

**Д.А. АНДРОНОВ,**  
ст. преподаватель кафедры  
общей психологии  
социально-  
гуманитарного факультета  
НОУ ВПО «ОмГА»

## **ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО (КОПИНГ) ПОВЕДЕНИЯ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ У МУЖЧИН С ГОМОСЕКСУАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТЬЮ**

*В статье приводится сравнительная характеристика трудных жизненных ситуаций мужчин с гомо- и гетеросексуальной идентичностью, рассматриваются причины имеющихся различий. Автор дает рекомендации по характеру организации социально-психологической работы, способствующей эффективному преодолению трудных жизненных ситуаций мужчинами с гомосексуальной идентичностью.*

### **Distinctive features of difficult life situations experienced by homosexual men**

*The article depicts a comparative description of difficult life situations and of homo- and heterosexual men, and includes reasons of existing differences. The author also gives recommendations for the ways social-psychological work should be arranged to help men with homosexual identity effectively overcome a social isolation and difficult life situations.*

С момента депатологизации гомосексуальности в нашей стране уже прошло значительное время (МКБ-10, 1994), однако исследования, посвященные данной проблеме в отечественной психологии, к сожалению, крайне редки. В то время как исследования в других странах ведутся уже давно, а зарубежными психологами обозначается даже целая автономная и быстроразвивающаяся область исследований – «гей-лесби исследования» (gay and lesbian studies) [1].

На наш взгляд, слабая изученность данной проблемы в нашей стране обусловлена рядом причин. Одной из которых является более поздняя нормализация гомосексуальности и исключение ее из реестра психических нарушений по сравнению с другими странами (исключение гомосексуальности Американской психиатрической ассоциацией из списка психических нарушений состоялось в 1973 году). Вместе с тем, все еще остаются специалисты необоснованно продолжающие, как отмечает и И.С. Кон, «мыслить диагнозами» в отношении любых проявлений гомосексуальности. Сложившаяся ситуация усугубляется общественной гомофобией и дискриминацией (в основе которых могут лежать отголоски прошлых стереотипов в сознании людей, низкая информированность, искаженная информация о геях и многое другое), в особенности институализированным их характером. Российская правовая система должным образом не может защитить права лиц с нетрадиционной сексуальной ориентацией, что делает данную группу более закрытой и труднодоступной, в том числе и для психологических исследований.

Таким образом, в переводной (Д. Дэйвис, Ч. Нил, Ф. Мондимор) и отечественной (И.С. Кон, Л.С. Клейн) психологической литературе, посвященной данному вопросу, в основном фигурируют данные, полученные на зарубежных выборках. Однако проживание в различных культурно-социальных, экономических, политических и др. условиях может оказывать существенное влияние на формирование различных личностных особенностей мужчин с гомосексуальной идентичностью, а также на особенности формирования самой сексуальной идентичности.

В нашем исследовании мы не будем касаться теорий и гипотез причин формирования сексуальной ориентации, а остановимся непосредственно на аспектах гомосексуальной идентичности у мужчин. Первоначально необходимо разграничить понятия сексуальная ориентация и сексуальная идентичность. Остановимся на рассмотрении этих понятий.

Так под сексуальной ориентацией понимается «организация эротических и/или эмоциональных привязанностей личности, касающихся пола и гендера ее сексуальных партнеров, и может проявляться в любом из элементов сексуальности или в их совокупности» [1]. Сексуальная же идентичность часто определяется как результат осознания и понимания своей сексуальной ориентации. Однако если ограничиться этим определением, процесс формирования сексуальной идентичности будет весьма упрощен, так как может приравняться к процессу присвоения человеком себе определенного ярлыка – гомосексуала, бисексуала, гея, лесбиянки, гетеросексуала и т.д. Идентичность же, соответствующая гомосексуальному опыту (в принципе как и бисексуальному в нашей культуре), как справедливо отмечает ряд исследователей (И.С. Кон, Д.В. Воронцов, Р. Тройдер и др.), не дана индивиду изначально, и каждый гомосексуальный мужчина начинает с того, что пытается построить приемлемый образ себя как гомосексуала из различных доступных фрагментов по принципу противопоставления себя гетеросексуальному большинству в процессе осознания себя как «другого». Осознавая проявления своей сексуальности (влечения, сексуальное поведение, фантазии, чувства), каждый человек первоначально сопоставляет их с общими для большинства других людей формами сексуального поведения. И, как правило, позднее может происходить идентификация, переживание ощущения сопричастности, связи, некоего единства себя со «своими», то есть с некой группой мужчин со схожими влечениями и интересами. С мужчинами, которые в качестве партнеров для интимных взаимоотношений выбирают мужчин, способны любить их и строить долгие отношения.

Американский социолог Ричард Тройден, занимающийся исследованием сексуальной идентичности, выделяет в процессе становления гомосексуальной идентичности четыре стадии. Первая стадия – предчувствие, или повышенная чувствительность (допубертатный период), на этой стадии мальчики и девочки еще не задумываются о своей сексуальной ориентации или автоматически относят себя к гетеросексуалам. Хотя многие уже могут ощущать чувство смутной тревоги (определяемой более в понятиях феминности-маскулинности, то есть соответствия себя «настоящему» мальчику или девочке, то есть соответствия гендерным стереотипам), так как по своим интересам, внешности и поведению они отличаются от детей своего пола. Вторая стадия – смешанная идентичность (подростковый возраст, ранняя юность). На этой стадии уже появляются рассуждения о присущей им сексуальной ориентации, подростки и юноши задумываются о своей идентичности, но еще не могут четко определить ее. Эта стадия определяется исследователем как самая драматичная и тяжелая. На третьей стадии происходит принятие и признание себя (возрастные границы не определены, так как зависит от многих факторов, немаловажную роль играет степень терпимости окружающего социума и личностные особенности). Четвертая стадия – гомосексуальная самоидентификация (нет четких возрастных границ, как правило, поздняя юность и зрелость, однако данная стадия может вообще не наступить). На данной стадии происходит слияние сексуальности с эмоциональностью, гомосексуальная идентичность здесь воспринимается как интегральная часть собственного Я, не вызывающая внутриличностных конфликтов. Индивид ощущает свою сопричастность обществу других гомосексуальных мужчин, определенному стилю жизни, поддержание которого для него важнее и приятнее возможных альтернатив, он принимает иные не патриархальные гетеросексуальные ценности и нормы личной жизни.

Таким образом, наличие гомосексуальной ориентации еще не говорит о наличии у индивида гомосексуальной идентичности.

После этапа достижения гомосексуальной самоидентификации мужчинам приходится искать способы совмещения своей идентичности с другими жизненными аспектами. Многие геи сталкиваются с теми или иными проявлениями гомофобии и стигматизации, что, как правило, вызывает переживание длительного стресса и тревоги. Чтобы противостоять этим, а также многим другим жизненным трудностям, с которыми сталкиваются и гетеросексуалы, мужчины с гомосексуальной идентичностью вырабатывают стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями.

Под совладающим поведением ряд авторов (Лазарус, С.А. Фолкман Хазова и др.) понимают «социальное поведение или комплекс осознанных адаптивных действий (когнитивных, аффективных, поведенческих), которые помогают человеку справляться с внутренним напряжением и дискомфортом, способами, адекватными личностным особенностям и ситуации». В связи с тем что копинг является переменной, зависящей от двух факторов, – личности субъекта и реальной ситуации, например характера проблем, с которыми приходится сталкиваться, мы предположили, что мужчины с гомосексуальной идентичностью будут иметь некоторые особенности совладания с трудными жизненными ситуациями, определяемые спецификой их идентичности. Если нам будут известны особенности совладания с трудными жизненными ситуациями геев, нам будет легче организовать систему социально-психологической помощи людям с гомосексуальной идентичностью наиболее эффективно.

Все вышеперечисленное говорит о необходимости изучения трудных жизненных ситуаций, с которыми сталкиваются мужчины с гомосексуальной идентичностью, и тем более стратегий совладания с ними. В отечественной психологической науке нами не были найдены работы, посвященные изучению особенностей совладания с трудными жизненными ситуациями мужчин с гомосексуальной идентичностью. Таким образом, целью нашего исследования явилось выявление особенностей совладания с трудными жизненными ситуациями, а именно особенности выбора копинг-стратегий у мужчин с гомосексуальной идентичностью.

Исследование проводилось на базе следующих организаций: Омская региональная общественная организация Центр «Сибирская альтернатива», Томский областной благотворительный фонд «Сибирь-СПИД-Помощь», Омское общественное объединение «Фаворит». В исследовании приняло участие 149 человек (из них 58 человек с гомосексуальной идентичностью и 91 человек с гетеросексуальной идентичностью) в возрасте от 19 до 40 лет (образование высшее, среднеспециальное, а также студенты ВУЗов). Выборку мужчин с гомосексуальной идентичностью составили мужчины, посещающие различные мероприятия: профилактические, информационные (лекции и семинары, посвященные здоровому образу жизни, дискуссионные группы), культурологические (дискотеки, просмотр фильмов, выезды на природу и т.д.), психологические (группы поддержки, тренинги, индивидуальное консультирование)), – проводимые вышеупомянутыми организациями для мужчин, практикующих секс с мужчинами в рамках различных проектов. Таким образом, выборку мужчин с гомосексуальной идентичностью составили мужчины так или иначе проводящие определенное время в гей-сообществе и причисляющие себя к представителям гей-субкультуры, то есть мужчинам-геям. Данный возраст испытуемых был выбран нами, так как период ранней взрослости, прежде всего, создает контекст высокой включенности в различные социальные процессы (завершение получения профессии, профессиональное становление, поиск спутника жизни, создание семьи, стремление к достижению стабильного социального и материального положения и т.д.). В связи с чем личность сталкивается с широким спектром трудных жизненных ситуаций, реагируя на них различными поведенческими стратегиями совладания. Также ранняя взрослость является наиболее сексуально активным жизненным периодом, в котором интенсивно происходит осознание и становление различных аспектов сексуальной идентичности, как весьма важного компонента социальной идентичности.

Для определения сексуальной идентичности мужчинам предлагалось заполнить решетку сексуальной ориентации Клайна (F. Klein). С целью уточнения и подтверждения полученных данных нами был использован такой метод как беседа. После заполнения методики испытуемым задавались вопросы по шкалам решетки сексуальной ориентации (сексуальное влечение, поведение, фантазии, самоидентификация и т.д.), что позволило уточнить вид сексуальной идентичности и сформировать две группы с устойчивой гомосексуальной и гетеросексуальной идентичностью.

Исследование стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями осуществлялось посредством опросника К.С. Карвера. Опрашиваемым предлагалось оценить, как часто они используют предложенные стратегии в трудных жизненных ситуациях (1 – я обычно никогда не делаю этого; 2 – я делаю это очень редко; 3 – я делаю это иногда (в средней степени); 4 – я делаю это часто). Методика проводилась в диспозиционном варианте, т.е. опрашиваемые указывали типичные реакции на стрессоры.

Средние значения, средние квадратичные отклонения, а также критерий t-распределения Стьюдента рассчитывались при помощи пакета статистических программ «SPSS for Windows 10.0.07».

Проведенное исследование позволило получить следующие данные (см. Таблица 1).

Таблица 1

**Частота использования копинг-стратегий в исследуемых группах**

№ п/п	Копинг-стратегии	Мужчины с гомосексуальной идентичностью		Мужчины с гетеросексуальной идентичностью		t-критерий Стьюдента	P
		$\bar{x} \pm \sigma$	ранг	$\bar{x} \pm \sigma$	ранг		
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Активный копинг	12,57±2,30	4	13,01±2,11	1	-1,203	0,231
2	Планирование	12,78±2,68	2	12,24±2,59	2	-1,21	0,228
3	Поиск активной общественной поддержки	12,64±2,50	3	11,46±2,59	4	0,273**	0,007
4	Поиск эмоциональной общественной поддержки	11,34±3,41	7	9,84±3,02	8	-2,8**	0,006
5	Подавление конкурирующей деятельности	11,1±1,92	8	10,6±2,46	5	-1,326	0,186
6	Обращение к религии	7,97±3,68	14	6,45±3,05	14	-2,719**	0,007
7	Положительное истолкование и рост	13,26±2,49	1	12,02±2,17	3	-3,189**	0,002
8	Сдерживание	10,84±2,17	9	10,2±2,12	7	-1,793	0,075
9	Принятие	11,95±2,74	5	10,52±2,17	6	-3,528***	0,000
10	Фокус на	11,66±2,55	6	9,56±2,66	9	-4,743***	0,000

	эмоциях и их выражение						
11	Отрицание	8,05±2,78	13	7,25±2,19	13	-1,948	0,053
12	Ментальное отстранение	9,07±2,32	11	8,04±2,26	11	-2,663**	0,009
13	Поведенческое отстранение	8,95±2,18	12	7,88±2,27	12	-2,839**	0,005
14	Использование алкоголя и наркотиков	6,81±3,66	15	6,21±3,14	15	-1,066	0,288
15	Юмор	9,22±3,04	10	9,41±2,78	10	0,376	0,708

\*\*p≤0,01

\*\*\*p≤0,001

Рассмотрим частоту использования копинг-стратегий в двух группах.

Так, наиболее часто в группе мужчин с гомосексуальной идентичностью используются такие стратегии как «положительное истолкование и рост» ( $\bar{x}=13,26$ ), «планирование» ( $\bar{x}=12,78$ ), «поиск активной общественной поддержки» ( $\bar{x}=12,64$ ). У мужчин с гетеросексуальной идентичностью на первых местах по частоте использования находятся следующие копинг-стратегии: «активный копинг» ( $\bar{x}=13,01$ ), «планирование» ( $\bar{x}=12,24$ ), «положительное истолкование и рост» ( $\bar{x}=12,02$ ). Следует отметить, что такая стратегия как планирование, то есть выработка алгоритма противостояния стрессору, при помощи которого можно наиболее эффективно справиться с существующей проблемой, в обеих исследуемых группах находится на втором месте по частоте использования, что подтверждает ее высокую продуктивность для обеих групп.

При этом значимые различия получены в частоте выбора таких стратегий как «положительное истолкование и рост» ( $p\leq 0,01$ ) и «поиск активной общественной поддержки» ( $p\leq 0,01$ ). Обе стратегии наиболее часто используются мужчинами с гомосексуальной идентичностью. Положительное истолкование и рост относятся к эффективным копингам. Для нашей ментальности характерно извлечение пользы из ситуации через личностный рост или рассмотрение ее в более благоприятном свете, поскольку иногда только так можно совладать с ситуацией. Особенно если этой ситуацией является социальная стигматизация геев как группы, изменить ее довольно-таки сложно, а чаще невозможно. На наш взгляд, по сравнению с гетеросексуалами, геи чаще ищут активной общественной поддержки, так как при высокой гомофобии общества именно поддержка значимых других (друзей, приятелей, коллег, иных представителей гей-лесбо субкультуры и т.д.), людей, которые могут дать искренний совет, поделиться своим опытом и информацией, может быть весьма важна. С другой стороны, это может быть обусловлено отсутствием жесткой модели гендерного поведения (как должен вести себя мужчина), задаваемой культурой и усваиваемой в процессе социализации. Гендерные ожидания направлены на формирование образа самодостаточного мужчины, который сам ищет ответы на вопросы, а не обращается за советом, что делать и как поступать.

Также значимые различия с преобладающей частотой использования в группе мужчин с гомосексуальной идентичностью по сравнению с мужчинами с гетеросексуальной идентичностью выявлены по таким стратегиям как «принятие» ( $p\leq 0,001$ ), «фокус на эмоциях и их выражении» ( $p\leq 0,001$ ), «поиск эмоциональной общественной поддержки» ( $p\leq 0,01$ ). Это говорит о том, что геи более склонны к получению чьего-либо сочувствия или эмоциональной поддержки, осознанию эмоциональных переживаний и стремлению открыто выражать свои чувства, давать выход своим эмоциям. Однако в нашей культуре от мужчин все еще ожидается большая сдержанность и меньшая эмоциональность, а также готовность активно бороться с

трудностями и преобразовывать сложившуюся ситуацию, а не принимать ее, несмотря на то, что в определенных ситуациях данная стратегия может быть более продуктивна. Идентифицируя же себя как геев, мужчины, скорее всего, ощущают, что они другие, отличные от большинства, и могут позволить себе выражать свои эмоции более открыто, они оказываются как бы более независимыми от гендерных стереотипов. Преобладание использования данных стратегий геями также может быть вызвано стигматизацией данной группы, вызывающей высокое напряжение из-за необходимости умалчивать о значимой стороне своей жизни, не проявлять ее во многих жизненных ситуациях. Как следствие возникает желание и необходимость получить эмоциональную разрядку и поддержку.

Стратегии, располагающиеся на последних местах у геев и натуралов, совпадают. К ним относятся (в порядке убывания): ментальное отстранение, поведенческое отстранение, отрицание, обращение к религии, использование алкоголя и наркотиков. Расположение данных стратегий на последних местах вполне закономерно, так как их условно можно отнести к пассивному копингу, который может приносить результат лишь в течение ограниченного времени, если не будет подкрепляться более активными формами совладания с жизненными трудностями. Редкое обращение к религии, на наш взгляд, обусловлено, прежде всего, доминирующей атеистической позицией в обществе, однако геи в исследуемой нами группе несколько чаще ( $\bar{x}=7,97$ ) натуралов ( $\bar{x}=6,45$ ) обращаются к богу и находят утешение в религии (\*\* $p \leq 0,01$ ). К ментальному и поведенческому отстранению также чаще прибегают геи (\*\* $p \leq 0,01$ ). Им более свойственен психологический уход, отказ или сдерживание попыток достичь цели, достижению которой мешает стрессор. Группа российских геев, тем более в провинции, более социально пассивна, слабо интересуется политикой и отстаивает свои права, но трудно упрекать в этом того, кто был так долго дискриминирован.

Таким образом, проведенное исследование позволяет прийти к некоторым выводам.

Средние показатели частоты использования большинства копинг-стратегий в группе мужчин с гомосексуальной идентичностью превышают аналогичные показатели у мужчин с гетеросексуальной идентичностью. Это позволяет предположить, что мужчины с гомосексуальной идентичностью более полно используют модели совладающего поведения. Объяснить это возможно расширением гендерных стереотипов мужчин-геев, то есть расширением стереотипно-феминных и маскулинных ролей, выходом за их границы. Однако, это требует дополнительного исследования гендерных ролей мужчин с гомосексуальной идентичностью во взаимосвязи их со стилями копинг-поведения. Можно предположить, что сначала формируются некие личностные черты, являющиеся копинг-ресурсами, которые, в свою очередь, обуславливают выбор стратегий. Проверку данной гипотезы мы и определяем одной из задач нашего дальнейшего исследования в данном направлении.

В системе организации социально-психологической помощи людям с гомосексуальной идентичностью в качестве одной из форм работы, на наш взгляд, должны быть использованы группы поддержки и взаимопомощи. Данная форма является наиболее эффективной, так как для геев важен поиск общественной и эмоциональной поддержки, они стремятся открыто выражать свои чувства, давать выход своим эмоциям. А наиболее эффективно и безопасно, в том числе для угрозы собственной идентичности, это может происходить на занятиях среди «своих», где происходит поддержание и укрепление собственной идентичности.

*Библиографический список*

1. Кон, И. С. Лики и маски однополой любви. Лунный свет на заре / И.С. Кон. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : ООО «Издательство «Олимп»» : ООО «Издательство АСТ», 2003. – 574 с.
2. Введение в гендерные исследования : учебное пособие для студентов вузов / И.В. Костикова [и др.] ; под общ. ред. И.В. Костиковой. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : АспектПресс, 2005. – 255 с.
3. Воронцов, Д. В. Социально-психологические характеристики межличностного общения и поведения мужчин с гомосексуальной идентичностью : дис. ...канд. психол. наук : специальность 19.00.05 / Д.В. Воронцов. – Ростов н/Д, 1999. – 184 с.
4. Дементий, Л. И. К проблеме диагностики социального контекста и стратегий копинг-поведения / Л.И. Дементий. // Журнал прикладной психологии. – 2004. – № 2. – С. 20-25.
5. Клейн, Л. С. Другая любовь : природа человека и гомосексуальность / Л.С. Клейн. – СПб. : Фолио-Пресс, 2000. – 864 с.
6. Мондимор, Ф. М. Гомосексуальность : естественная история / пер. с англ. Л. Володиной. / Ф.М. Мондимор. – Екатеринбург : У-Фактория, 2002. – 333с.
7. Муздыбаев, К. Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ / К. Муздыбаев. // Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. – Вып. 2. – Т. 1.
8. Розовая психотерапия : руководство по работе с сексуальными меньшинствами / под ред. Д. Дейвиса, Ч. Нила. – СПб. : Питер, 2001. – 384 с.

Рецензент: Т. И. Рогозина, канд. психологических наук