

Секция «Психология»

Реакция на стресс «Tend and befriend» как психологическое объяснение разницы в количественном соотношении обращений женщин и мужчин за профессиональной помощью как к виду социальной поддержки

Вохмянина Т.А.¹, Федоров А.Ю.²

1 - Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии, 2

- Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии,

Санкт-Петербург, Россия

E-mail: gornostay007@mail.ru

Мировой финансовый кризис (2008) несёт в себе изменения, которые затрагивают не только социально-экономическую сторону жизни, но и бытовую. Нестабильность экономики вызывает неуверенность в завтрашнем дне. Это приводит к увеличению числа развлекательных программ с мистической направленностью (например «Битва экстрасенсов» – передача, созданная в 2007 г. и позже вызвавшая интерес и получившая широкую известность среди населения) и услуг паранормального характера (целители, гадалки, астрологи, колдуны). Популярность такого вида увлечений помогает людям избавиться от чувства неопределённости, которое в свою очередь вызывает тревожность.

На сегодняшний день по данным статистики [1; 8; 9] спрос на услуги гадалок и астрологов более чем в 3 раза превышает спрос на услуги дипломированных специалистов (72,8% – обращение к целителям, биоэнергетам, парапсихологам; 27,2% – обращение к психологам, психотерапевтам). Частота обращений за помощью у женщин и у мужчин различная (женщины – 86%, мужчины – 14%).

С. Нолен-Хоксма [5] показано, что женщины, испытывая подавленность, стремятся думать о возможных причинах своего состояния. Эта реакция «тщательно обдумать» приводит к навязчивому фокусированию на проблеме и увеличивает уязвимость женщины по отношению к стресс-фактору. Мужчины, наоборот, пытаются отгородиться от депрессивных эмоций, концентрируясь на чем-то другом, например, осуществляя физическую активность, чтобы таким способом разрядить возникшее негативное напряжение [3].

Шелли Элизабет Тейлор [6] первой обратила внимание на различие стратегий совладания со стрессом у мужчин и у женщин. Большинство исследований поведения в стрессовых ситуациях было проведено на мужчинах [4]. Было выявлено 2 типа реакций «бей или беги». Шелли Э. Тейлор выделила тип реакций на стресс, в большей степени характерных для женщин – «забота и взаимопомощь» («Tend and befriend»). Для женщины забота о потомстве в условиях опасности будет приоритетнее, чем для мужчин [7]. Защитить потомство проще всего в группе, поэтому женщины прибегают к поиску социальной поддержки чаще, чем мужчины. В нашем обществе получить данную поддержку возможно двумя путями: платным и бесплатным. Платными являются услуги квалифицированных специалистов или услуги гадалок, астрологов и пр. Будем считать профессионалами людей, получающих деньги за свою деятельность и применяющие любые методы работы, в том числе и не научные (т.е. вне зависимости от наличия или отсутствия образования и диплома). А специалистами считаем людей, получивших

специальное образование и диплом, признанный государством действительным и дающий возможность заниматься деятельностью легально. Бесплатными являются услуги церкви и ближайшего социального окружения. Кредит доверия к профессионалам выше (гарантированный результат, конфиденциальность, осведомлённость в проблеме и пр.), поэтому статистика показывает, что женщины (из-за склонности к реакции «Tend and befriend») значительно чаще, чем мужчины обращаются к профессиональной помощи как к виду социальной поддержки.

У мужчин наиболее часто проявляются две стратегии поведения – агрессия (в том числе вербальная) или уход от стрессора (физический и эмоциональный). Тенденция к проявлению агрессии и рискованному поведению у мужчин эволюционно обусловлена [2]. Рамки современного общества ограничивают возможность свободного выражения агрессии. Это приводит к необходимости подавлять естественную реакцию на стресс. Часто мужчины прибегают к этому с помощью алкоголя, наркотиков и гораздо реже обращаются к специалистам.

Таким образом, можно сделать вывод, что обращение за социальной помощью (в лице психологов, гадалок, астрологов и пр.) имеет биологическое обоснование.

Стратегия, в большей степени свойственная мужчинам «бей или беги» и стратегия «заботы и взаимопомощи» («Tend and befriend»), характерная для женщин, лежат в основе разницы в частоте обращений за профессиональной помощью.

Литература

1. Ватулин А.И. Рынок психологических услуг // Санкт-Петербургский институт психологии и акмеологии (АКМЕ), 2011.
2. Геодакян В. А. Эволюционная логика дифференциации полов // Природа. 1983. –N 1. С. 70-80.
3. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – Спб. – Издательство ПИТЕР – 2002 г., 544 с.
4. Cannon, W. B. The wisdom of the body. New York: Norton, 1932.
5. Noelen-Hoeksma S. Sex differences in depression. Stanford, C. A, Stanford University Press, 1990.
6. Taylor S.E. et al. Biobehavioral Responses to Stress in Females: Tend-and-Befriend, Not Fight-or-Flight // Psychological Review, 2000, Vol. 107, No. 3, 411-429.
7. Taylor S.E. et al. Sex Differences in Biobehavioral Responses to Threat: Reply to Geary and Flinn // Psychological Review 2002, Vol. 109, No. 4, 751–753.
8. <http://av.appme.ru/text/research2011/>
9. <http://av.appme.ru/text/research2012/>