

DOI <https://doi.org/10.32405/2522-9931/2522-9958-10-35>
УДК 159.9.316.6

Коваленко Юлія Василівна,
науковий кореспондент Інституту психології
імені Г. С. Костюка НАПН України;
викладач кафедри «ALSUN», Misr International University.
Каїр, АРЕ.
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7859-4070>
yuliya.kovalenko@miuegypt.edu.eg

КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ТА СИСТЕМАТИЗАЦІЯ СТРУКТУРНИХ КОМПОНЕНТІВ ПОВЕДІНКИ ПОДОЛАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Анотація. Відсутність консенсусу щодо концептуалізації та виміру центральних конструктів поведінки подолання, а саме, стратегій подолання, зумовили мету цього дослідження. Вона полягала у теоретичному обґрунтуванні систематизації структурних категорій копінгу. Показана перевага концептуалізації ієрархічної моделі поведінки подолання Skinner, яка охоплює дії (instances), стратегії (ways) та сім'ї (families). Кожна сім'я копінгів характеризується подібною кореневою тенденцією до певної дії та охоплює певне коло адаптивних функцій, які, у свою чергу, є функціями стратегій копінгу. Означена класифікація відмовляється від дихотомії продуктивний/непродуктивний, а також чітко пов'язує групи копінгу з адаптивними процесами та функціями. Висвітлено, що визначення різних рівнів узагальненості для опису поведінки подолання дозволяє більш чітку систематизацію конструктів копінгу та, у свою чергу, ефективнішу організацію емпіричних досліджень поведінки подолання, зокрема, крос-культурних. Зроблено спробу окреслення шляхів уніфікації досліджень копінгу з використанням наявних широковживаних у крос-культурному контексті методик виміру поведінки подолання. Ґрунтуючись на теоретичному дослідженні, були запропоновано методики виміру поведінки подолання відповідно до ієрархічної моделі, що дозволяє практичне застосування останньої. Теоретичний та емпіричний аналіз інструментів виміру копінг-стратегій «СПСС» та «СОРЕ», дозволив класифікувати означені копінг-стратегії навколо адаптивних процесів вищого порядку, обґрунтованих у цій роботі. Зроблено висновок, що опитувальники «СОРЕ» та «СПСС» можуть використовуватись для емпіричного дослідження ієрархічної моделі поведінки подолання, у тому числі студентської молоді.

Ключові слова: копінг; поведінка подолання; копінг-поведінка; ієрархічна модель поведінки подолання Skinner; адаптивний процес; адаптивна функція; COPE; СПСС; патерн поведінки подолання.

1. ВСТУП / INTRODUCTION

Постановка проблеми. Розуміння механізмів поведінки подолання є надзвичайно важливим для пошуку ефективної відповіді на стрес. Це особливо актуально для студентів закладів вищої освіти (ЗВО), адже вони часто опиняються в умовах кризових ситуацій під час навчання. З іншого боку, міриади досліджень, присвячених поведінці подолання, поки нездатні однозначно пояснити, що саме являє собою копінг-поведінка, оскільки ґрунтуються на різних теоріях, підходах, та виконані у різних контекстах.

Так, серед дослідників поведінки подолання не досягнутий консенсус щодо концептуалізації та виміру її центральних конструктів, а саме, стратегій копінгу. В широкому сенсі, стратегії копінгу є основними категоріями, які використовуються для класифікації способів подолання. Вони пояснюють, як люди реагують на стрес, наприклад, шляхом пошуку соціальної допомоги, розв'язання проблеми, заперечення, чи когнітивної реструктуризації. Ці категорії описують те, що відбувається під час подолання стресових подій. Вони є механізмами, за допомогою яких копінг сприяє вирішенню конфлікту [18].

Крім того, помітна різноманітність термінів, асоційованих з поняттям «поведінка подолання», наприклад, «копінг», «копінг-поведінка», «копінг стратегії», «психологічний захист» тощо. Інколи визначені вище терміни використовують як тотожні. Так, поведінка подолання визначається як індивідуальна манера дії людини у стресогенній ситуації, яка залежить від ступеня значущості цієї ситуації для людини [1]. З іншого боку, термін «поведінка подолання» в інтерпретації І. Абітова [5] розглядається як механізми психологічного захисту, копінг-стратегії та механізми антиципації в єдності їх функцій. Дослідником було виявлено, що в нормі існує тісний зв'язок між антиципацією, психологічним захистом та копінг-стратегіями. При цьому, вводяться поняття «випереджального подолання», яке дозволяє передбачувати можливість стресової події та сприяє більшій виразності копінг-стратегій. За умов неефективності механізмів антиципації та копінгу активізуються механізми психологічного захисту, що й дозволяє зняти психічну напругу [5]. А. Лібіна [4] запропонувала об'єднати всі варіанти адаптації індивіда у стресовій ситуації у поняття «опанувальний інтелект» («совладающий интеллект»), де саме суб'єктивне сприйняття ситуації визначає ступінь її складності. За визначенням дослідниці,

«опанувальний інтелект» є психологічною компетентністю у вирішенні складних ситуацій, що опосередковує досягнення мети, успіх у транзакціях з навколишнім середовищем та психологічний добробут людини [4].

Отже, помітні розбіжності в інтерпретації поведінки подолання та невизначеність самого поняття «копінг», де, категорія копінгу не є поведінкою, яку можна було б однозначно спостерігати, або конкретною ідеєю, яку можливо б було чітко передати [17].

У цілому, дослідники поведінки подолання сходяться на тому, що вивчення останньої має фундаментальне значення для розуміння того, як стрес впливає на людину. Попри те, що виявилось досить важко однозначно документувати результати досліджень копінгу, зазначається, що те, як люди долають стрес, може зменшити або підсилити вплив несприятливих життєвих подій і умов не тільки у короткостроковому функціонуванні людини, але і в довгостроковій перспективі, впливаючи на розвиток її фізичного і психічного здоров'я [17].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Крім того, розрізненість визначень та інтерпретацій поведінки подолання в цілому створюють певну проблему для систематизації виділених різними дослідниками видів та категорій копінгу.

Прогрес у вивченні поведінки подолання та, зокрема, стратегій копінгу, гальмується відсутністю узгодженості у категоризації останніх. Як зауважує Василенко [1], майже кожний новий дослідник при вивченні проблематики стратегій подолання стресу пропонує свою власну класифікацію. Так Skinner зі співавторами [16], розглянувши більш ніж 100 класифікацій стратегій копінгу, дійшли висновку, що жодна з цих класифікацій не повторювала одна одну; при чому деякі класифікації склалися лише з 2 стратегій, тоді як інші нараховували 20. Просте ж перерахування наявних стратегій у зазначених класифікаціях перевищувало 400 назв [16], [18]. Одна з найбільш очевидних проблем, що витікає з невизначеності з класифікацією копінг-стратегій, полягає в неможливості порівняння результатів різних досліджень. Це також відбивається на розвитку методів діагностики стратегій копінгу. Так, наприклад, нові репертуари опитувальників для визначення та виміру стратегій копінгу потребують величезних зусиль для оцінки чистоти та повноти набору критеріїв та категорій, що покладені в їх основі. Розробка ж альтернатив опитувальників представляє ще більшу проблему. Попри попит на методи, які б більш ефективно моделювали динаміку поведінки подолання, сама лише наявність десятків визначених стратегій подолання ускладнює розроблення схем кодування для більш відкритих дискурсів та розробку лаконічних і точних діагностичних оцінок.

Огляд інтерпретацій сутності копінгу показав, що одними з найпоширеніших прийнятих класифікацій копінг-стратегій є розподіл останніх на когнітивно-спрямовані (через когнітивну оцінку складної ситуації, вибір способів розв'язання проблеми та планування), поведінково-спрямовані (конкретні дії) та емоційно-спрямовані (думки та дії, спрямовані на тимчасове подолання та покращення психологічного стану індивіда) [18]. Крім того, більшість дослідників розділяє копінг-стратегії на продуктивні та непродуктивні.

Разом з тим, дослідники справедливо доходять висновку, що загальноприйнятий розподіл стратегій копінгу за трьома категоріями – проблемно спрямовані / емоційно спрямовані, намагання розв'язати проблему / уникання та когнітивні / поведінкові, – є досить неефективним, оскільки їх досить важко систематизувати, відповідно до адаптивних процесів. Крім того, при віднесенні індивідуальних стратегій подолання за видами стресорів та ситуативних обмежень, будь-яка стратегія подолання може бути локально чи частково адаптивною. Skinner та Zimmer-Gembeck [18] з цього приводу наводять приклад неконтрольованої стресової ситуації, при якій збереження ресурсів через відмову від дії може стати адаптивною поведінкою. В цьому сенсі, у певних обставинах будь-яка стратегія копінгу може бути «правильною» чи придатною. Проте, як зазначають Skinner, Edge, Altman, та Sherwood [16], очевидно, що деякі стратегії копінгу демонструють однозначно негативний вплив на розвиток адаптивності. Наприклад, тривале застосування таких стратегій копінгу, як безпорадність, опозиція, або соціальна самоізоляція може розглядатися як адаптаційний ризик, адже означені способи подолання заважають накопиченню ресурсів копінгу. Подібно до того, тривале застосування стратегії безпорадності виснажує мотиваційні ресурси. Засоби ж подолання, які сприяють конструктивній взаємодії зі стресором (наприклад, планування, ведення переговорів тощо), або які пов'язані з реакціями (наприклад, через акомодацию, пошук підтримки, або вираз емоцій), роблять позитивний внесок у розвиток ресурсів подолання, таких, як впевненість у власних силах, автономність, усвідомлюваний контроль та міжособистісну довіру. З іншого боку, тривале застосування стратегій подолання, які характеризуються жорстким ставленням до себе (наприклад, самокартання, соціальна ізоляція), або до стресової ситуації (наприклад, звинувачування інших, негативне мислення), може з часом сприяти розвитку уразливості, включно з низьким рівнем ефективності, втраті розуміння того, що є важливим, або виникненню міжособистісної ворожнечі. Отже, вбачається більш доцільним не так протиставляння продуктивних/непродуктивних

копінг-стратегій, як розуміння того, що одна й та ж копінг-стратегія може бути доцільною/недоцільною з позиції короткострокової чи довгострокової адаптації, в залежності від конкретної ситуації або наявних ресурсів людини.

Інша класифікаційна модель представлена у дослідженні А. Лібіної [4]. Зазначена модель отримала назву інтегральної моделі «інтелекту подолання». Вона об'єднує диференціально-психологічний та ситуаційний підходи, де в основі класифікації покладено критерій організації зусиль людини щодо кінцевого результату (подолання / захист як ефективний/неефективний спосіб саморегуляції). Комбінація параметрів модальності (емоційна, когнітивна, поведінкова), спрямованості (на інших, на предмет або справу, на себе) і ступеню інтенсивності (активність-пасивність) представлена у 18 стратегіях подолання і захисту. Проте, як зазначає З. Карпенко [3], попри докладне обґрунтування і крос-культурну перевірку запропонованої моделі, остання є надмірно дихотомічною, поляризує крайні варіанти саморегуляції. Ігнорування проміжних способів саморегуляції не враховує інтраперсональну цінність, або суб'єктивну оцінку ступеню задоволеності отриманим результатом від процесу та наслідків самоактуалізації. На думку З. Карпенко [3], яка розглядає суб'єктивне відчуття щастя у якості головного феноменологічного показника поведінки подолання, через відсутність комбінування стратегій захисту та подолання в «індивідуальні стилі», опанування не враховує «ціннісно-цільової особливості» окремо взятої особистості у класифікації, запропонованій А. Лібіною [4].

Frydenberg зі співавторами [9] запропонували класифікацію копінгів за трьома стилями подолання, які характеризують тенденції людини обирати певні патерни поведінки у стресових ситуаціях. Задані стилі подолання також об'єднують 18 стратегій подолання: продуктивний копінг (розв'язання проблем, робота і досягнення, релігійна підтримка, позитивний фокус); непродуктивний (неспокій, сподівання на диво, відмова від долання, розрядка, нехтування, самозвинувачення, замикання в собі, відволікання, активний відпочинок); соціальний копінг (підтримка інших людей, опора на друзів, почуття причетності, суспільні дії, професійна допомога).

Зазначається, що виклики, пов'язані з побудовою систем класифікації механізмів копінгу, зумовлені саме природою поведінки подолання, адже копінг не є власне поведінкою, яку можна було б однозначно спостерігати, або документувати. Однозначно можливо говорити лише про те, що результати аналізу сучасних наукових підходів до вивчення поведінки подолання свідчать, що психічне і фізичне самопочуття людини значно

залежить від свідомого вибору індивідом копінг-стратегій у момент зіткнення з психотравмуючою ситуацією.

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ / AIM AND TASKS

Метою цього дослідження було обґрунтування доцільності систематизації центральних конструктів поведінки подолання та їх концептуалізації у якості ієрархічної моделі поведінки подолання Skinner [16]. Крім того, було поставлено **завдання** практичної адаптації запропонованої ієрархічної моделі для емпіричного дослідження поведінки подолання, зокрема студентів.

3. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ / THE THEORETICAL BACKGROUNDS

В цій роботі приймається концептуалізація рівнів копінгу, запропонована Е. Скіннер зі співавторами, яка охоплює копінгові дії (instances), стратегії (ways) та сім'ї (families) [17], [18]. У цій ієрархічній моделі поведінки подолання дії (instances) знаходяться на нижчому рівні копінгу та включають чисельні поточні дії, які використовуються людиною у конкретній стресовій ситуації та можуть вимірюватись або самозвітом, або за допомогою поточних спостережень. На найвищому рівні – основні адаптивні процеси, які опосередковують реакцію на стрес та його фізіологічні, психологічні та інтерперсональні наслідки. На цьому рівні, копінг визначається як стратегія адаптації. У запропоновану структуру включені двоє проміжних рівнів: категорії нижчого рівня, або копінгові способи (ways), які класифікують їх у концептуально чіткі, взаємовиключні та вичерпні категорії. Зазвичай, останні розуміють як «стратегії» копінгу. При цьому, останні, у свою чергу, мають бути класифіковані у категорії вищого рівня – шкали, – які Skinner зі співавторами [18] визначає як сім'ї копінгу (families). Категорії вищого порядку (або сім'ї копінгу) організують стратегії копінгу відповідно до їх адаптивних функцій.

Головна ідея побудови такої ієрархічної структури копінгів полягає у концептуальному поєднанні копінгових дій та адаптаційних процесів, тобто у так-званому заповненні «порожнини» між чисельними персоналізованими та концептуально пов'язаними копінговими діями, стратегіями та функціями останніх у вирішенні стресової ситуації [16]. Отже, ієрархічна таксономія Skinner охоплює 12 сімей (families) копінгу, які об'єднують певні способи/стратегії копінгу та копінгові дії.

У таблиці 1 (адаптованій автором за [16, с. 245]), наведені 12 сімей копінгу, включно з найпоширенішими стратегіями поведінки подолання:

розв'язання проблеми, пошук підтримки, втеча, румінація, безпорадність, соціальна самоізоляція, емоційна регуляція, акомодация, пошук інформації, пошук компромісу (узгодження), опозиція, делегування. При цьому, кожна група містить не тільки стратегію копінгу нижчого порядку, від якої походить назва певної групи копінгу, а й всі стратегії копінгу, які характеризуються тотожними функціями. Наприклад, «розв'язання проблеми» у якості категорії вищого порядку не тільки позначає «пошук розв'язання проблеми», а й включає інші стратегії копінгу, які служать координуванню дій, у залежності від ситуації (інструментальні дії, зусилля, планування, прийняття рішення тощо).

Таблиця 1

Ієрархічна модель поведінки подолання [16]

Адаптивний процес 1: Координація дій та непередбачених ситуацій				
1	2	3	4	5
Сім'я копінгу	Розв'язання проблеми	Пошук інформації	Безпорадність	Уникання
Функція сім'ї в адаптивному процесі	Координація дій для підвищення їх ефективності	Пошук можливих/ додаткових непередбачених обставин	Пошук обмежень дій	Уникання непередбачуваних ситуацій
Способи / Стратегії копінгу	Розробка стратегії дії; ефективна дія; планування	Читання; спостереження; звернення із запитаннями до інших	Розгубленість; когнітивна інтерференція; когнітивне виснаження	Когнітивне уникання; поведінкове уникання; заперечення; прийняття бажаного за дійсне
Адаптивний процес 2: Координація ступеню залежності та наявних соціальних ресурсів				
Сім'я копінгу	Само-заспокоєння	Пошук підтримки	Делегування	Соціальна ізоляція
Функція сім'ї в адаптивному процесі	Захист наявних соціальних ресурсів	Використання наявних соціальних ресурсів	Пошук обмежень ресурсів	Самоізолювання від недружнього контексту

Продовження табл. 1

1	2	3	4	5
Способи / Стратегії копінгу	Регуляція емоцій; регуляція поведінки; емоційна експресія	Звернення до знайомих; бажання отримати розраду; звернення за інструмен- тальною допомогою; звернення за моральною підтримкою	Деадаптив- ний пошук допомоги; скарги; ниття; жалість до себе	Соціальна самоізоляція; маскування; уникання інших; затаювання
Адаптивний процес 3: Координація пріоритетів та наявних можливостей				
Сім'я копінгу	Пристосу- вання	Обговорення умов / узгодження	Покірність	Опозиція
Функція сім'ї в адаптивному процесі	Гнучке пристосуван- ня пріоритетів до наявних можливостей	Пошук нових можливостей	Відмова від пріоритетів	Зняття обмежень
Способи / Стратегії копінгу	Відволікання; когнітивна реструктури- зація; мінімізація; прийняття	Торг, переговори; переконавання; встановлення пріоритетів	Румінації / нав'язли- вий тип мислення; жорстка персевера- ція; нав'язливі думки	Звинувачення інших; проєкція; агресія; демонстративна непокора

Отже, класифікація стратегій подолання побудована у якості ієрархічної моделі, яка організована навколо трьох адаптивних процесів вищого порядку. Кожний адаптивний процес реалізується у чотирьох сім'ях копінгів. Кожна сім'я копінгів характеризується подібною кореневою тенденцією до певної дії, яка охоплює певне коло адаптивних функцій, які, у свою чергу, є функціями певних стратегій копінгу.

Як зазначалося вище, головним критерієм, за яким розроблялась визначена ієрархія, є зв'язок між певною поведінкою подолання та адаптивними процесами. Інакше кажучи, вона не тільки пропонує перелік стратегій копінгу та копінгових дій, але й визначає зв'язок між сім'ями копінгу та їх функцією щодо підтримання фізичного та психічного здоров'я в умовах стресової події. При цьому, сім'ї копінгу характеризуються функціональною гомогенністю та специфічністю. Зв'язок між сім'ями копінгу та адаптивними процесами базується на загальноприйнятому припущенні, що репертуар реакцій людини на стрес формується в ході еволюції, забезпечуючи людину ресурсами та бажанням розпізнати загрозу з подальшим активуванням поведінкових систем, які координують відповіді людини на стрес [18].

Перевагою запропонованої ієрархічної моделі поведінки подолання є те, що вона уможлиблює подолання наступних недоліків більшості наявних класифікацій копінгу.

По-перше, як зазначалось вище, найбільш уживаними категоріями серед різних дослідників копінгу є «проблемно-спрямовані/емоційно-спрямовані» та «активне подолання/уникання». Всупереч її популярності, такі дихотомії, знову ж таки, виявляються не надто корисними для організації стратегій копінгу, в залежності від їх адаптаційних функцій. Це пояснюється тим, що дихотомія «проблемно-спрямований/емоційно-спрямований» копінг згруповує копінг-стратегії, у залежності від функції останніх (заспокоєння емоцій або розв'язання проблеми). Проте, функція та наслідки копінгу не є тотожними: функція стратегії копінгу відноситься до її мети, тоді як наслідки – до результату (ефекту) застосування стратегії копінгу для подолання певного стресора у конкретній ситуації та у певний момент часу [18]. Наприклад, коли людина, намагаючись придушити емоційну експресію, може досягти протилежного ефекту загострення чи посилення негативної емоції. Подібно до цього, пошук соціальної підтримки, хоча і не фокусується на проблемі, або емоції, зосереджуючись на інших людях, може забезпечити емоційний комфорт та надати інструментальну інформацію. Загалом, проблема категоризації копінг-стратегій на підставі їх функцій полягає у тому, що всі категорії вищого порядку можуть виконувати цілий ряд функцій. Таким чином, неможливо описати будь-яку стратегію копінгу як виключно проблемно-спрямовану або емоційно-спрямовану, адже всі стратегії копінгу здатні виконувати обидві зазначені функції, а отже – й відповідати обидвом категоріям. Як підкреслювали Lazarus та Folkman [15], навіть якщо дуже спокусливо було б розподіляти всі копінг-стратегії на проблемно-спрямовані та емоційно-спрямовані, у реальному житті це майже не можливо, адже будь-яка

копінгова фізична чи ментальна дія може виконувати обидві зазначені функції, або навіть більше функцій. Це положення чітко артикульовано у дослідженнях Lazarus [14], який вказував на те, що поводження з функціями копінгу, начебто останні є окремими видами копінгових дій, призвело до спрощеного розуміння природи та виміру копінгу. Стратегії копінгу не є функціями – це різновиди дій, які зазвичай є багатофункціональними.

По-друге, іншим загальноприйнятим класифікаційним критерієм є розподіл копінгових стратегій за топологічною ознакою. Найбільш ранньою та найбільш уживаною топологічною дихотомією є «підхід до розв'язання проблеми» (approach) / «уникання», проте існує й багато інших варіантів: таких як «сенсibiliзація/репресія», «контроль/притуплення», «пильність/уникання» тощо. Так, дихотомія «підхід/уникання» ґрунтується на контрасті між стратегіями подолання, які спонукають індивіда до більш «тісного» контакту зі стресовою ситуацією, на противагу стратегіям копінгу, які відволікають увагу індивіда від розв'язання проблеми. Ці дві стратегії – «підхід/уникання», – охоплюють емоційну та когнітивну діяльність, яка орієнтована на- або від джерела загрози. Традиційно, копінг «підхід до розв'язання проблеми» позначає адаптивний копінг, тоді як «уникання» (включно з втечею, зняттям напруження та опозиційним копінгом) – «дезадаптивний» копінг. Разом з тим, очевидно, що існують як адаптивні, так і дезадаптивні стратегії підходу до розв'язання стресогенної ситуації, або уникання останньої. Наприклад, людина може конструктивно підійти до взаємодії зі стресором через розв'язання проблеми та розробку стратегії, але водночас, підхід може отримувати емоційно-негативну модальність, проявляючись через деструктивну агресію та атаку. Подібно до того, людина може деструктивно уникати стресор через панічну втечу, чи лякливе заперечення; або конструктивно уникати стресор, наприклад, через ситуативну вибірковість, чи свідоме відволікання за допомогою творчої діяльності, медитації, або допомагаючи іншим [16]. Якщо ж, з іншого боку, стратегії підходу чи уникання використовуються згідно з їхнім широковживаним значенням (наприклад, спрямованість на- або від стресора), то стратегії копінгу, які включені в означені категорії, будуть потенційно гетерогенними, де «підхід» охоплює розв'язання проблеми та агресію, а «уникнення» – втечу та відволікання. Отже, поведінка подолання діяльнісного типу передбачає цілу низку базових топологічних характеристик, що унеможлиблює оптимальну класифікацію визначених категорій у якості категорій вищого порядку на підставі тільки одного критерію.

Третя дихотомія, яку інколи приймають за категорію вищого порядку, відноситься до «видів» копінгу, а саме поведінковий/когнітивний копінг, активний/пасивний та соціальний/відокремлений (індивідуальний). Знову ж таки, проблема полягає у тому, що будь-яка дія може бути здійснена за допомогою різних методів та способів. Наприклад, «уникання» може бути здійснене поведінково як «фізична втеча», через вихід із ситуації, або шляхом «ментальної втечі», через когнітивну самоізоляцію. Подібно до цього, «пошук інформації» може бути здійснено через соціальну активність (наприклад, отримання консультації), або як індивідуальну активність (наприклад, читання довідкових джерел). Такі стратегії копінгу характеризуються тотожним набором функцій, попри те, що вони можуть реалізовуватися різними способами. Разом з тим, всупереч тому, що «поведінкові/когнітивні» та «соціальні/індивідуальні» стратегії копінгу можуть розрізнятися концептуально та емпірично, їх функціональна ідентичність дозволяє класифікувати їх як такі, що належать до однієї категорії вищого порядку [17].

Отже, зважаючи на проведений аналіз наявних типологій моделей поведінки подолання, у цій роботі приймається класифікація категорій вищого порядку, яка побудована відповідно до адаптивних функцій стратегій копінгу як відповіді на стрес. Отже, способи або стратегії копінгу – це гнучкі, інтегровані програми з характерними патернами поведінки, уваги, та емоцій, які організовані відповідно до їх цілей та які, у свою чергу, людина формулює і приводить у дію [19]; тоді як під копінговими діями (instances) розуміють транзакції з контекстом, які передбачають певну поведінку, емоції, фокус уваги та цілі [16]. Крім того, конструкт «копінгова дія» є відбитком організації базових елементів епізоду копінгу (наприклад фізіологія, поведінка, емоції, увага, цілі) під час переживання стресових подій [11]. В основі побудови типології структури копінгу вищого порядку знаходиться структура копінг-стратегій, адже останні поєднують копінгові дії та адаптивні процеси [13]. Види копінг-стратегій утворюють сім'ї копінгу вищого порядку, які характеризуються багатofункціональністю та рядом типологічних рис.

Нарешті, застосування представленої ієрархічної моделі поведінки подолання Skinner може дозволити більш уніфікований підхід до розрізнених емпіричних досліджень поведінки подолання. Це, у свою чергу, ставить завдання її практичної адаптації через пошук методик виміру копінг-стратегій, які б могли стати ефективними інструментами визначення патерну поведінки подолання людини у межах зазначеної ієрархічної моделі.

4. МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH METHODS

Інструменти дослідження. На підставі аналізу наявних методик емпіричного дослідження копінгу було обрано два опитувальники, які могли б вирішити поставлене завдання. Першим обраним інструментом був опитувальник «COPE» авторів С. Carver, М. Scheier, J. Weintraub, запропонований у 1989 році [7]. Опитувальник «COPE» є широковживаною методикою ретроспективного самозвіту. Опитувальник, в основі своїй, ґрунтується на теорії поведінки опанування Folkman та Lazarus [8], які концептуалізували поведінку подолання у термінах когнітивної транзакції між індивідом та навколишнім середовищем у межах певного контексту. Загалом, дослідники поведінки подолання використовували «COPE» у різноманітних природних умовах, включно з умовами іспитів в університетах [6]. Автори оригінальної версії «COPE» характеризували цей інструмент як теоретично побудований багатовимірний опитувальник з 13 шкалами, кожна з яких складається з чотирьох тверджень, що фокусуються на певних аспектах поведінки подолання [7]. П'ять шкал вимірювали проблемно-спрямований копінг, а саме: «Активне подолання», «Планування», «Придушення конкурентних дій», «Обмеження», а також «Пошук інструментальної соціальної підтримки». Наступні п'ять шкал визначались як емоційно-спрямовані: «Звернення до емоційної соціальної підтримки», «Позитивна інтерпретація та особистісний розвиток», «Прийняття», «Заперечення» та «Релігійний копінг». Останні три шкали складались із стратегій «Фокусування на емоціях та емоційна розрядка», «Поведінкове відволікання» та «Ментальне відволікання» від проблеми. Додатково, на підставі експлораторного факторного аналізу, була включена змінна, що стосувалась вживання алкоголю та наркотиків, яка потім була розширена до шкали «Вживання алкоголю та наркотиків»; а також «Почуття гумору». Таким чином утворилась повна версія опитувальника COPE, що складається з 60 тверджень та 15 шкал. У цій роботі використовувалась українська версія диспозиційного опитувальника «COPE» [12]. Іншою обраною методикою був опитувальник SACS – «The Strategic Approach to Coping Scale» [10], або «Стратегії подолання стресових ситуацій» («СПСС») в адаптації Н. Водоп'янової та Є. Старченкової [2], який ґрунтується на теорії ресурсної поведінки подолання, що передбачає ступінь залученості ресурсів для підвищення стресової стійкості людини. Методика «СПСС» складається з дев'яти шкал стратегій копінгу, а саме: «Асертивні дії», «Соціальний контакт», «Пошук соціальної підтримки», «Обережні дії», «Імпульсивні дії», «Уникання», «Маніпулятивні або непрямі дії», «Асоціальні дії» та «Агресивні дії». Згідно з інтерпретацією Hobfoll зі співавторами [10], запропоновані моделі

асоціюються з трьома вісями комунікативного простору поведінки особистості у системі людина-людина, а саме: (1) просоціальна поведінка, (2) активно-пасивна поведінка та (3) пряма-непряма поведінка. Ця модель відбиває спрямованість та індивідуальну активність поведінки людини у стресових ситуаціях спілкування.

Очікувалось, що копінг-стратегії, які визначаються за допомогою цих двох методик, дозволить класифікувати означені копінг-стратегії навколо адаптивних процесів вищого порядку [16], обґрунтованих у цій роботі.

Випробувані. Емпіричне дослідження проводилося на 109 студентах двох вищих навчальних закладів міст Києва та Львову. Вибірка учасників дослідження мала наступні демографічні характеристики: 46 чоловіків та 63 жінок (середній вік склав 24,5 роки).

5. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH RESULTS

На першому етапі емпіричного дослідження був проведений кореляційний аналіз опитувальників «COPE» та «СПСС» (див. табл. 2).

Таблиця 2

Значення коефіцієнта кореляції ρ -Спірмена

COPE	СПСС									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
Позитивна інтерпретація та особистісний розвиток		0,086	0,112	0,150	0,153	0,130	0,088	-0,105	-0,026	-0,250
Ментальне відволікання від проблеми		-0,294	0,188	-0,254	0,308	0,123	0,478**	0,304	0,366	0,377
Знач. (2-сторон)							0,001			
Фокусування на емоціях та емоційна розрядка		-0,180	0,235	0,269	0,151	0,012	0,193	0,296	0,040	0,490**
Знач. (2-сторон)										0,001

Продовження табл. 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Пошук соціальної інструментальної підтримки	-0,128	0,701**	0,657**	0,010	-0,036	0,221	0,150	0,185	0,252
Знач. (2-сторон)		0,000	0,000						
Активне подолання	0,225*	0,120	0,069	-0,188	-0,212	-0,297	0,237	0,263	0,121
Знач. (2-сторон)	0,03								
Заперечення	0,079	0,173	-0,357	0,542**	0,041	0,495**	0,325	0,287	0,334
Знач. (2-сторон)				0,000		0,001			
Релігійний копінг	0,114	0,368	0,087	0,007	0,315	0,060	0,027	0,114	-0,034
Почуття гумору	0,196	-0,058	0,017	-0,067	-0,074	0,061	0,079	0,094	-0,088
Поведінкове відволікання від проблеми	0,066	0,188	-0,248	0,457**	0,367	0,440**	0,182	0,045	0,286
Знач. (2-сторон)				0,002		0,004			
Обмеження	0,114	-0,085	-0,121	0,490**	-0,094	0,342*	0,310*	0,198	0,197
Знач. (2-сторон)				0,001		0,027	0,046		
Пошук соціальної емоційної підтримки	-0,374	0,504**	0,746**	0,128	-0,049	0,238	0,093	-0,077	0,268
Знач. (2-сторон)		0,001	0,000						

Продовження табл. 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Вживання алкоголю та наркотиків	0,000	0,143	0,020	0,368	0,024	0,282	0,413*	0,202	0,329*
Знач. (2-сторон)							0,007		0,033
Прийняття	-0,176	0,181	0,282	0,158	-0,199	0,286	0,226	0,146	0,159
Придушення конкурентних дій	0,185	0,152	0,148	0,110	-0,287	-0,155	0,129	0,210	0,305
Планування	0,090	-0,016	0,049	-0,101	-0,373*	-0,306*	0,146	0,147	0,001
Знач. (2-сторон)					0,015	0,048			

** - $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$; N=109

З таблиці 2 видно, що ряд шкал української версії опитувальника «COPE» мають помірні та сильні додатні- та помірні від'ємні кореляції зі шкалами методики СПСС. Так, виявлені зв'язки між шкалою «Ментальне відволікання від проблеми» (COPE) та «Уникання» (СПСС) ($\rho = 0,478$, $p \leq 0,01$) «Фокусування на емоціях та емоційна розрядка» (COPE) та Агресивні дії (СПСС) ($\rho = 0,490$, $p \leq 0,01$); «Пошук соціальної інструментальної підтримки» (COPE) та шкалами «СПСС»: «Соціальний контакт» ($\rho = 0,701$, $p \leq 0,01$) і «Пошук соціальної підтримки» ($\rho = 0,657$, $p \leq 0,01$); додатний зв'язок між шкалами «Активне подолання» (COPE) та «Асертивні дії» (СПСС) ($\rho = 0,225$, $p \leq 0,05$); значущі додатні зв'язки між шкалами «Заперечення» (COPE) та «Уникання» (СПСС) ($\rho = 0,495$, $p \leq 0,01$), а також «Заперечення» (COPE) і «Обережні дії» (СПСС) ($\rho = 0,542$, $p \leq 0,01$); «Поведінкове відволікання від проблеми» (COPE) і «Уникання» (СПСС) ($\rho = 0,457$, $p \leq 0,01$); «Поведінкове відволікання від проблеми» (COPE) і «Обережні дії» (СПСС) ($\rho = 0,440$, $p \leq 0,01$); між шкалою Обмеження (COPE) та Обережні дії (СПСС) ($\rho = 0,490$, $p \leq 0,01$); додатні зв'язки між шкалою «Обмеження» (COPE) та «Уникання» (СПСС) ($\rho = 0,342$, $p \leq 0,05$); «Обмеження» (COPE) та «Маніпулятивні дії» (СПСС) ($\rho = 0,310$, $p \leq 0,05$); шкалою «Пошук

соціальної емоційної підтримки» («COPE») та шкалою «СПСС»: «Соціальний контакт» ($\rho = 0,504, p \leq 0,01$) і «Пошук соціальної підтримки» ($\rho = 0,746, p \leq 0,01$); шкалою «Вживання алкоголю та наркотиків» (COPE) та «Маніпулятивні дії» (СПСС) ($\rho = 0,413, p \leq 0,01$) і «Агресивні дії» (СПСС) ($\rho = 0,329, p \leq 0,05$); а також від'ємні зв'язки між шкалою «Планування» (COPE) та шкалами «Імпульсивні дії» (СПСС) ($\rho = -0,373, p \leq 0,05$) та «Уникання» (СПСС) ($\rho = 0,306, p \leq 0,05$).

Обговорення результатів. Треба зазначити, що ця робота не мала на меті створення нового теоретично обґрунтованого інструменту виміру ієрархічного патерну поведінки подолання. Була зроблена спроба окреслення шляхів уніфікації досліджень копінгу з використанням наявним широковживаних у крос-культурному контексті методик. Таким чином не очікувалось, що шкали методик «COPE» та СПСС будуть точно відтворювати способи копінгу ієрархічної моделі. Проте, зважаючи на результати кореляційного аналізу, можливо зробити висновок, що зазначені шкали відповідають певним способам/стратегіям копінгу у конкретній копінг-сім'ї в ієрархічній моделі та вимірюють подібні або компліментарні способи подолання у межах однієї сім'ї. Такі ж шкали методики «COPE», як «Позитивна інтерпретація та особистісний розвиток», «Релігійний копінг», «Почуття гумору», «Прийняття» та «Придушення конкурентних дій» не виявили зв'язків зі шкалами методики «СПСС», що можливо пояснити відсутністю зазначених стратегій копінгу у шкалі «СПСС»; і навпаки, шкала «Асоціальні дії» («СПСС») не виявила зв'язків зі шкалами «COPE». Отже, шкали опитувальників «COPE» та СПСС доповнюють одна одну в комплексному дослідженні ієрархічної моделі копінгу.

На другому етапі проводився аналіз даних, отриманих у цьому теоретико-емпіричному дослідженні, щодо відповідності стратегій подолання, які вимірюються за допомогою опитувальників «COPE» та «СПСС», способам/стратегіям копінгу в ієрархічній моделі Skinner. У результаті було виявлено наступне.

Класифікація копінг-стратегій навколо адаптивних процесів вищого порядку. Перший адаптивний процес ієрархічної моделі поведінки подолання Skinner [16] – координація дій та непередбачених ситуацій, – виконує адаптивну функцію координування дій індивіда, узгоджуючи їх з умовами непередбачуваної ситуації. Метою такого координування є підвищення ефективності у досягненні певних результатів та попередженні небажаних результатів. Копінг у рамках зазначеного адаптивного процесу оцінюється за двома критеріями: можливістю виправити ситуацію та контролювати її, а також здатністю індивіда застосовувати необхідні засоби (ресурси) для досягнення бажаного результату.

Першою сім'єю, яка входить до зазначеного процесу є розв'язання проблеми. Ця сім'я присутня майже в кожній наявній шкалі виміру стратегій копінгу та співвідноситься з активним копінгом. Він характеризується активними спробами досягти результату, почуттям рішучості та зосередженістю уваги на розв'язання проблеми. Адаптивною функцією є пошук ефективних дій у контролі над непередбачуваною ситуацією. Ця сім'я може бути співвіднесена зі стратегією поведінки подолання «Активне подолання» («СОРЕ»), «Придушення конкурентних дій» («СОРЕ») та «Асертивні дії» («СПСС»), «Обережні дії» («СПСС»).

Другою сім'єю є пошук інформації. Вона націлена на збір інформації про стресову ситуацію, включно з її перебігом, причинами, наслідками, та на вивчення можливостей виправлення або вирішення такої ситуації. Кореневою тенденцією дій є активне залучення та спостереження, викликане зацікавленістю. Часто пошук інформації передбачає звернення за порадою до членів сім'ї, знайомих, або до наявних джерел інформації. Ця сім'я співвідноситься з копінг-стратегією «Планування» («СОРЕ»), «Пошук інструментальної соціальної підтримки» («СОРЕ»), «Соціальний контакт» («СПСС»).

Третьою сім'єю є «безпорадність». Вона обертається навколо відмови від контролю над ситуацією. Кореневою тенденцією дії є пригнічена пасивність та відсторонення від активних спроб змінити ситуацію. Ця сім'я може бути співвіднесена зі стратегією копінгу, «Поведінкове відволікання» («СПСС»).

Четвертою сім'єю є «уникання». Її адаптивною функцією є втеча від контакту зі стресовим середовищем або переживанням стресу. У широкій літературі такий копінг зазвичай протиставляється копінгу «розв'язання проблеми». Кореневою тенденцією дії у рамках цієї сім'ї копінгу є когнітивне уникання, поведінкове відсторонення, заперечення та видавання бажаного за дійсне. Ця сім'я співвідноситься з копінг-стратегією «Заперечення», «Уникання» («СПСС»).

Наступним адаптивним процесом є координація ступеню залежності та наявних соціальних ресурсів. Зазначений процес дозволяє людині оцінити додаткові соціальні ресурси, коли їх здається, що її власні ресурси вичерпані або «на межі». Ефективне залучення соціальної підтримки вимагає використання максимальної кількості наявних соціальних ресурсів для їх консервації, а також виваженого рішення про те, до кого звернутися, щоб ефективно впоратися зі стресовою ситуацією. Такий копінг ґрунтується на оцінці наявності джерел соціальної підтримки, та на оцінці того, наскільки сама людина заслуговує на отримання соціальної підтримки.

Першою сім'єю копінгу в рамках цього адаптивного процесу є «пошук підтримки». Це найбільш розповсюджений вид копінгу, який базується на кореневій тенденції дії, що спонукається бажанням звернутися до значущої людини та активними спробами сигналізувати про необхідність допомоги та просити по допомогу. Він характеризується бажанням отримати співчуття та відвернути увагу від стресора й перенести її на джерело соціальної підтримки (що може виражатися у телефонних дзвінках іншим, думках про те, що скажуть інші, та молитві). Ця сім'я співвідноситься з копінг-стратегіями «Звернення до емоційної соціальної підтримки» («СОРЕ»), «Релігійний копінг» («СОРЕ»), «Пошук соціальної підтримки» («СПСС»).

Другою сім'єю копінгів є «самозаспокоєння». Такий копінг має справу з активними спробами піклуватися про себе, контролювати стрес через конструктивний вияв емоцій у прийнятний час та в прийнятному місці. Він визначається як форма конструктивної емоційної поведінки, чим і відрізняється від емоційних видів копінгу, які характеризуються неконтрольованим проявом негативних емоцій. Ця сім'я не має відповідних стратегій копінгу у методиках «СОРЕ» та «СПСС».

Третьою сім'єю у даному адаптивному процесі є «делегування». Цей вид копінгу, природа якого полягає у надмірній залежності від інших людей у ситуації стресу, не достатньо презентований у відповідній літературі. Його недоліком є використання ресурсів інших, що не дозволяє максимально розвивати власні спроможності. Кореневою тенденцією дій у цьому копінгу є бажання, щоб хтось інший взяв на себе розв'язання проблеми, що сполучається із зануренням у себе, жалістю до себе та зосередженням уваги на негативних аспектах кризової ситуації. Ця сім'я співвідноситься з копінг-стратегією «Маніпулятивні дії» («СПСС»).

Четвертою сім'єю у зазначеному адаптивному процесі є «соціальна ізоляція». Метою такого копінгу є захист від контактів з недружнім соціальним контекстом. Його кореневою тенденцією дії є пасивність та відстороненість, які сполучаються з почуттям шоку, сорому, туги та бажанням зникнути та сховатися. Ця сім'я не має відповідних стратегій копінгу, представлених у методиках «СОРЕ» та «СПСС».

Наступним адаптивним процесом є координація пріоритетів та наявних можливостей. Цей процес дозволяє людині підтримувати гнучкість та автономність у кризовій ситуації. Добровільне прийняття наявних обмежень знижує відчуття стресу та перешкоджає виникненню відчуття безпорадності. Копінг у рамках цього адаптивного процесу регулюється оцінкою того, наскільки вільно людина може діяти у ситуації,

що склалася, та наскільки людина може зберегти свої пріоритети (тобто ступінь її автономності).

Першою сім'єю у рамках цього адаптивного процесу є «пристосування». Це досить нова сім'я, відома у літературі як копінг вторинного контролю [17]. Цей копінг стосується процесів гнучкого пристосування власних пріоритетів людини до можливостей, наявних у стресовій ситуації. Копінг відбувається через позитивне когнітивне реструктурування, до якого відносяться спроби переоцінки стресової ситуації з фокусом на позитивні аспекти, та через відволікання, до якого відносяться спроби перенести увагу на альтернативні приємні види діяльності. Ця сім'я представлена копінг-стратегією «Позитивна інтерпретація та особистісний розвиток» («COPE»), «Ментальне відволікання» («COPE»),

Другою сім'єю у рамках зазначеного адаптивного процесу є «обговорення умов/узгодження». Такий копінг містить активні спроби досягти компромісу між пріоритетами індивіда та обмеженнями ситуації. Кореневою тенденцією дії такого копінгу є активна позитивна взаємодія зі стресором з акцентом на наполегливому захисті власних цілей та одночасним гнучким дослідженням або створенням умов для їх реалізації. Ця сім'я представлена копінг-стратегією «Обмеження» («COPE»).

«Покірність» – це третя сім'я копінгів у цьому адаптивному процесі. Такий копінг є протилежним гнучкому пристосуванню та виявляється у пасивному підкоренні стресовій ситуації, яке супроводжується пасивним та постійним фокусом на негативних або руйнівних аспектах стресової ситуації. Ця сім'я може бути співвіднесена з копінг-стратегією «Прийняття» («COPE»).

Останньою сім'єю у цьому адаптивному процесі є «опозиція», копінг якої спрямований на боротьбу з джерелом стресу. Кореневою тенденцією дії є активний рух вперед для знищення перешкоди, який супроводжується ворожістю та злістю. Ця сім'я може бути співвіднесена з копінг-стратегією «Асоціальні дії» («СПСС»), «Агресивні дії» («СПСС»), «Імпульсивні дії» («СПСС»).

Отже, копінг-стратегії, що вимірюються за допомогою опитувальників «COPE» та «СПСС» можливо класифікувати навколо вищих адаптивних функцій ієрархічної моделі поведінки подолання. Разом з тим, очевидні два обмеження. По-перше, ці стратегії не вичерпують всіх можливих способів копінгу, які входять до складу певної сім'ї. По-друге, зазначені методики виміру копінг-стратегій не здатні описати сім'ї копінгу «самозаспокоєння» та «соціальна ізоляція». З іншого боку, опитувальники «COPE» та «СПСС» адекватно виявляють узагальнену тенденцію поведінки

подолання та можуть її описати у категоріях ієрархічного патерну поведінки, відповідаючи на питання: яким/якими саме адаптивними процесами керується поведінка подолання людини у відповідь на стрес, а також якими сім'ями копінгу вона представлена.

6. ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ / CONCLUSIONS AND PROSPECTS FOR FURTHER RESEARCH

Розрізненість визначень та інтерпретацій поведінки подолання створюють певну проблему для систематизації виділених різними дослідниками стратегій копінгу. Обґрунтована доцільність застосування ієрархічної моделі поведінки подолання, запропонованої Skinner зі співавторами [16], що охоплює копінгові дії, копінг-стратегії, копінгові сім'ї та адаптивні процеси (перелічені у порядку узагальнення). Копінгові дії (відчуття, думки чи дії людини у ситуації стресу) групуються в копінг-стратегії як засоби нівелювання стресового фактора, і які є відповіддю особистості на сприйняту загрозу. Стратегії, у свою чергу, згруповані у копінгові сім'ї (families). Співвіднесення копінг-стратегій з ієрархічною класифікацією поведінки подолання, прийнятою в цьому дослідженні, може дати узагальнену оцінку поведінці подолання у категоріях ієрархічного патерну поведінки подолання.

Методологічне або загальнонаукове значення. У цій роботі був зроблений аналіз ієрархічної моделі для опису поведінки подолання та запропонований варіант її практичної адаптації. Це дозволяє більш чітку систематизацію конструктів копінгу та, у свою чергу, більш ефективну організацію емпіричних досліджень поведінки подолання, у тому числі крос-культурних. Зроблено спробу окреслення шляхів уніфікації досліджень копінгу з використанням наявних широкоживаних у крос-культурному контексті методик виміру поведінки подолання.

Перспективи подальших досліджень. Представлена ієрархічна модель поведінки подолання для класифікації рівнів копінгу, у тому числі, стратегій копінгу, може бути застосована для інтерпретації результатів виміру поведінки подолання, зокрема студентів ЗВО, у різноманітних контекстах емпіричного дослідження, у тому числі крос-культурних, з метою глибшого розуміння природи копінгу та систематизації означених досліджень.

7. СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ / REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] И. С. Василенко. «Копинг-стратегии в формировании должного поведения студентов, ориентированных на работу в атомной

- отрасли в рамках курса "культура безпеки", *Глобальная ядерная безопасность*, т. 25, № 4, 2017.
- [2] Н. Е. Водопьянова, и Е. С. Старченкова, *Стратегии и модели преодолевающего поведения: практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности*; Г. С. Никифоров, М. А. Дмитриев, и В. М. Снеткова, Ред. Санкт-Петербург, Россия: Речь, 2001, с. 311–322.
- [3] З. Карпенко, «Копінг-ресурс ментальної солідарності як чинник розбудови сучасного українського суспільства», *Вісник Київського національного університету ім. Тараса Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота*, № 6, с. 10–13, 2012.
- [4] А. В. Либина, *Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации*. Москва, Россия: Эксмо, 2008.
- [5] А. Ю. Мухіна, та Я. І. Загороднюк, «Особливості захисних механізмів та копінг-стратегій розумово відсталих підлітків: диференціація понять», *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова: зб. наук. праць*. Київ, Україна: НПУ ім. М. П. Драгоманова, вип. 24, с. 325–329, 2013. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія
- [6] C. S. Carver, and M. F. Scheier, «Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction», *Journal of personality and social psychology*, vol. 66, no. 1, p. 184, 1994.
- [7] C. S. Carver, M. F. Scheier, and J. K. Weintraub, «Assessing coping strategies: a theoretically based approach», *Journal of personality and social psychology*, vol. 56, no. 2, p. 267, 1989.
- [8] S. Folkman and R. S. Lazarus, «Coping as a mediator of emotion», *Journal of personality and social psychology*, vol. 54, no. 3, p. 466, 1988.
- [9] E. Frydenberg, R. Lewis, G. Kennedy, R. Ardila, W. Frindte, and R. Hannoun, «Coping with concerns: An exploratory comparison of Australian, Colombian, German, and Palestinian adolescents», *Journal of youth and adolescence*, vol. 32, no. 1, с. 59–66, 2003.
- [10] S. E. Hobfoll, C. L. Dunahoo, and J. Monnier, Preliminary test manual: Strategic approach to coping (SACS). Kent, OH: *Applied Psychology Center, Kent State University*, vol. 5, 1994.
- [11] M. Holodynski, «The internalization theory of emotions: A cultural historical approach to the development of emotions», *Mind, Culture, and Activity*, vol. 20, no. 1, pp. 4–38, 2013.
- [12] Y. V. Kovalenko, «Adaptation and validation of the Ukrainian dispositional 'COPE' questionnaire», *Bulletin of Alfred Nobel University. Series 'Pedagogy and Psychology'* (in print).

- [13] R. S. Lazarus, Coping theory and research: Past, present, and future. *Fifty years of the research and theory of R.S. Lazarus: An analysis of historical and perennial issues*. Psychology Press, 2013.
- [14] R. S. Lazarus, «Toward better research on stress and coping», *The American psychologist*, vol. 55, no. 6, pp. 66–73, 2000.
- [15] R. S. Lazarus, and S. Folkman, «Transactional theory and research on emotions and coping», *European journal of personality*, vol. 1, no. 3, p. 141–169, 1987.
- [16] E. A. Skinner, K. Edge, J. Altman, and H. Sherwood, «Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping», *Psychological bulletin*, vol. 129, no. 2, p. 216, 2003.
- [17] E. A. Skinner, J. Pitzer, and J. Steele, «Coping as part of motivational resilience in school: A multidimensional measure of families, allocations, and profiles of academic coping», *Educational and psychological measurement*, vol. 73, no. 5, pp. 803–835, 2013.
- [18] E. A. Skinner, and M. J. Zimmer-Gembeck, *The development of coping: Stress, neurophysiology, social relationships, and resilience during childhood and adolescence*. Springer, 2016.
- [19] T. Thomsen, and W. Greve, «Accommodative coping in early adolescence: An investigation of possible developmental components», *Journal of adolescence*, vol. 36, no. 5, pp. 971–981, 2013.

CONCEPTUALIZING AND CATEGORIZING STRUCTURAL ELEMENTS OF STUDENTS' COPING BEHAVIOR

Yuliya Kovalenko,

Corresponding member of

G.S. Kostyuk Institute of Psychology, Kyiv;

Faculty of ALSUN of

Misr International University,

Cairo, Egypt;

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7859-4070>

yuliya.kovalenko@miuegypt.edu.eg

Abstract. The lack of consensus on the conceptualization and measurement of coping central concepts determined the purpose of this study. It encompassed substantiation of the structural categorization of coping. The advantage of conceptualizing coping as the hierarchical model of Skinner, which includes instances, ways (strategies), and families, was shown. Each coping family has a similar root action tendency with a certain range of adaptive functions that, in turn, are the functions of

certain coping strategies This classification renounces the productive / unproductive coping dichotomy and clearly associates coping groups with adaptive processes and functions. It is shown that the definition of different levels of generalization for describing coping behavior allows for a clearer systematization of coping constructs and, in turn, for more effective organization of empirical studies, including cross-cultural ones. An attempt was made to outline directions of unifying coping studies by using inventories that are widely employed in a cross-cultural context. Based on the theoretical study, certain coping inventories were proposed to match the hierarchical coping model of Skinner, allowing a practical application of the latter. Theoretical and empirical analyses of the “SACS” and “COPE” allowed classifying the coping strategies identified around the higher order adaptive processes justified in this work. It was concluded that the “COPE” and “SACS” questionnaires can be used to empirically investigate the hierarchical model of coping behavior, including coping displayed by students.

Keywords: coping; coping behavior; the hierarchical coping model of Skinner; adaptive process; adaptive function; COPE; SACSC; coping pattern.

КОНЦЕПТУАЛИЗАЦИЯ И СИСТЕМАТИЗАЦИЯ СТРУКТУРНЫХ КОМПОНЕНТОВ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Коваленко Юлия Васильевна,
научный корреспондент Института психологии
имени Г. С. Костюка АПН Украины, Киев;
преподаватель кафедры «ALSUN»,
Misr International University,
Каир, АРЕ.
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7859-4070>
yuliya.kovalenko@miuegypt.edu.eg

Аннотация. Отсутствие консенсуса по концептуализации и измерению центральных конструкторов совладающего поведения, а именно, копинг-стратегий, обусловили цель этого исследования. Она заключалась в теоретическом обосновании систематизации структурных категорий копинга. Показано преимущество концептуализации иерархической модели совладающего поведения Skinner, которая охватывает действия (instances), стратегии (ways) и семьи (families). Каждая копинг-семья характеризуется подобной корневой тенденцией к определенному действию и охватывает определенный круг адаптивных функций, которые, в свою очередь,

являются функциями стратегий копинга. Данная классификация отказывается от дихотомии продуктивной / непродуктивной копинг, а также четко связывает группы копинга с адаптивными процессами и функциями. Показано, что выделение различных уровней обобщенности для описания совладающего поведения позволяет более четкую систематизацию конструкторов копинга и, в свою очередь, более эффективную организацию эмпирических исследований совладающего поведения, в том числе кросс-культурных. Сделана попытка определения путей унификации исследований копинга с использованием имеющихся и широко используемых в кросс-культурном контексте методик измерения копинга. Основываясь на теоретическом исследовании, были предложены методики измерения совладающего поведения в соответствии с иерархической моделью, что позволяет практическое применение последней. Теоретический и эмпирический анализ инструментов измерения копинг-стратегий «СПСС» и «COPE», позволил классифицировать указанные копинг-стратегии вокруг адаптивных процессов высшего порядка, обоснованных в этой работе. Сделан вывод, что опросники «COPE» и «СПСС» могут использоваться для эмпирического исследования иерархической модели поведения преодоления, в том числе студенческой молодежи.

Ключевые слова: копинг; овладающее поведение; копинг-поведение; иерархическая модель совладающего поведения Skinner; адаптивный процесс; адаптивная функция; COPE; СПСС; паттерн поведения.

REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] I. S. Vasilenko. «Koping-strategii v formirovanii dolzhnogo povedeniya studentov, orientirovannyh na rabotu v atomnoj otrasli v ramkah kursa "kul'tura bezopasnosti"», Global'naya yadernaya bezopasnost', t. 25, № 4, 2017.
- [2] N. E. Vodop'yanova, i E. S. Starchenkova, Strategii i modeli preodolevayushchego povedeniya: praktikum po psihologii menedzhmenta i professional'noj deyatel'nosti; G. S. Nikiforov, M. A. Dmitriev, i V. M. Snetkova, Red. Sankt-Peterburg, Rossiya: Rech', 2001, c. 311–322.
- [3] Z. Karpenko, «Kopinh-resurs mentalnoi solidarnosti yak chynnyk rozbudovy suchasnoho ukrainskoho suspilstva», Visnyk Kyivskoho

- natsionalnoho universytetu im. Tarasa Shevchenka. Psykholohiia. Pedahohika. Sotsialna robota, № 6, s. 10–13, 2012.
- [4] A. V. Libina, *Sovladayushchij intellekt: chelovek v slozhnoj zhiznenoj situacii*. Moskva, Rossiya: Eksmo, 2008.
- [5] A. Yu. Mukhina, ta Ya. I. Zahorodniuk, «Osoblyvosti zakhysnykh mekhanizmiv ta kopinh-stratehii rozumovo vidstalykh pidlitkiv: dyferentsiatsiia poniat», *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova: zb. nauk. prats. Kyiv, Ukraina: NPU im. M. P. Drahomanova, vyp. 24, s. 325–329, 2013. Seriiia 19: Korektsiina pedahohika ta spetsialna psykholohiia*.
- [6] C. S. Carver, and M. F. Scheier, «Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction», *Journal of personality and social psychology*, vol. 66, no. 1, p. 184, 1994.
- [7] C. S. Carver, M. F. Scheier, and J. K. Weintraub, «Assessing coping strategies: a theoretically based approach», *Journal of personality and social psychology*, vol. 56, no. 2, p. 267, 1989.
- [8] S. Folkman and R. S. Lazarus, «Coping as a mediator of emotion», *Journal of personality and social psychology*, vol. 54, no. 3, p. 466, 1988.
- [9] E. Frydenberg, R. Lewis, G. Kennedy, R. Ardila, W. Frindte, and R. Hannoun, «Coping with concerns: An exploratory comparison of Australian, Colombian, German, and Palestinian adolescents», *Journal of youth and adolescence*, vol. 32, no. 1, c. 59–66, 2003.
- [10] S. E. Hobfoll, C. L. Dunahoo, and J. Monnier, *Preliminary test manual: Strategic approach to coping (SACS)*. Kent, OH: Applied Psychology Center, Kent State University, vol. 5, 1994.
- [11] M. Holodynski, «The internalization theory of emotions: A cultural historical approach to the development of emotions», *Mind, Culture, and Activity*, vol. 20, no. 1, pp. 4–38, 2013.
- [12] Y. V. Kovalenko, «Adaptation and validation of the Ukrainian dispositional 'COPE' questionnaire», *Bulletin of Alfred Nobel University. Series 'Pedagogy and Psychology' (in print)*.
- [13] R. S. Lazarus, *Coping theory and research: Past, present, and future. Fifty years of the research and theory of R.S. Lazarus: An analysis of historical and perennial issues*. Psychology Press, 2013.
- [14] R. S. Lazarus, «Toward better research on stress and coping», *The American psychologist*, vol. 55, no. 6, pp. 66–73, 2000.
- [15] R. S. Lazarus, and S. Folkman, «Transactional theory and research on emotions and coping», *European journal of personality*, vol. 1, no. 3, p. 141–169, 1987.

- [16] E. A. Skinner, K. Edge, J. Altman, and H. Sherwood, «Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping», *Psychological bulletin*, vol. 129, no. 2, p. 216, 2003.
- [17] E. A. Skinner, J. Pitzer, and J. Steele, «Coping as part of motivational resilience in school: A multidimensional measure of families, allocations, and profiles of academic coping», *Educational and psychological measurement*, vol. 73, no. 5, pp. 803–835, 2013.
- [18] E. A. Skinner, and M. J. Zimmer-Gembeck, *The development of coping: Stress, neurophysiology, social relationships, and resilience during childhood and adolescence*. Springer, 2016.
- [19] T. Thomsen, and W. Greve, «Accommodative coping in early adolescence: An investigation of possible developmental components», *Journal of adolescence*, vol. 36, no. 5, pp. 971–981, 2013.