carried out with the Coping with Stress Questionnaire COPE. The Mann-Whitney U-test is used to process quantitative data.

Results. The results of the study revealed the specifics of coping with stress in women whose husbands work in shifts. They are characterized by the strategy “mental disengagement” to a greater extent as compared to the women who live with their spouses permanently. The presence of children in the families of shift

workers also has a certain impact on the choice of coping strategies by women. Women with children have higher rates of productive strategies: “positive reinterpretation and personal growth”, “acceptance” and “humor”, it helps them cope with the stress of periodic separation from their husbands. In separation from their husbands, women without children are more likely to use the following strategies: “active coping”, “denial”, “religious coping” and “mental disengagement”.

Conclusions. Taking into account two aspects in the course of the study (the mode of living with a spouse and the presence of children) made it possible to identify the specifics of coping behaviour of women whose husbands work in shifts. This will allow psychologists to better organize psychological assistance and support for families in this category.

Keywords: women, children, family psychology, coping behaviour, shift method

For citation: Volodina, K.A., Rusaeva, I.A., Ragulina, A.A. (2025). Coping strategies in women whose husbands work on a rotational basis. *Lomonosov Psychology Journal*, 48(2). <https://doi.org/10.11621/LPJ-25>

Введение

В настоящее время вахтовый метод организации труда достаточно распространен среди предприятий различных отраслей. Изменения в экономике, низкие доходы семей, в особенности проживающих в малых городах и сельской местности, ведут к выбору работы вахтовым методом одним из супругов, чаще всего это мужчины. Вахтовый метод работы одного из супругов требует повышенных затрат адаптационных ресурсов пары, что приводит к постоянному напряжению в отношениях (Куликов, 2000).

Проблема исследования состоит в том, что, при относительной научной разработанности темы психологических особенностей вахтового труда (Симонова, 2010), приоритет в исследованиях отдается изучению самих вахтовых работников, в частности их личностных процессов (Прохоров, Чернов, 2012), особенностей саморегуляции (Войтехович, Симонова, 2018), факторов профессиональной адаптации (Белых и др., 2016) и др. В то же время вахтовый труд обуславливает также специфичность внутрисемейных отношений, образа жизни и мира супружеской пары. И.Н. Свириденко отмечает, что работы, направленные на исследование внутрисемейных отношений людей, работающих вахтовым методом, практически отсутствуют, что сказывается на качестве и своевременности оказания помощи и

поддержки вахтовикам и членам их семей (Свириденко, 2010). Тем не менее такие семьи нуждаются в помощи ввиду специфичности их отношений. Исследователи отмечают, что партнерские отношения включают в себя три взаимосвязанные системы: привязанность, забота и секс, при этом привязанность составляет основу чувства безопасности и защищенности в близких отношениях (Mikulincer, Shaver, 2020). Соответственно, изменения в этих системах влияют на качество отношений и диадического копинга в паре (Екимчик, Опекина, 2022). В ряде работ исследователи раскрывают актуальные проблемы семей, где один из супругов работает вахтовым методом: распределение семейных функций (Gallegos, 2005), психологическое благополучие (Бекренева и др., 2023), особенности супружеских отношений (Прынков, 2020; Васильева, Симонова, 2017), удовлетворенность браком (Нечепоренко, Самченко, 2014; Meredith et al., 2014).

Исследование внутрисемейных отношений является актуальной и значимой областью психологической науки и практики. Семья является одним из факторов, влияющих на психическое, эмоциональное состояние личности. А.М. Акимов, А.Н. Силин, Ю.М. Конев установили, что у мужчин, работающих вахтовым методом в газодобывающем комплексе более 5 лет, более выражены проявления стресса в семье, характеризующие рост изменений семейного положения и семейных конфликтов (Акимов и др., 2023). Заметим, что удовлетворенность отношениями внутри семьи оказывает значительное влияние на самореализацию человека в различных сферах деятельности. Также гармоничные отношения в семье сказываются на благополучном функционировании общества в целом.

По мнению В.В. Орловой, временная разлука может стать поводом, который обостряет уровень возникающих разногласий, споров, что может привести к отчуждению супругов (Орлова, 2010).

В. Мередит, П. Раш, Е. Робинсон провели обзор зарубежных научных работ о влиянии вахтовой организации работы одного из супругов на внутрисемейные отношения. Авторы отмечают, что в таких семьях наблюдается более высокий уровень стресса, снижение уровня удовлетворенности супружескими отношениями (Meredith et al., 2014). Д. Галлегос, исследуя австралийских нефтяников и шахтеров, пришел к выводу, что динамика внутрисемейных отношений зависит от рабочего цикла супруга, работающего вахтовым методом. В результате происходит перераспределение функций внутри семьи (Gallegos, 2005).

Так, С. Диттман, А. Энрикес, Н. Роксбург отметили, что в семьях, где один из супругов работает вахтовым методом, по сравнению с семьями с обычным режимом работы, у женщин в большей степени наблюдаются депрессия, тревога, стресс, беспокойство о благополучии супруга, мужчины же в большей степени употребляют алкогольные напитки, также в большей мере ощущают беспокойство о благополучии супруги (Dittman et al., 2016). В.А. Андрухович, Н.Н. Симонова также в качестве трудностей семей вахтовых специалистов выделяют в детско-родительских отношениях тенденцию к непринятию ребенка, в супружеских — снижение степени близости между партнерами (Андрухович, Симонова, 2020).

Опираясь на результаты данных исследований, стоит заметить, что это достаточно малоизученная область на сегодняшний день. Открытыми продолжают оставаться вопросы: как происходит адаптация к изменяющимся условиям в семье вахтовых специалистов, как справляются с этим супруги на разных уровнях — эмоциональном, поведенческом, когнитивном? Наше исследование направлено на изучение специфики стратегий совладающего поведения женщин, мужа которых работают вахтовым методом.

Совладающее с трудностями поведение — это сознательное, целенаправленное поведение, направленное на овладение, разрешение или смягчение, привыкание или уклонение, при необходимости, предотвращение кризисной ситуации (Крюкова и др., 2005, с. 57). Кроме того, совладающее поведение, или копинг, рассматривается отечественными психологами Т.В. Гущиной, Т.Л. Крюковой, и М.В. Сапоровской как конструктивный способ реагирования, который может усваиваться личностью под влиянием воспитания, семейных сценариев поведения с другими людьми (Гущина, 2009; Крюкова, 2010; Крюкова, Гущина, 2012; Сапоровская, 2013).

Совладающее поведение может быть продуктивным либо непродуктивным. Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, Е.В. Куфтяк выделяют продуктивный копинг семьи, включающий понимание стрессовой ситуации, поиск информации, поиск поддержки от близких людей, от людей, находящихся в подобной ситуации, от профессионалов, налаженную коммуникацию в семье, включенность членов семьи в разрешение проблемы. Непродуктивный копинг характеризуется преобладанием эмоциональных реакций на ситуацию, погружением в переживания, обвинением друг друга, себя (Крюкова и др., 2005, с. 57).

Анализ работ Ч. Карвера, Э. Фрайденберг и других, в которых предоставлены детальные классификации методов копинга, делает

очевидным, что стратегии, направленные на активное решение проблем, являются наиболее эффективными для адаптации (Carver et al., 1989; Frydenberg, Lewis, 2000; Рассказова, Гордеева, 2011). Однако существует и другой набор методов, которые не включают активное противодействие, но все же могут помочь человеку адаптироваться к стрессовым ситуациям. К этим подходам относятся: поиск поддержки и понимания у окружающих, что помогает обрести эмоциональную защиту; уменьшение внимания к другим задачам и проблемам, сосредоточение на главной причине стресса; а также терпение и ожидание более подходящего момента для действия. В определенных обстоятельствах люди могут использовать методы, которые хоть и не считаются адаптационными, помогают им преодолевать стресс. Вместо традиционных подходов они могут прибегать к таким тактикам, как эмоциональный отклик или выражение своих чувств, отказ от признания неприятных событий или даже психологическое устранение себя от ситуации с помощью мечтаний. Кроме того, есть стратегии, которые включают обращение к религии или к потреблению алкоголя и наркотиков, хотя их эффективность и влияние на адаптацию могут значительно различаться (Losoya et al., 1998).

Таким образом, на основе проведенного теоретического анализа проблемы и эмпирического исследования поведения женщин, чьи мужья работают вахтовым методом, мы сможем расширить представления о стратегиях совладания с трудными ситуациями у женщин при периодическом раздельном проживании с супругом. Это свидетельствует не только о практической, но и теоретической значимости исследования в психологической науке о взаимосвязи копинга и семейных отношений.

Основная цель исследования — это выявление стратегий совладающего поведения женщин, мужья которых работают вахтовым методом.

Гипотезы исследования

Совладающее поведение женщин, чьи мужья работают вахтовым методом, отличается от копингов у женщин, постоянно проживающих с супругами.

Совладающее поведение женщин имеет свою специфику в зависимости от наличия детей в семьях вахтовых специалистов и в семьях с постоянным совместным проживанием супругов.

Выборка

В исследовании приняли участие 103 женщины с семейным стажем от 5 до 10 лет:

— 50 женщин, имеющих зарегистрированный брак без детей: 25 женщин, постоянно проживающих с супругом (контрольная группа), и 25 женщин, периодически проживающих с супругом (мужья работают вахтовым методом);

— 53 женщины, имеющие зарегистрированный брак с детьми: 27 женщин, постоянно проживающих с супругом (контрольная группа), и 26 женщин, периодически проживающих с супругом (мужья работают вахтовым методом).

Возраст детей от 4 до 9 лет.

Методы исследования

Для изучения стратегий совладающего поведения применялся Опросник совладания со стрессом COPE (Coping Orientation to Problems Experienced Inventory) в адаптации Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осина, Е.И. Рассказовой (Carver et al., 1989; Рассказова и др., 2013). Данный опросник позволяет определить выраженность копинг-стратегий, среди которых авторы отмечают наиболее адаптивные копинг-стратегии — это стратегии, направленные непосредственно на разрешение проблемной ситуации (активное совладание, использование инструментальной социальной поддержки, использование эмоциональной социальной поддержки, планирование, позитивное переформулирование и личностный рост, принятие). Вторая группа копинг-стратегий не связана с активным совладанием, но может способствовать адаптации человека в стрессовой ситуации (поиск эмоциональной социальной поддержки, подавление конкурирующей деятельности, сдерживание, юмор). Третью группу копинг-стратегий составляют стратегии, которые не являются адаптивными, однако в некоторых случаях помогают человеку в стрессовой ситуации (концентрация на эмоциях и их активное выражение, отрицание, мысленный уход от проблемы, поведенческий уход от проблемы). Отдельно авторы отмечают такие копинг-стратегии, как «обращение к религии» и «использование “успокоительных”». По мнению Е.И. Рассказовой и Т.О. Гордеевой, к «продуктивным» копинг-стратегиям стоит относить те, которые ориентированы на решение стрессовой ситуации (Рассказова, Гордеева, 2011).

Статистический анализ данных представлен описательными статистиками (медиана, квартили), сравнение выборок производилось с использованием U-критерия Манна — Уитни.

Результаты исследования

В ходе исследования рассматривалось два аспекта: во-первых, это постоянное или периодически раздельное проживание женщин с супругами (муж — вахтовый специалист), во-вторых, наличие детей в семье. Для проверки поставленных гипотез необходимо было провести сравнение выборок. Так как проверка нормальности распределения с использованием критерия Колмогорова — Смирнова показала, что распределение части шкал отличается от нормального ($p < 0,05$), то для сравнения двух независимых выборок применялся непараметрический критерий Манна — Уитни.

На первом этапе сравнивались показатели двух групп женщин — постоянно и периодически раздельно проживающих с супругом (Таблица 1).

Таблица 1

Значимые различия в стратегиях совладающего поведения у женщин при периодическом раздельном и постоянном проживании с супругом ($n = 103$)

Стратегия	Периодическое раздельное проживание ($n = 51$)			Постоянное проживание ($n = 52$)			U-критерий	P-значение
	медиана	Q ₁	Q ₃	медиана	Q ₁	Q ₃		
Мысленный уход от проблемы	7	6	8	5	4	7	204	<0,001

Table 1

Significant differences in coping strategies among women during periodic separation and permanent residence with their spouses ($n=103$)

Coping strategy	Periodic separation ($n = 51$)			Permanent residence ($n = 52$)			U-criterion	P-value
	median	Q ₁	Q ₃	median	Q ₁	Q ₃		
Mental disengagement	7	6	8	5	4	7	204	<0.001

Из Таблицы 1 видно, что статистически значимые различия выявлены по шкале «мысленный уход от проблемы». Показатели по этой

шкале у женщин при периодическом раздельном проживании с супругом выше, чем у женщин при постоянном проживании с супругом.

На втором этапе, в ходе сравнения выборок, учитывалось наличие детей в семьях вахтовых специалистов. В Таблице 2 представлены стратегии совладающего поведения у женщин с детьми и без детей при периодическом раздельном проживании с супругом.

Таблица 2

Значимые различия в стратегиях совладающего поведения у женщин с детьми и без детей при периодическом раздельном проживании с супругом (n = 51)

Стратегии	С детьми (n = 26)			Без детей (n = 25)			U-критерий	p-значение
	медиана	Q ₁	Q ₃	медиана	Q ₁	Q ₃		
Позитивное переформулирование и личностный рост	10	8	11	7	6	8	37	0,001
Принятие	9	8	10	5	4	6	26,5	<0,001
Юмор	6,5	5	8	4	4	4	21,5	<0,001
Подавление конкурирующей деятельности	8,5	7	10	6	5	7	179	0,005

Table 2

Significant differences in coping strategies among women during periodic separation and permanent residence with their spouses (n = 51)

Coping strategies	Families with children (n = 26)			Families without children (n = 25)			U-criterion	P-value
	median	Q ₁	Q ₃	median	Q ₁	Q ₃		
Positive reinterpretation	10	8	11	7	6	8	37	0.001
Acceptance	9	8	10	5	4	6	26.5	<0.001
Humor	6.5	5	8	4	4	4	21.5	<0.001
Suppression of competing activities	8.5	7	10	6	5	7	179	0.005

Представленные в Таблице 2 результаты указывают на статистически значимые различия по шкалам: «позитивное переформулирование и личностный рост», «принятие», «юмор», «подавление конкурирующей деятельности», данные копинг-стратегии более выражены у женщин с детьми, чем без детей, при периодическом раздельном проживании с мужем.

Третьим этапом выступил более детальный анализ — а именно сравнение женщин с детьми и без детей при периодическом раз-

дельном и постоянном проживании с супругом. У женщин с детьми при периодическом раздельном и совместном проживании супругов статистически значимые различия были установлены по стратегии «мысленный уход от проблем» (Таблица 3). Показатели у женщин с детьми по этой стратегии более выражены при периодическом раздельном, чем при постоянном совместном проживании.

Таблица 3

Значимые различия в стратегиях совладающего поведения у женщин с детьми при периодическом раздельном и постоянном проживании с супругом (n = 53)

Стратегия	Периодическое раздельное проживание (n = 26)			Постоянное проживание (n = 27)			U-критерий	p-значение
	медиана	Q ₁	Q ₃	медиана	Q ₁	Q ₃		
Мысленный уход от проблемы	6	6	7	4	4	5	87	<0,001

Table 3

Significant differences in coping strategies among women during periodic separation and permanent residence with their spouses (n = 53)

Coping strategy	Periodic separation (n = 26)			Permanent residence (n = 27)			U-criterion	P-value
	median	Q ₁	Q ₃	median	Q ₁	Q ₃		
Mental disengagement	6	6	7	4	4	5	87	<0.001

Далее на данном этапе было выполнено сравнение групп женщин без детей при постоянном и периодическом раздельном проживании с супругом (Таблица 4).

Таблица 4

Значимые различия в стратегиях совладающего поведения у женщин без детей при периодическом раздельном и постоянном проживании с супругом (n = 50)

Стратегии	Периодическое раздельное проживание (n = 25)			Постоянное проживание (n = 25)			U-критерий	p-значение
	медиана	Q ₁	Q ₃	медиана	Q ₁	Q ₃		
Активное совладание	12	10	13	9	8	10	37	0,001
Отрицание	8	6	9	4	4	5	26,5	<0,001
Обращение к религии	7	5	11	4	4	5	21,5	<0,001
Мысленный уход от проблемы	8	8	9	5	4	6	179	0,005

Table 4
Significant differences in coping strategies among women during periodic separation and permanent residence with their spouse (n = 50)

Coping strategies	Periodic separation (n = 25)			Permanent residence (n = 25)			U-crite- rion	P-value
	median	Q ₁	Q ₃	median	Q ₁	Q ₃		
Active coping	12	10	13	9	8	10	37	0.001
Denial	8	6	9	4	4	5	26.5	<0.001
Religious coping	7	5	11	4	4	5	21.5	<0.001
Mental disengagement	8	8	9	5	4	6	179	0.005

Из Таблицы 4 видно, что, согласно результатам сравнительного анализа, по четырем стратегиям выявлены статистически значимые различия. Женщины, не имеющие детей, при периодическом раздельном проживании с супругом более склонны к активному совладанию, отрицанию, обращению к религии и мысленному уходу от проблемы. Для женщин, не имеющих детей, но совместно проживающих с супругом, данные стратегии характерны в меньшей степени.

Таким образом, полученные результаты показывают, что режим постоянного или периодического раздельного проживания с супругом и наличие детей в семьях связаны с выраженностью различных стратегий совладающего поведения у женщин.

Обсуждение результатов

Проведенное исследование позволило выявить специфику совладания со стрессом у женщин, мужа которых работают вахтовым методом. Полученные результаты согласуются с данными исследований В. Мередит, П. Раш, Э. Робинсон, в которых авторы отмечают более высокий уровень стресса в семьях, где муж работает вахтовым методом (Meredith et al., 2014).

У женщин при периодическом раздельном проживании с супругом наиболее выражена стратегия мысленного ухода от проблемы, в сравнении с женщинами, которые постоянно проживают с супругом. В семьях, где супруг периодически отсутствует, длительное время семейные роли и функции могут реализоваться недостаточно. Согласно исследованиям, обстановка в таких семьях может быть конфликтной (Орлова, 2010). Е.В. Селезнева и М.М. Соколова сообщают, что субъективная оценка переживаний в трудной ситуации

как более интенсивных связана с компромиссным и эмоционально-ориентированным поведением женщин (Селезнева, Соколова, 2015). Исходя из этого, стратегия «мысленный уход от проблем» похожа на отвлечение от неприятных, тягостных мыслей о том, с чем женщина по какой-то причине не может справиться. Мы предполагаем, что эта стратегия может проявляться в виде откладывания принятия решений или разрешения проблем до тех пор, пока муж не вернется с вахты. Аспект временного распределения копинг-стратегий во время отсутствия супруга и во время нахождения его в семье требует отдельного изучения.

Результаты исследования показали, что наличие детей в семьях с периодическим раздельным проживанием супругов также играет важную роль в выборе стратегий совладающего поведения женщин.

Для женщин с детьми характерна склонность к проявлениям продуктивных стратегий поведения. Так, стратегия «позитивное переформулирование и личностный рост» означает восприятие ситуации как точки роста, и женщины с детьми более склонны к этому, как и к стратегии «принятие», поскольку наличие детей предполагает и ответственность за стабильность семьи. Эти стратегии выступают как стабилизирующие, они позволяют признать существующую реальность и выработать оптимальные пути решения трудностей, наполнить их смыслом (Рассказова и др., 2013). Использование данных стратегий способствует поиску положительных моментов, смыслов в ситуации, наращиванию новых компетенций и возможностей, что усиливает опору на себя, укрепляет самооценку и самоуважение у женщин. Стратегия «юмор» также более свойственна женщинам с детьми, поскольку позволяет снизить напряжение и получить эмоциональную разрядку в процессе общения, взаимодействия с детьми. В то же время женам вахтовиков, имеющим детей, в большей степени, чем бездетным, свойственна стратегия «подавление конкурирующей деятельности», которая, в отличие от ранее рассмотренных, является непродуктивной. Это проявляется в отсутствии гибкости мышления и поведения, излишней фиксации на стрессовой ситуации, что может негативно отразиться на включенности женщины в воспитание и заботу о детях.

Таким образом, в целом для женщин с детьми более свойственно демонстрировать продуктивные стратегии совладания, чем для женщин без детей при периодически раздельном проживании с супругом.

Сравнительный анализ стратегий совладающего поведения у женщин, не имеющих детей, показал, что совладающее поведение

женщин при периодическом раздельном проживании с супругом значительно отличается от стратегий поведения женщин при постоянном проживании с супругом. Помимо мысленного ухода от проблем, который характерен также и для общей выборки жен вахтовиков, им свойственны еще такие стратегии, как «активное совладание», «отрицание», «обращение к религии». Вариативность данных стратегий можно объяснить тем, что женщинам без детей, с одной стороны, труднее принять ситуацию раздельного проживания с мужем (возможно, это связано с супружескими ролями, реализация которых может быть депривирована в период отсутствия супруга), и поэтому они используют менее продуктивные стратегии совладания (отрицание, обращение к религии, мысленный уход от проблем). С другой стороны, при возникновении сложностей, трудностей, проблем женщины, более склонные к активному совладанию со стрессовыми ситуациями (продуктивной стратегии), способны выдерживать режим жизни, при котором муж периодически отсутствует дома в связи с работой вахтовым методом.

Также у женщин без детей при периодическом раздельном проживании с супругом выражены «отрицание» и «обращение к религии». Возможно, отрицание — это одна из доминирующих реакций женщины, столкнувшейся с необходимостью самостоятельно решать возникающие трудности, в особенности те из них, что ей раньше не приходилось решать самой, поэтому происходит отрицание самого факта возникновения трудности, выбирается принцип «не замечать». Один из вариантов поиска новых «опор» в этой ситуации — поиск помощи, поддержки «высших сил», что приводит женщин к выбору стратегии — «обращение к религии». Для женщин, совместно проживающих с супругом, данные стратегии свойственны в меньшей степени. Вероятно, что совместное времяпрепровождение позволяет супругам находить поддержку и опору друг в друге.

Таким образом, рассмотрев два аспекта: режим проживания с супругом и наличие детей, можем сказать, что есть связь данных факторов со стратегиями совладающего поведения у женщин.

Выводы

Проведенное исследование позволило выявить специфику совладающего поведения женщин, мужа которых работают вахтовым методом. Женщины при периодическом раздельном проживании с супругом более склонны мысленно игнорировать трудности, в от-

личие от женщин, постоянно проживающих с супругом. Наличие детей в семьях вахтовых специалистов играет значительную роль: женщины, имеющие детей, чаще прибегают к продуктивным копингам: принятию, позитивному переформулированию и личностному росту, а также чаще смотрят на трудности с юмором, в отличие от женщин, не имеющих детей. Женщины без детей, мужа которых работают вахтовым методом, имеют более вариативный репертуар стратегий совладающего поведения в сравнении с женщинами, постоянно проживающими с супругами. Таким образом, гипотезы исследования могут быть приняты.

Практическое применение

Проблематика отношений, эмоциональная и поведенческая сфера семей, где один из супругов работает вахтовым методом, мало изучена. На примере исследования стратегий совладающего поведения женщин, чьи husbands работают вахтовым методом, были выявлены особенности совладающего поведения женщин в сравнении с контрольной группой, при этом учитывался факт периодического раздельного или постоянного совместного проживания с супругом, а также наличие детей в семьях вахтовых специалистов. Результаты проведенного исследования могут быть полезны семейным психологам для разработки методов семейно-ориентированной психологической помощи, оптимальных способов гармонизации отношений, направленных на достижение психологического равновесия и благополучия в семьях вахтовых специалистов.

Список литературы

Андрухович, В.А., Симонова, Н.Н. (2020). Супружеские отношения при работе одного из супругов вахтовым методом. В кн.: Психология и современный мир. Материалы заочной Всеросс. науч. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых (23 апреля, 2020 г.). Под ред. Е.В. Казакова. (С. 96–100). Архангельск: Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова.

Акимов, А.М., Силин, А.Н., Конев, Ю.М. (2023). Стресс в семье у мужчин, занятых вахтовой формой труда в Арктическом регионе. *Известия высших учебных заведений. Социология. Экономика. Политика*, 16(1), 9–19. <https://doi.org/10.31660/1993-1824-2023-1-9-19>

Бекренева, Ю.С., Бриль, М.С., Ермилова, В.А. (2023). Психологическое благополучие в семьях вахтовых специалистов. *The Caucasus Journal of Medical and Psychological Sciences*, 1(2-3), 19–30. <https://doi.org/10.61699/cjimps-v1-i2-3-p19-30>

Белых, С.Л., Симонова, Н.Н., Корнеева, Я.А., Войтехович, Т.С. (2016). Ментальные репрезентации вахты как фактор профессиональной адаптации персонала. *Психологический журнал*, 37(5), 32–44.

Васильева, Н.В., Симонова, Н.Н. (2017). Особенности супружеских отношений специалистов, работающих вахтовым методом в условиях Крайнего Севера. В кн.: Психология и современный мир. Субъект жизнедеятельности в современном обществе. Материалы Всеросс. науч. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых (27 апреля, 2017 г.). Под ред. Е.В. Казакова. (С. 162–166). Архангельск: Изд-во «КИРА».

Войтехович, Т.С., Симонова, Н.Н. (2018). Особенности саморегуляции работников различных групп профессий вахтового труда на Крайнем Севере. *Российский психологический журнал*, 15(2), 133–168.

Гущина, Т.В. (2009). Адаптация к другой культуре как трудная жизненная ситуация и совладание с ней: роль социальных представлений. *Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика*, 15(5), 177–182.

Екимчик, О.А., Опекина, Т.П. (2022). Романтическая привязанность как предиктор диадического копинга в паре. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 19(2), 223–240.

Крюкова, Т.Л. (2010). Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Кострома: Изд-во Костромского государственного ун-та имени Н.А. Некрасова.

Крюкова, Т.Л., Гущина, Т.В. (2012). О социокультурной контекстуализации в исследованиях стресса и совладания. *Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. Серия Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика*, 18(3), 194–198.

Крюкова, Т.Л., Сапоровская, М.В., Куфтяк, Е.В. (2005). Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними. Санкт-Петербург: Изд-во «Речь».

Куликов, Л.В. (2000). Психические состояния: Хрестоматия. Санкт-Петербург: Изд-во «Питер».

Нечепоренко, О.П., Самченко, Е.М. (2014). Особенности удовлетворенности браком и ролевых ожиданий супругов при периодическом раздельном проживании. *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*, (1), 52–58.

Орлова, В.В. (2010). Фактор разлуки в семейно-брачных отношениях моряков и рыбаков Приморья. *Молодой ученый*, (3), 226–231.

Прохоров, А.О., Чернов, А.В. (2012). Рефлексивная регуляция психических состояний. *Ученые записки Казанского университета. Серия Гуманитарные науки*, 154(6), 244–257.

Прынков, М.В. (2020). Особенности супружеских отношений в семьях вахтовых специалистов. *Молодой ученый*, (24), 501–504.

Расказова, Е.И., Гордеева, Т.О. (2011). Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы. *Психологические исследования*, 4(17). URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/850> (дата обращения: 01.10.2024).

Рассказова, Е.И., Гордеева, Т.О., Осин, Е.Н. (2013). Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 10(1), 82–118.

Сапоровская, М.В. (2013). Совладание в межпоколенном срезе. *Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова*, 19(5), 198–201.

Свириденко, И.Н. (2010). Актуальные проблемы психологической диагностики лиц, работающих вахтовым методом на Крайнем Севере. В кн.: *Человек в условиях интенсивного нефтегазового освоения Севера. Материалы Всеросс. науч. конф. (17–18 ноября, 2010 г.)*. Под ред. Г.Ю. Колевой. (С. 143–148). Тюмень: Изд-во Тюменского государственного нефтегазового ун-та.

Селезнева, Е.В., Соколова, М.М. (2015). Особенности совладания с трудными жизненными ситуациями у женщин. *Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук*, 4(2). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-sovladaniya-s-trudnymi-zhiznennymi-situatsiyami-u-zhenschin-1> (дата обращения: 20.10.2024).

Симонова, Н.Н. (2010). Психология вахтового труда на Севере. Архангельск: Изд-во Поморского ун-та.

Carver, C.S., Scheier, M.F., Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267–283.

Dittman, C.K., Henriquez, A., Roxburgh, N. (2016). When a non-resident worker is a non-resident parent: Investigating the family impact of fly-in, fly-out work practices in Australia. *Journal of Child and Family Studies*, 25(9), 2778–2796.

Frydenberg, E., Lewis, R. (2000). Teaching Coping to adolescents: when and to whom? *American Educational Research Journal*, 37(3), 727–745.

Gallegos, D. (2005). Fly-in fly-out employment: Managing the parenting transitions. Perth: Centre for Social and Community Research Publ., Murdoch University Press.

Losoya, S., Eisenberg, N., Fabes, R. (1998). Developmental issues in the study of coping. *International Journal of Behavioral Development*, 2, 287–313.

Meredith, V., Rush, P., Robinson, E. (2014). Fly-in fly-out workforce practices in Australia: The effects on children and family relationships. Melbourne: Australian Institute of Family Studies Press.

Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2020). Enhancing the “Broaden and Build” cycle of attachment security in adulthood: From the laboratory to relational contexts and societal systems. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 2054. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062054>

References

Andrukhovich, V.A., Simonova, N.N. (2020). Marital relations when one of the spouses works on a rotational basis. In: E.V. Kazakova, (ed.). *Psychology and the modern world. All-Russian scientific conference of students, graduate students and*

young scientists (April 23, 2020). (pp. 96–100). Arkhangelsk: Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov Press. (In Russ.)

Akimov, A.M., Silin, A.N., Konev, Yu.M. (2023). Family Stress in Men Employed on Shift Work in the Arctic Region. *Izvestiia vysshikh uchebnykh zavedenii. Sotsiologiya. Ekonomika. Politika = News of Higher Educational Institutions. Sociology. Economics. Politics*, 16(1), 9–19. (In Russ.). <https://doi.org/10.31660/1993-1824-2023-1-9-19>

Bekreneva, Iu.S., Bril', M.S., Ermilova, V.A. (2023). Psychological well-being in families of shift workers. *The Caucasus Journal of Medical and Psychological Sciences*, 1(2–3), 19–30. (In Russ.). <https://doi.org/10.61699/cjmps-v1-i2-3-p19-30>

Belykh, S.L., Simonova, N.N., Korneeva, Ya.A., Voitekhovich, T.S. (2016). Mental representations of shift work as a factor in professional adaptation of personnel. *Psihologicheskij zhurnal = Psychological Journal*, 37(5), 32–44. (In Russ.)

Carver, C.S., Scheier, M.F., Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267–283.

Dittman, C.K., Henriquez, A., Roxburgh, N. (2016). When a non-resident worker is a non-resident parent: Investigating the family impact of fly-in, fly-out work practices in Australia. *Journal of Child and Family Studies*, 25(9), 2778–2796.

Ekimchik, O.A., Opekina, T.P. (2022). Romantic attachment as a predictor of dyadic coping in a couple. *Psihologiya. Zhurnal Vyshej shkoly ekonomiki = Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 19(2), 223–240. (In Russ.)

Frydenberg, E., Lewis, R. (2000). Teaching Coping to adolescents: when and to whom? *American Educational Research Journal*, 37(3), 727–745.

Gallegos, D. (2005). Fly-in-fly-out employment: Managing the parenting transitions. Perth: Centre for Social and Community Research Publ., Murdoch University Press.

Gushchina, T.V. (2009). Adaptation to another culture as a difficult life situation and coping with it: the role of social representations. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta imeni N.A. Nekrasova. Pedagogika. Psihologiya. Social'naya rabota. Yuvenologiya. Sociokinetika = Bulletin of the Kostroma State University named after N.A. Nekrasov. Series Pedagogy. Psychology. Social work. Juvenile studies. Sociokinetics*, 15(5), 177–182. (In Russ.)

Kryukova, T.L., Saporovskaia, M.V., Kuftiak, E.V. (2005). Family psychology: life's difficulties and coping with them. St. Petersburg: Rech Publ. (In Russ.)

Kryukova, T.L. (2010). Methods of studying coping behavior: three coping scales. Kostroma: Kostroma State University named after N.A. Nekrasov Press. (In Russ.)

Kryukova, T.L., Gushchina, T.V. (2012). On sociocultural contextualization in stress and coping studies. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta imeni N.A. Nekrasova. Pedagogika. Psihologiya. Social'nayarabota. Yuvenologiya. Sociokinetika = Bulletin of the Kostroma State University named after N.A. Nekrasov. Series Pedagogy. Psychology. Social work. Juvenile Studies. Sociokinetics*, 18(3), 194–198. (In Russ.)

Kulikov, L.V. (2000). Mental States: Reader. St. Petersburg: Piter Publ. (In Russ.)

Losoya, S., Eisenberg, N., Fabes, R. (1998). Developmental issues in the study of coping. *International Journal of Behavioral Development*, 2, 287–313.

Meredith, V., Rush, P., Robinson, E. (2014). *Fly-in fly-out workforce practices in Australia: The effects on children and family relationships.* Melbourne: Australian Institute of Family Studies Press.

Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2020). Enhancing the “Broaden and Build” cycle of attachment security in adulthood: From the laboratory to relational contexts and societal systems. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 2054. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062054>

Necheporenko, O.P., Samchenko, E.M. (2014). Features of marital satisfaction and role expectations of spouses during periodic separation. *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya «Psikhologiya» = Bulletin of Omsk University. Series Psychology*, (1), 52–58. (In Russ.)

Orlova, V.V. (2010). The factor of separation in family and marital relations of sailors and fishermen of Primorye. *Molodoi uchenyi = Young Scientist*, (3), 226–231. (In Russ.)

Prokhorov, A.O., Chernov, A.V. (2012). Reflexive regulation of mental states. *Uchenye zapiski Kazanskogo universiteta. Seriya Gumanitarnye nauki = Scientific Notes of Kazan University. Series Humanities*, 154(6), 244–257. (In Russ.)

Prynkov, M.V. (2020). Peculiarities of marital relations in families of shift workers. *Molodoi uchenyi = Young Scientist*, (24), 501–504. (In Russ.)

Rasskazova, E.I., Gordeeva, T.O. (2011). Coping strategies in stress psychology: approaches, methods and prospects. *Psikhologicheskie issledovaniia = Psychological Research*, 4(17). (In Russ.). URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/850> (accessed: 01.10.2024).

Rasskazova, E.I., Gordeeva, T.O., Osin, E.N. (2013). Coping strategies in the structure of activity and self-regulation: psychometric characteristics and the possibilities of using the COPE methodology. *Psychology. Psihologiya. Zhurnal Vysshej shkoly ekonomiki = Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 10(1), 82–118. (In Russ.)

Saporovskaya, M.V. (2013). Coping in the intergenerational context. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta imeni N.A. Nekrasova = Bulletin of the Kostroma State University named after N.A. Nekrasov*, 19(5), 198–201. (In Russ.)

Selezneva, E.V., Sokolova, M.M. (2015). Features of coping with difficult life situations in women. *Aktual'nye problemy gumanitarnyh i estestvennyh nauk = Current Problems of Humanitarian and Natural Sciences*, 4(2). (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-sovladaniya-s-trudnymi-zhiznennymi-situatsiyami-u-zhenschin-1> (accessed: 20.10.2024).

Simonova, N.N. (2010). *Psychology of shift work in the North.* Arkhangel'sk: Pomor Univ. Press. (In Russ.)

Sviridenko, I.N. (2010). Actual problems of psychological diagnostics of persons working on a rotational basis in the Far North. In: G.Yu. Koleva, (ed.). *Man in the conditions of intensive oil and gas development of the North.* All-Russian Scientific Conference (November 17–18, 2010). (pp. 143–148). Tyumen: Industrial University of Tyumen Press. (In Russ.)

Vasilyeva, N.V., Simonova, N.N. (2017). Features of marital relations of specialists working on a rotational basis in the Far North. In: E.V. Kazakova, (ed.). *Psychology and the modern world. Subject of life in modern society. All-Russian Scientific Conference of Students, Graduate Students and Young Scientists (April 27, 2017)*. (pp. 162–166). Arkhangelsk: KIRA Publ. (In Russ.)

Voitekhovich, T.S., Simonova, N.N. (2018). Features of self-regulation of workers of various groups of professions of shift work in the Far North. *Rossijskij psihologicheskij zhurnal = Russian Psychological Journal*, 15(2), 133–168. (In Russ.)

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Ксения Андреевна Володина, кандидат психологических наук, доцент Школы образования Тюменского государственного университета, Тюмень, Российская Федерация, k.a.volodina@utmn.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5570-8976>

Ирина Александровна Русяева, кандидат психологических наук, доцент Школы образования Тюменского государственного университета, Тюмень, Российская Федерация, irinagefel@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-2196-5536>

Анна Алексеевна Рагулина, кандидат психологических наук, старший преподаватель Школы образования Тюменского государственного университета, Тюмень, Российская Федерация, a-pusha@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3365-3684>

ABOUT THE AUTHORS

Ksenia A. Volodina, Cand. Sci. (Psychol.), Associate Professor at the School of Education, Tyumen State University, Tyumen, Russian Federation, k.a.volodina@utmn.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5570-8976>

Irina A. Rusyaeva, Cand. Sci. (Psychol.), Associate Professor at the School of Education, Tyumen State University, Tyumen, Russian Federation, irinagefel@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-2196-5536>

Anna A. Ragulina, Cand. Sci. (Psychol.), Senior Lecturer at the School of Education, Tyumen State University, Tyumen, Russian Federation, a-pusha@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3365-3684>

Поступила 02.11.2024. Получена после доработки 08.03.2025. Принята в печать 31.03.2025.

Received 02.11.2024. Revised 08.03.2025. Accepted 31.03.2025.