

Міністерство освіти і науки України
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича
Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи
Кафедра практичної психології

Особливості прояву копінг-поведінки у акцентуантів пубертатного періоду

Дипломна робота
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)

Виконала:
студентка VI курсу, групи 622 спеціальності:
053 «Психологія»
Спеціалізація: «Практична психологія»
Гуч Юлія
Керівник:
кандидат психологічних наук
доцент кафедри практичної психології
Сімак Алла Анатоліївна

До захисту допущено:

Протокол засідання кафедри № ____
Від « ____ » _____ 2020р.

Зав кафедри _____ доц. Радчук В.М.

Чернівці 2021

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНО-ПРЕСУПОЗИЦІЙНИЙ РАКУРС	
ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ У	
АКЦЕНТУАНТІВ ПУБЕРТАТНОГО ПЕРІОДУ.....	8
1.1. Експлікація дисгармонійного модусу характерологічної структури	
особистості.....	8
1.1.1. Аналітичний огляд феномену акцентуації характеру особистості	8
1.1.2. Репрезентативні форми характерологічних патернів у акцентуєваних	
осіб пубертату.....	
1.2. Конститування структури та функцій копіngu в системі	
поведінкового репертуару особистості .. Ошибка! Закладка не определена.	
1.2.1. Теоретичний екскурс концептуальних дискурсів до вивчення	
феномену копіngu	Ошибка! Закладка не определена.
1.2.2. Класифікація копінг-поведінки	19
1.2.3. Особливості ресурсної системи особистості як субфеномени копіngu	
.....	24
Висновки до першого розділу	27
РОЗДІЛ II. ПОРІВНЯЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ	
ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ У АКЦЕНТУАНТІВ	
ПУБЕРТАТНОГО ПЕРІОДУ	31
2.1. Організаційно-методичні засади емпіричного дослідження.....	31
2.2. Результати психолого-педагогічного моніторингу.....	33
особливостей прояву копінг-поведінки у акцентуантів пубертатного	
періоду	33
2.2.1. Ідентифікація психотипів акцентуацій у характерологічній структурі	
особистості.....	33
2.2.2. Дані показників ступеню вираженості домінуючої копінг-поведінки у	
акцентуантів пубертату.....	40

2.2.3. Преференція домінуючих стилів копінг-поведінки у акцентуантів пубертату в різних сферах прояву	44
Висновки до другого розділу	59
ВИСНОВКИ	611
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	633
ДОДАТКИ.....	70

ВСТУП

Актуальність і доцільність дослідження. На протязі життя кожна людина конфронтує з ситуаціями внутрішньої напруги та дискомфорту, які суб'єктивно оцінюються нею як складні або такі, що перевищують її психофізичні можливості, порушуючи звичний лад життя, змінюючи сприйняття оточуючого світу та самоствавлення. Потрапляючи в складні життєві ситуації, суб'єкт реагує на її особливості двома способами: свідомо моделюючи поведінку подолання (копінг) або послуговується механізмами психологічного захисту, що спрацьовують автоматично. Ефективність поведінки подолання складних життєвих ситуацій (копінг) обумовлена великою кількістю взаємопов'язаних змінних: контекстом аверсивної ситуації та її оцінкою, індивідуально-типологічними властивостями, наявністю копінг-стратегій, якістю ресурсів подолання, темпоральною перспективою тощо. Предикторами ефективної копінг-поведінки можуть виступати різні складові процесу саморегуляції, що зумовлюють досягнення необхідного результату: ціннісні орієнтації особистості, впевненість у власних здібностях, наполегливість та інтенсивність зусиль та ін.

Проблематика копінг-поведінки особистості в аверсивних ситуаціях помножується перехідними віковими періодами, особливо підлітковим, у процесі проходження якого не тільки формуються типові для цього віку психологічні новоутворення, а й загострюються певні риси характеру, ускладнюючи і без того непросту картину соціалізації підлітка. Саме індивідуальні диспозиції (особистісні властивості) є основними ціннісно-цільовими детермінантами копінг-поведінки, що зумовлюють вибір відповідного значущій меті і ситуації реалізації конгруентного копінгу.

Водночас деякі дослідники копінг-поведінки поквапилися заявити, що особистісні змінні є слабкими предикторами копінгу. Ситуаціонізм став серйозним викликом теоріям особистісних властивостей і утвердив уявлення про те, що зовнішні середовищні фактори – це головні детермінанти копінг-

поведінки. Це серйозно загальмувало вивчення особистісної царини копінгу, що поставило на порядок денний питання пошуку нових теоретико-методологічних засад дослідження копінг-поведінки з урахуванням множинної детермінації цього феномену.

Стан наукової розробки теми. В контексті зазначеної проблематики тривають міждисциплінарні дискурси копінгу на стику психології особистості, розвитку, медичної, соціальної, вікової та педагогічної психології, які зорієнтовані на вивчення: небезпечних для життя ситуацій або травмуючих життєвих подій (D. Bostock, V. Dahl, N. Endler, N. Henderson, G. Hunter, E. Greenberg, McGubbin, R. Kleinta ін.), копінг-реакцій на екстремальні ситуації, подолання труднощів повсякденного життя (R. Lazarus, S. Folkman, E. Frydenberg, R. Lewin та ін.), копінг-поведінки в рамках захисних механізмів (N. Haan, G. Nusko, A. Ленглетта ін.), захисних механізмів як підструктур копінг-поведінки (Т. Гушчина, О. Соколовата ін.), копінгу в контексті когнітивної теорії стресу (А. Амбрумова, Л. Анциферова, Л. Дементій, Н. Осухова, У. Томаста ін.) тощо. Окрім цього, низка наукових праць присвячена вивченню індивідуально-типологічних властивостей особистості, що визначають акцентуйовані психотипи (М. Александров, В. Бехтерєв, А. Відренко, Г. Воронков, П. Ганнушкін, В. Гіляровській, М. Гуревич, І. Давидов, І. Завілянський, О. Кербіков, К. Леонгард, А. Лічко, В. Оржехівська, С. Подмазин, О. Сибіль, І. Случевській, Г. Сухарева, Г. Ушаков, М. Фрамерта ін.).

Отже, аналіз проблем, що існують у сфері копінг-поведінки серед акцентуйованих підлітків приводить до висновку про її актуальність та недостатньої розробленості, що і зумовило вибір теми нашого дослідження: “Особливості прояву копінг-поведінки у акцентуантів пубертатного періоду”.

Об’єкт дослідження – психологічний феномен копінг-поведінки.

Предмет дослідження – особливості прояву копінг-поведінки у акцентуйованих підлітків.

Мета дослідження полягає в теоретичній пресупозиції й експериментально-діагностичній ідентифікації особливостей прояву

індивідуального стилю копінг-поведінки серед акцентуйованих осіб пубертату.

Основною гіпотезою дослідження стало припущення про те, що особистість, функціонуючи у певному типі акцентуації, індукує певне ставлення до критичних ситуацій; симультанна детермінація типів акцентуацій, копінг-поведінки і аверсивних ситуацій тригерує процес пошуку в ресурсній системі особистості відповідного цим чинникам потенціалу.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретико-пресупозиційні підходи до проблеми особливостей прояву копінг-поведінки у акцентуантів пубертату.
2. Здійснити експериментально-діагностичне дослідження структури та функцій копінг-поведінки у акцентуантів пубертатного періоду.
3. Визначити ключові детермінанти, психологічні механізми та особливості вибору копінг-поведінки у акцентуантами пубертатного періоду

У процесі дослідження застосовано такі **методи**:

- *теоретичні*: аналіз, синтез та узагальнення теоретико-пресупозиційних засад досліджуваної проблеми, представлених у науковій літературі;
- *психодіагностичні*: “Модифікований патохарактерологічний діагностичний опитувальник” (МПДО) С. Подмазіна, О. Сибіль для ідентифікації типів акцентуацій характеру у підлітків; “Методика визначення копінг-поведінки в стресових ситуаціях” С. Нормана, Д. Ендлера, Д. Джеймса, М. Паркера (адаптована Т. Крюковою), “Методика визначення індивідуальних копінг-стратегій” Е. Хайма;
- *статистичні*: знаходження середніх величин, процентних співвідношень, дисперсії, стандартного відхилення та t-критерій Ст’юдента для незалежних виборок.

Таке методичне забезпечення дозволило отримати емпіричні показники особливостей прояву копінг-поведінки у акцентуйованих осіб пубертатного періоду.

База дослідження. Експериментально-діагностичне дослідження проводилося на базі Чернівецької гімназії № 7. Сукупна вибірка становила 80 осіб, з них 9 – не ідентифіковані як акцентуанти, 38 – акцентуйовані підлітки шостих та сьомих класів, 33 – дев’ятих та десятих класів.

Структура та обсяг курсової роботи. Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (59 найменувань), таблиць та додатків. Загальний обсяг роботи викладено на 74 сторінках, з яких – 69 основний зміст.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНО-ПРЕСУПОЗИЦІЙНИЙ РАКУРС ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ У АКЦЕНТУАНТІВ ПУБЕРТАТНОГО ПЕРІОДУ

1.1. Експлікація дисгармонійного модусу характерологічної структури особистості

1.1.1. Аналітичний огляд феномену акцентуації характеру особистості

У психології поряд із поняттям риси та властивості характеру, вживається і таке поняття, як акцентуації характеру. Дослідження акцентуацій характеру та спроби побудувати їх типологію розпочалися в психіатрії внаслідок того, що акцентуації межують із психопатіями, і неодноразово здійснювалися протягом усієї історії розвитку психології.

Поняття "акцентуація" було запропоновано німецьким психіатром і психологом К. Леонгардом, ним же була розроблена теорія акцентуацій особистості та описана перша відома класифікація типів акцентуацій. Вчений наголошував на необхідності диференціювати риси акцентуовані та індивідуальні, щоб визначити, які якості формують акцентуовану особистість, а які визначають варіації індивідуальності людини. К. Леонгард дійшов висновку, що акцентуовані риси не такі численні, як різноманітні індивідуальні, а акцентуації – це, по суті, ті самі індивідуальні якості, що мають тенденцію до переходу в патологічний стан [114, с.13-15, 17].

Багато вчених при визначенні поняття "акцентуації характеру" схиляються до думки про акцентуацію як динамічний стереотип реагування та поведінки, що представляє дисгармонійність розвитку характеру, визначаючи психічний склад особистості та зумовлюючи специфіку адаптації до навколишнього середовища. При цьому важливо відмітити, що труднощі адаптації особистості в деяких специфічних ситуаціях для кожної акцентуації свої і можуть поєднуватися з достатньою і навіть підвищеною здатністю до соціальної адаптації в інших ситуаціях, які об'єктивно можуть бути складнішими [47, с.24;. 55, с.13]. Концепція акцентуацій особистості була використана А. Лічко при вивченні характерологічних особливостей та

відхилень у поведінкових патернах підлітків. Акцентуацією вчений називає «місце найменшого супротиву» (МНС), а вона сама кваліфікується як крайній варіант норми, при якому окремі риси характеру надмірно посилені, внаслідок чого виявляється вибіркова піддатливість певним психогенним впливам при достатній або навіть підвищеній стійкості до інших. Окрім цього, вчений підкреслює, що при кожному типі акцентуації є властиві тільки їй місця найменшого супротиву, які відмінні від МНС у інших типів акцентуацій [120, с. 89-92].

Типи акцентуацій досить схожі і частково співпадають з типами психопатій, тому на початку дослідження психопатій виникла проблема їх розмежування. Класики психіатрії наповнювали різним змістом поняття акцентуацій. П. Ганнушкін подібні випадки кваліфікував як латентну психопатію, В. Бехтерев указував на «перехідні стани між психопатією та нормальним станом», М. Фрамер та О. Кербіков говорили про «передпсихопатію», Г. Ушаков – про крайні варіанти нормального характеру. П. Ганнушкін підкреслював, що акцентуації межують із психопатіями, а відхилення акцентуацій від середньої норми породжують для їх носіїв проблеми та труднощі, хоча й не такі глобальні, як при психопатіях, але при більшій вираженості здатних накладати відбиток на особистість та набувати патологічного характеру, руйнуючи структуру особистості [53, с. 21; 119, с. 34; 219, с. 90]. Залежно від ступеня вираженості А. Лічко та М. Александров виділили два рівні акцентуацій характеру: 1) явна акцентуація – відноситься до крайніх варіантів норми і характеризується наявністю сталих рис певного типу; 2) прихована акцентуація – стосується варіантів норми, що у звичайних умовах виражені недостатньо або не проявляються зовсім, однак під впливом певних складних житєвих ситуацій або психічних травм, які транслують підвищені вимоги до місця найменшого супротиву, риси цього психотипу можуть несподівано проявитися [119, с. 190].

Діагностичні критерії відмінностей між акцентуаціями та психопатіями, визначені П. Ганнушкіним та О. Кербіковим, проявляються в тріаді ознак:

стабільності характеру в часі протягом життя, тотальності прояву в усіх ситуаціях та соціальній дезадаптації (як наслідок тяжкості аномалії характеру), але при акцентуаціях характеру ніколи не буває відповідності за всіма цими ознаками одночасно [12, с. 289; 57, с. 141]. До даних критеріїв А. Лічко додає ще один, на думку вченого, важливий: при психопатіях декомпенсації, гострі афективні та психопатичні реакції, явища соціальної дезадаптації виникають від будь-якої незначної травматизації, в найрізноманітніших життєвих ситуаціях, без будь-яких приводів, а при акцентуаціях порушення виникають тільки при певних психічних травмах, в деяких складних життєвих ситуаціях і тільки тоді, коли вони стосуються «місць найменшого супротиву» даного акцентуованого психотипу, інші труднощі та потрясіння, які не зачіпають МНС, не призводять до порушень і переносяться акцентуантом досить стійко [34, с. 89].

Акцентуації та відхилення в характері як нетривалі стани психіки зазвичай розвиваються та загострюються в період інтенсивного становлення особистості – в підлітковому та ранньому юнацькому віці, не будучи ще згладженими та затушованими життєвим досвідом, і проявляються настільки яскраво, що іноді нагадують патологічні аномалії характеру (психопатії), хоча з подорослішанням здатні згладжуватися [33, с. 515- 516].

Таким чином, специфічне поєднання рис характеру вказує на переважаючий характерологічний радикал або психотип (істеричний, шизоїдний, епілептоїдний, психастенічний тощо), що може визначати певні відхилення в поведінці, відповідно, різні комбінації надмірно посиленних рис зумовлюють різні типи акцентуацій характеру. Акцентуації характеру певного типу відрізняються від психопатій такого самого типу своєю вибірковістю, нестабільністю і слабшою вираженістю, завдяки чому соціальна адаптація не порушується на такий тривалий період, як при психопатіях; негативні поведінкові патерни в акцентуанта зазвичай виникають у відповідь на певний зовнішній фактор, й акцентуант, при наявності самопізнання і самовиховання, все ж таки здатен зберігати самоконтроль за власною поведінкою.

1.1.2. Репрезентативні форми характерологічних патернів у акцентуйованих осіб пубертату

Основні варіанти акцентуйованих особистостей доволі чітко представлені в наукових працях П. Ганнушкіна, М. Гуревича, В. Гіляровського, І. Случевського, Г. Сухаревої, О. Кербікова, А. Лічко. Однак, незважаючи на численні дослідження в галузі акцентуацій характеру, вчені досі не дійшли згоди в питанні про кількість можливих акцентуацій. Хоча дослідники пропонують різні класифікації типів, по суті, вони подібні, а число акцентуацій коливається від 10 до 12, не враховуючи підтипи, латентні та змішані психотипи. Оскільки назви типів акцентуацій пов'язані з клінічною психіатричною класифікацією психопатій, саме тому в змістовому плані мова йде про крайні варіанти норми, про психотипи людей, характер яких перебуває між стандартним типом та психопатіями.

Щодо термінологічних нюансів, слід внести деякі уточнення, оскільки у працях К. Леонгарда використовується словосполучення і «акцентуйована особистість», і «акцентуйовані риси характеру», причому його класифікація фактично стосується акцентуйованих особистостей, хоча правильніше було б говорити про акцентуації характеру, тому що в дійсності мова йде саме про характерологічні особливості та їх типологію. Якщо звернутися конкретно до опису різних акцентуацій (за типологією К. Леонгарда, А. Лічко чи інших учених), можна побачити, що суттєва їх частина характеризує саме особистість у різних її аспектах. Очевидно, допустимо використовувати як рівнозначні обидва терміни – «акцентуйована особистість» та «акцентуації характеру».

Окрім цього, К. Леонгард до акцентуйованих особистостей додає носіїв шести типів темпераменту (гіпертимний, дистимний, циклотимний, екзальтований, тривожний та емотивний) і чотири типи акцентуйованих характерів (демонстративний, педантичний, застрягаючий, збудливий) [14, с. 116-135]. В. Простомолотов, узагальнюючи типології К. Шнейдера та Е.

Крепеліна, створює власну типологію акцентуацій, в якій виділяє: афективний, шизоїдний, епілептоїдний, істеричний, психастенічний та паранояльний типи [59, с.26]. Виділення паранояльного типу в якості самостійного в багатьох аспектах умовне, адже паранояльні реакції, за П. Ганнушкіним, спостерігаються при різних особистісних аномаліях (епілептоїдних, шизоїдних, істеричних та психастенічних). Основною характеристикою цього психотипу є виражена схильність до надцінних ідей з відповідними поведінковими патернами на фоні неадекватно заниженої або завищеної самооцінки з тенденцією до викривленої інтерпретації дійсності [71, с. 22]. П. Ганнушкін вказував на суттєвий зв'язок між параноїками та шизоїдами, однак зауважував, що готовність до виникнення "маячні" може проявлятися на ґрунті інших аномалій характеру [53, с.56-60].

Н. Фелінська і Ю. Чібісов також диференціюють афективних та збудливих: до кола афективних вчені відносять гіпертимний, гіпотимний і циклотимний типи, а до збудливих: 1) збудливий з експлозивністю – характеризується різкою збудливістю зі схильністю до руйнівних дій та самопошкоджень на фоні афективно звуженої свідомості; 2) збудливий з в'язкістю (епілептоїдний) – збудливість за дисфоричним типом із застряганням афекту на фоні педантичності, в'язкості, емоційної ригідності та жорстокості; 3) збудливий з істеричними ознаками демонстративності [223, с. 19-35]. В. Простомолотов у групу афективних включає гіпертимів, дистиміків та циклоїдних особистостей [159, с. 18,140].

Як бачимо, дослідники презентують типології акцентуацій, побудованих на різних критеріях. Оскільки в підлітковому віці особливо складно визначити, чи є певна поведінка проявом психічного захворювання чи крайнім варіантом нормального розвитку, які можуть тільки з часом або розвинутиися в психічне захворювання або повністю компенсуватися. Окрім цього, вчені розглядають порушення поведінки та психічні розлади як нездатність дитини створювати ефективні механізми подолання труднощів, які, як правило, характеризуються відходом від вирішення проблем в пасивну, дисфункціональну,

псевдоадаптивну або дезадаптивну поведінку. Однією із форм дисфункціональної поведінки є адиктивна реалізація, яка стає розповсюдженим способом утечі від розв'язання життєвих проблем і полягає в досягненні ілюзорного благополуччя через механізм редукції емоційного дистресу, хоча, як підкреслювали А. Лічко та В. Бітенський, далеко не всі акцентуанти схильні до адиктивної реалізації як дезадаптивної форми подолання труднощів. А реалізація дисфункціональної поведінки на фоні стресогенного впливу стає найбільш імовірною у зв'язку з недостатньо розвинутими системами психологічного захисту та зрілістю копінг-механізмів [18, с. 112-132].

Так, ще А.Лічко та К. Леонгард відзначали вплив несприятливих дисфункціональних батьківських ставлень, які, на нашу думку, перфорують тенденцію “Его” дитини, яке ще не закінчило формуватися, спричинюючи еманацию, на формування акцентуацій. Вченими було встановлено, що гіпопротекція (бездоглядність, дефіцит опіки, контролю та істинного інтересу батьків до дитини) сприяє формуванню гіпертимного та нестійкого психотипів; домінуюча гіперпротекція (надмірна опіка, постійний контроль з боку батьків) – психастеничного, сенситивного та астено-невротичного типів; виховання по типу «потураючої гіперпротекції» (некритичне задоволення всіх потреб дитини, прагнення звільнити її від труднощів, прояви конкурентної боротьби за дитину, або прагнення батьків-вдівців чи матерів-одиначок за рахунок власних дітей компенсувати втрату іншого батька) сприяє формуванню істероїдної та сенситивної акцентуацій; емоційне відторгнення сприяє формуванню лабільної, сенситивної та астено-невротичної акцентуацій [33, с. 152].

Підсумовуючи, слід зазначити, що сформований акцентуований психотип використовує притаманний тільки йому спосіб наповнення еманованого “Его”, який покликаний заповнити цю недостатність до цілісного “Его” і компенсувати власну дефіцитарність підлітка, хоча це і дає тільки ілюзорне сприйняття адекватного функціонування. Отже, заповнює власне емановане “Я” істероїд брехливістю, хвалькуватістю, втечею в хворобу в

найбільш відповідальні періоди – деконструктивне привертання уваги; гіпертим – легковажністю, ігноруванням обов’язків, жадобою до діяльності, спілкування, розваг, ініціативністю, оптимістичністю, реалізацією аморальних вчинків; циклоїд – песимістичністю, зниженою контактністю, дратівливістю, грубістю тощо (у дистимічні періоди) та активністю, працездатністю, доброзичливістю, оптимістичністю тощо (у періоди підйому); астено-невротик – дратівливістю, іпохондричністю, втомлюваністю; епілептоїд – жорстокістю, мстивістю, неадекватними спалахами гніву; емотивний – слізливістю, крайньою чутливістю, маніпулятивністю, беззахисністю; тривожно-педантичний – самовпевненістю, безапеляційністю в судженнях, утрированою рішучістю на фоні obsesій (нав’язливих страхів, дій, думок); сенситивний – надзвичайною вразливістю, вираженням почуттям власної неповноцінності, альтруїстичністю; інтровертований – замкнутістю, зниженою потребою у спілкуванні, одночасно впертістю та піддатливістю, апатичною бездіяльністю та напористою наполегливістю, раціональністю суджень та нелогічністю вчинків; нестійкий – патологічною безвольністю, підвищеною конформністю, схильністю йти шляхом найменшого супротиву.

Тому перспективний напрямок психолого-педагогічних досліджень становлять копінгові маркери поведінки підлітків-акцентуантів, що враховують специфічність їх особистісних властивостей, оскільки характерологічний радикал може визначати не тільки певні відхилення в когнітивних дескрипторах, емоційних констеляціях та поведінкових патернах акцентуйованих підлітків, а й можливі продуктивні, притаманні тільки йому стратегії подолання труднощів.

1.2. Конститування структури та функцій копіngu в системі поведінкового репертуару особистості

1.2.1. Теоретичний екскурс концептуальних дискурсів до вивчення феномену копіngu

Копінг-поведінка відносно недавно почала вивчатися психологією, необхідність звернення до цього феномена продиктована специфікою поведінки людини в критичній ситуації. Досліджуючи проблему складних життєвих ситуацій, Л. Анциферова привертає увагу до теми подолання, що почала вивчатися тільки з другої половини XX століття, і відмічає зростаюче теоретичне та прикладне значення розв'язання цієї проблеми, підкреслюючи, що конструктивні, неконструктивні та самопороджувальні стратегії в драматичних життєвих умовах свідчать про наявність особистісних характеристик, які або сприяють, або перешкоджають індивіду долати ситуації, що загрожують людським цінностям [17, с. 4]. Вивчення поведінки, яка спрямована на подолання труднощів, у зарубіжній психології відбувається в рамках досліджень, присвячених аналізу копінг-механізмів. Так, термін «coping» (від. англ., *cope*) означає подолання. Відомо, що вихідний статус проблеми копінг-поведінки був значно скромнішим, а практика дослідження більш ніж локальна: дефініційний формат копіngu вперше використав Л. Мерфі у 1962 році (хоча сам термін був уведений А. Маслоу в 1987 році) в дослідженнях способів опанування дітьми вимог, які висуваються кризами розвитку, до яких відносилися активні зусилля особистості, спрямовані на оволодіння складною ситуацією чи проблемою [30, с. 27; 54, с. 295].

На початку 60-х років XX ст. виокремлення копінг-механізмів було тісно пов'язане з дослідженнями психологічного стресу, хоча змістове наповнення копінг-поведінки залишається тим же, але розширюється кількість його структурних складників. Так, копінг-поведінка об'єднує поведінкові, емоційні та когнітивні зусилля, які застосовує індивід в певних обставинах для ослаблення стресового впливу, подолання проблем повсякденного життя та взаємодії з середовищем (Е. Фрайденберг, Р. Левіс) [16, с. 359; 45, с. 727-745].

Саме з цього часу в дослідженнях копінг-поведінки починає домінувати його когнітивна інтерпретація, коли в центр уваги вчених потрапляють не тільки безпосередні поведінкові патерни людини, а й елементи когнітивної сфери, які відповідають за вибір та реалізацію копінг-поведінки; сюди включається і суб'єктивне значення ситуації, і уявлення про власні можливості тощо. Так, копінг-поведінкою у психології починають називати методи компромісної взаємодії зі стресом, будь-якої інтеракції суб'єкта з проблемною ситуацією (спроби оволодіти або пом'якшити, адаптуватися або ухилитися від її вимог), які дозволяють людині ефективно виконувати свої функції, а кінцевою метою і одночасно критерієм ефективності копінгу вважається редукція стресогенного впливу ситуації, її подолання та вихід на нормальний рівень функціонування [12, с. 68-70; 14, с. 20-30; 47, с. 384; 26, с. 53-60].

На сьогодні широке розповсюдження отримала запропонована Р. Лазарусом та С. Фолкманом концепція транзактної інтегративної копінг-моделі. Вчені визначають копінг-поведінку як результат перманентної та реципрокної інтеракції між індивідом та оточуючим світом, що зумовлюється впливом емоційного стресу (як з'єднувального сегменту) на активуючі копінг-механізми в ситуаціях психологічної загрози фізичному, особистісному та соціальному благополуччю, що виникають при зіткненні індивіда з небезпекою або вимогами (які оцінюються як надзвичайні або такі, що перевищують ресурси людини), які він нездатен подолати за допомогою раніше засвоєних та звичних форм поведінки. Це спонукає індивіда до нових спроб у вигляді конструктивних здогадок або подальшого розвитку тих здібностей, які вже є, чи активації латентних, раніше невідомих можливостей особистості. Так формується досвід поведінкових відповідей та ресурсів особистості, які можуть бути адаптивними чи дезадаптивними, функціональними чи дисфункціональними [11, с. 121-126; 12 с. 18; 243, с. 231-237].

Аналізуючи різні трактування копінг-поведінки, потрібно визначити три основні підходи. Перший характерний для психоаналітичної школи, яка розглядає копінг-поведінку як его-процеси, що спрямовані на продуктивну

адаптацію особистості в складних ситуаціях. Прибічники цього підходу схильні ототожнювати копінг з його результатом. У разі нездатності особистості до адекватного подолання проблеми активуються захисні механізми (ригідні, дезадаптивні способи подолання), що перешкоджають адекватній орієнтації індивіда сприяючи пасивній адаптації [59, с. 52-53; 14, с. 20-30].

Враховуючи той факт, що захисний модус в сучасних концепціях є невід'ємною частиною стилів реагування в структурі копінг-поведінки, питання диференціації захисту та копіngu прийнялов наукових колах полемічний характер. Низка вчених не погоджується з такою постановкою питання, ототожнюючи копінг-поведінку із механізмами психологічного захисту. Так, G.Nusko наполягає на тому, що базові копінг-ресурси особистості, визначені Р. Лазарусом як інтрапсихічні форми копіngu (здатність до супротиву, емоційна стабільність, атрибутивні тенденції тощо), є нічим іншим, як захисними процесами [96, с. 371-372].

Проте багато вчених протиставляє захист (як патерн, орієнтований на переживання) та копінг (орієнтований на поведінку). Низка вчених (Л. Вассерман, Ф. Василюк, Р. Грановська, Р. Лазарус, І. Нікольська, Р. Плутчік, В. Ташликов, Н. Хаан) наголошує на свідомій, гнучкій, активній інтенції копіngu щодо зміни ситуації з врахуванням її цілісності, кваліфікуючи його як адекватні реальності адаптивні дії довільного вибору, метою яких є досягнення реалістичного пристосування суб'єкта до дійсності з можливістю задовольняти потреби, а механізми захисту ними кваліфікуються як неусвідомлювані, ригідні, пасивні варіанти пом'якшення, нейтралізації, попередження психічного дискомфорту, що діють нереалістично, без врахування цілісності ситуації та довготривалої перспективи, викривляючи сприймання соціальної реальності, метою яких є досягнення максимально можливого в умовах емоційного неблагополуччя [49, с. 53-58; 54, с. 371-372; 45, с. 49, 51, 58; 25, с. 90-91].

Другий підхід розглядає копінг з позиції психології особистості як якість індивідуальності, що залежить від характерологічних особливостей та здібностей людини і реалізується у відносно стійких способах подолання, які

притаманні кожній людині [38, с.52]. Зарубіжними вченими (П. Коста, Р. Маккрає, М. Сомерфелд, П. Хьюїтт, Г. Флетт) було встановлено, що такі особистісні риси, як оптимізм, відкритість новому досвіду, нейротизм, ворожість тощо впливають на способи подолання стресових ситуацій [48, с. 381-409].

Російські вчені (Н. Белорукова, М. Голубєва, Т. Гущина, М. Замишляєва, О. Куфтяк, О. Подобіна, М. Сапоровська, С. Хазова) визначають копінг як співвідношення індивідуально-психологічних особливостей, особистісних стильових якостей, що є суб'єктивними та задають людині вибір активного подолання в складній життєвій ситуації [12, с. 60-69; 18, с. 5-15; 18, с.34-35]. У третьому підході копінг досліджується в рамках когнітивної теорії стресу як динамічний процес, що визначається суб'єктивністю переживань ситуації і залежить від суб'єктивної оцінки кожної конкретної ситуації, а також від стадії та ступеня складності певної проблеми. Тут копінг визначається в двох формах: активній та пасивній [14, с. 20-30].

Підсумовуючи все вищесказане, уточнимо сферу вжитку поняття “coping”, оскільки вчені використовують різні терміни на позначення одного і того ж феномену: “копінг”, “подолання”, “копінг-поведінка” і т.д., що може призвести до втрати чіткості розуміння самого феномену. Ми тримаємося того тлумачення копінг-поведінки, яка кваліфікується як динамічний процес інтрапсихічних, соціальних та діяльнісно-орієнтованих стратегій-подолання, що використовуються суб'єктом при інтеракції з аверсивними умовами життєдіяльності з метою редукції їх впливу або подолання. Вважаємо етимологічно коректним використовувати поняття “копінг-поведінка” по відношенню до експлікації цього феномену, оскільки фокус дефініції “копінг-поведінка” (“копінг”, “подолання”) зосереджений не тільки на біхевіоральному підході, а й на поведінковому, який у психології розуміється набагато ширше, і включає внутрішні (психічні) дії, когніції, думки, рішення, емоції та почуття, вибір певної життєвої ролі або позиції, автором яких виступає суб'єкт і за які він несе відповідальність. Отже, копінг-

поведінка реалізується в трьох сферах функціонування – когнітивній, емоційній та біхевіоральній [12, с. 68-70; 14, с. 20-30; 19, с. 384; 26, с. 53-60].

1.2.2. Класифікація копінг-поведінки

Оскільки інтерес до копінг-поведінки виник у психології відносно недавно, із-за складності самого феномену науковці ще не прийшли до однієї єдиної класифікації копінг-стратегій. Існує досить велика кількість розрізнених класифікацій, і для того щоб хоч якимось чином систематизувати різні підходи до копінг-стратегій, вчені виділяють чотири основні критерії, за якими будуються ці класифікації.

Перший блок критеріїв – “активний – пасивний”. Р. Лазарус та С. Фолкман, які вперше визначили поняття копінгу в психології, запропонували і першу дихотомічну класифікацію цього феномену за критерієм активності/пасивності [29, с. 282-325]. Інші дослідники (В. Вілюнас, Є. Віттенберг, Г. Мюррей, Н. Осухова) так само диференціюють копінг, зокрема в його активному варіанті, як подолання (стратегії перетворення, трансформації складних життєвих ситуацій за допомогою матеріальних або символічних дій у просторі зовнішнього світу у відповідності із власними життєвими потребами) і в пасивному варіанті, як пристосування (стратегії, що спрямовані на зміну людиною власних характеристик і/або свого ставлення до ситуації) [6, с. 359; 149, с. 49-50; 45, с. 727-745]. Як підкреслює Н. Осухова, пристосування може бути і основною, і допоміжною копінг-стратегією, окрім цього, активний копінг має свої обмеження і ефективний тільки у тих ситуаціях, які можливо подолати в процесі предметно-практичної діяльності [49, с. 49-50].

Погоджуючись із попереднім автором, відзначаємо низку життєвих ситуацій (смерть значущої людини, невиліковна хвороба тощо), які неможливо подолати активними копінг-стратегіями, навіть найбільш досконалою предметно-практичною та пізнавальною діяльністю, і тільки пасивний варіант копінг-стратегій у цих ситуаціях може бути ефективним. У зв'язку з цим доречно включити у спектр пасивного копінгу феномен переживання,

трактований Ф. Василюком як можливість подолати важку подію, пережити, витерпіти страждання, стабілізувавши функціональний гомеостаз. Концепт «переживання» набагато глибше розкриває внутрішній формат пристосування як реалізацію в активному процесі переживання-діяльності «переструктурування світу в собі», що реально трансформує ставлення до ситуації [49, с. 12, 16].

Відтак ми не погоджуємося із двома аспектами в репрезентації пасивного копіngu: із змістовим наповненням (вченими не врахована лінія активної трансформації психіки у внутрішньому плані стосовно незворотних ситуацій); і з дисонансом його визначення (дефініції) та його інтенції. З огляду на це виникає питання: чому цей копінг за своїм змістом відноситься до пасивних? На нашу думку, слід внести уточнення в термінологічні нюанси, характеризуючи «пристосування» крізь призму контексту певної ситуації, коли постає перспектива неможливості жити так, як це було до критичної ситуації, і перетворення у зовнішньому світі втратили свою ефективність. Такий копінг ми трактуємо не як пасивний варіант оволодіння ситуацією, а як активність, що відбувається у внутрішньому плані, активуючи інший режим панування незворотної ситуації. Тому саме «пасивні копінг-стратегії» стають не просто провідними, а найбільш продуктивними копінг-стратегіями.

Отже, враховуючи генезу копінг-стратегій, релевантних ситуаційному контексту, та плану психічних дій, на якому вони реалізуються, ми пропонуємо розрізняти чотири види копінг-стратегій, що типізуються за критерієм «активність-пасивність». Але спершу розглянемо саме поняття «стратегії», оскільки дослідники копінг-поведінки зазвичай ототожнюють поняття “копінг-стратегія”, “копінг-процес”, “копінг-тактика”, отже стратегія (від грец. *στρατηγία* – мистецтво полководця, веду військо) – спосіб досягнення мети, образ дій, загальний недеталізований план певної діяльності, що охоплює деякий період часу, і дозволяє спрямувати енергію, наявний потенціал по оптимальному шляху. В широкому розумінні стратегія кваліфікується як комплекс

інтелектуальних зусиль та рішень, які допомагають оптимізувати перехід з теперішнього в бажане майбутнє, обрати оптимальний вектор з багатьох можливих рішень та дій. У вузькому розумінні стратегія – це певна задумка, план, що допомагає досягти поставлених цілей. У психології копінг-поведінки розрізняють когнітивні, емоційні та поведінкові стратегії подолання аверсивних ситуацій. Складовими елементами стратегій є тактики, що кваліфікуються як інструменти реалізації стратегій – будь-які зусилля, дії, котрі використовуються в рамках стратегії та підпорядковані її основній меті і за допомогою яких суб'єкт може виділити, оцінити, врахувати різні аспекти ситуації, користь, шкоду, затрати тощо, які можуть мати будь-який вплив на реалізацію стратегій. Окрім цього, різниця між стратегією та тактикою проявляється в масштабах діяльності, часових інтервалах, якими вони оперують, і тим, що тактичні дії «дрібніші», але разом дають значний стратегічний ефект. Також, слід зауважити, що границі між стратегією та тактикою відкриті, оскільки це співвідносні поняття, позаяк певна тактика є тактикою тільки по відношенню до певної стратегії, і навпаки.

Наступний вид – ендогенно-активні копінг-стратегії (від грец., *endo* – всередині). Тут інтрапсихічна інтенція розгортається у внутрішньому плані і в класичному варіанті проявляється як пасивне пристосування. Експлікація цього виду найкраще подана в концепції переживання Ф. Василюка, де останнє постає як особлива внутрішня діяльність, за допомогою якої людині вдається пройти через важкі життєві події, що не можуть бути змінені шляхом предметно-практичних дій, і продуктом якої є відновлення втраченої функціональної рівноваги, опанування критичної ситуації, реконструкція власного образу світу та світу в цілому у просторі і часі власного життя, нове ціннісне усвідомлення, підвищення рівня осмисленості життя тощо [49, с. 12-13].

Ендогенно-пасивні копінг-стратегії (інтрапсихічні дисфункціональні стратегії) проявляються у відмові від подолання труднощів через своє небажання/неможливість їм протидіяти, що супроводжується ігноруванням

аверсивної ситуації, зневірою у власних можливостях, подавленим емоційним станом, розгубленістю, безнадією, самозвинуваченням, агресією, аутоагресією, делегуванням провини іншим, активацією захисних механізмів тощо. Людина недокладає зусиль до зміни свого ставлення до ситуації, підпорядковується їй, наприклад, обираючи адиктивну реалізацію, що може розвинути в автоцидну тенденцію (саморуйнівну поведінку).

Другий блок критеріїв – “емоційний – проблемний”. Низка вчених (Т. Ayers, В. Compas, І. Sandier, S. West, М. Roos), класифікації яких можна віднести до даного блоку, моделювали їх у форматі парадигми дихотомічного поділу копінг-стратегій Р. Лазаруса та С. Фолкмана – копінг, «фокусований на проблемі» (спрямований на подолання проблем, зміну ситуації, пов'язаний зі спробами покращити ставлення «людина – середовище», змінити когнітивну оцінку ситуації, виробити план вирішення проблеми, звернутися за допомогою до інших, знайти додаткову інформацію тощо, всього 11 копінгових дій) і «фокусований на емоціях» (редукція емоційного компонента дистресу, напруги, врегулювання емоційної реакції, когнітивне або поведінкове дистанціювання, втягнення інших у свої переживання, використання психоактивних речовин тощо, всього 62 копінгові дії) [13, с. 29, 32; 48, с. 156; 41, с. 231-237].

Третій блок критеріїв – “когнітивний – емоційний – поведінковий”. Оскільки в подоланні складних життєвих ситуацій задіяні три фактори: когнітивний, емоційний і біхевіоральний, тому і копінг-поведінка реалізується в трьох сферах функціонування – когнітивній (розуміння причин труднощів, конструювання, робота з інформацією, надання нового значення та смислу ситуації тощо), емоційній (усвідомлення, прийняття власних почуттів, потреб та бажань, соціально прийнятні форми відреагування почуттів тощо) та біхевіоральній (звернення до певної діяльності, активне співробітництво, переструктурування поведінки, перемодельовання планів, цілей, задач тощо). Слід зауважити, що розподіл єдиного процесу за окремими сферами психіки досить умовний, але корисний як для теоретичного аналізу,

так і для практичної діяльності, оскільки активність однієї сфери психіки може визначати домінування певної копінг-стратегії. До того ж низка вчених пропонує розрізняти копінг-стратегії залежно від типу процесів, які лежать в їх основі; при одночасному взаємозв'язку цих трьох факторів (когнітивному, емоційному, поведінковому) кожна сфера психіки робить свій внесок у подолання складної життєвої ситуації (Р. Грановська, К. Йолов, Л. Куліков, І. Нікольська, R. Ostell та інші) [18, с. 327-330; 45, с. 53, 134-135].

Проте деякі вчені в копінг-поведінці акцентують окремі параметри як основні. Так, Е. Коплік, Дж. Кантор, Дж. Спаркс, С. Хофнер, В. Уїлсон виділяють тільки когнітивний фактор (стратегії пошуку інформації та стратегії закритості для інформації) [12, с. 275-286; 27, с. 79-92; 255, с. 399], І. Малкіна-Пих аналізує латентний когнітивний копінг та «відкритий» біхевіоральний [13, с. 29], П. Віталіано, Р. Фабес, Н. Ейсенберг навпаки, виокремлюють лише емоційно-орієнтований вектор [14, с. 20-30; 21, с. 231-237].

Четвертий блок критеріїв – “успішний – неуспішний”. Вивчаючи копінг-стратегії, дослідники дійшли висновку, що краще всього їх згрупувати в копінгові стилі, які являли б собою функціональні та дисфункціональні аспекти копінг-поведінки, причому за цими критеріями може оцінюватися кожна окрема стратегія копіngu. В такому контексті досягнуто згоди між багатьма вченими. Так, функціональний (ефективний, адаптивний) копінг кваліфікується як використання конструктивних стратегій, що призводять до подолання складної життєвої ситуації; дисфункціональний (неефективний, дезадаптивний) – використовує неконструктивні стратегії, що перешкоджають подоланню ситуації [54, 74-75; 11, с. 12-126; 13, с. 30].

Ми так само, як і інші вчені, послуговуємося поняттям “копінг-поведінка”, але щоб уникнути термінологічної контрверзи, етимологічно коректніше використовувати поняття “копінг-стиль” особливо, у випадку, коли йдеться про копінг-поведінку суб'єкта, детерміновану низкою факторів (диспозиційно-особистісним, ситуаційно-динамічним, соціокультурним тощо – за Т. Крюковою). Копінг-стиль означає копінг-поведінку опосередковану

внутрішнім світом людини, її суб'єктивними виборами та преференціями, активною побудовою оточуючого світу (за Є. Сергієнко), оскільки стиль – (від лат. *stylus*, від грец. *στυλος* — стовп, колонна) в традиційному трактуванні кваліфікується як набір ознак, сукупність прийомів, методів, що характеризує індивідуальну інтенцію, напрямок або манеру мислення, поведінки, діяльності. Звідси випливає, що копінг-стиль включає в себе певні групи копінг-стратегій, які не обов'язково, на нашу думку, є близькими по смислу, хоча деякі вчені (М. Голубєва та Т. Крюкова) вважають, що у копінг-стиль входять стратегії близькі по смислу.

Враховуючи все вище сказане, необхідно підкреслити, що експлікація копінг-поведінки суб'єкта в складних життєвих ситуаціях відбувається відповідно до їх значущості в житті та особистісно-середовищних ресурсів. Тому, на нашу думку, контекст копінгового феномену становлять екстремальні обставини, кризові ситуації – те етіологічне поле, на якому розгортається цей феномен. Саме вони утворюють тригерний фактор (від англ. *trigger* – пусковий гачок – події, умови, при виникненні яких відбуваються певні дії), що забезпечує зміну поточного стану особистості на інший активний функціональний чи дисфункціональний стан та сприяє запуску певних копінг-стратегій. Ф. Василюк нагадує, що існують чотири ключові поняття, якими в сучасній психології описуються критичні ситуації (стрес, фрустрація, конфлікт та криза). Це дає змогу більш диференційовано їх аналізувати, оскільки будь-яка з цих ситуацій може зачепити одразу всі виміри життя, активізувавши одночасно всі його складові [49, с. 31-32, 46, 48-49].

1.2.3. Особливості ресурсної системи особистості як субфеномени копінгу

Копінг-поведінка реалізується за допомогою використання суб'єктом різних копінг-стратегій, активація яких відбувається завдяки ресурсним дескрипторам особистості як певної сукупності внутрішніх конструктів, що

сприяють резистентності та подоланню складної життєвої ситуації. Так, до базових копінг-ресурсів належить сформованість адекватної “Я-концепції”, яка проявляється в тому, що особистість почувається впевненою в своїх можливостях контролювати складну життєву ситуацію. Інтернальний локус контролю (за Дж. Роттером) в контексті копінгу дозволяє здійснювати адекватну оцінку проблемної ситуації, відповідно, обирати в залежності від вимог середовища, релевантну стратегію, бути впевненим у власній здатності впливати на процеси, що відбуваються навколо, вбачати джерело управління своїм життям у собі [16, с. 296].

Афіліативна тенденція є інструментом орієнтації в міжособистісних стосунках, що регулює емоційну, інформаційну, дружню, матеріальну підтримку шляхом побудови ефективних взаємин та прагнення співпрацювати. В контексті копінгу важливим є те, що афіліативна тенденція зростає при потраплянні людини в небезпечну ситуацію, а наявність інших людей дозволяє перевірити обрану лінію поведінки та характер реакцій на складні, небезпечні обставини. Окрім цього, близькість інших призводить до редукції тривоги, пом'якшуючи наслідки стресогенної ситуації [109, с. 36; 164, с. 296; 208, с. 61].

Оптимістичний світогляд, на думку Н. Петрової, характеризується біполярним поняттям “оптиміст/песиміст”. Так, до категорії “оптимістів” можна віднести людей, які мають тенденцію переоцінювати керованість та здоланність труднощів у своєму житті, до “песимістів” відносять людей, які недооцінюють свої можливості [151, с. 120-124].

Варто відзначити такий ресурс, як почуття компетентності (оцінка власних здібностей, віра в ефективність своєї діяльності, у свої можливості досягти заплановане, долаючи перешкоди) та мотивація досягнення успіху, що вміщує такі категорії: потребу в досягненні; очікування успіху (впевненість у імовірності його досягнення); схвалення певного соціального оточення (соціальна підтримка); оптимістичне налаштування; потреба в уникненні невдачі [14, с. 165-167; 44, с. 250].

Т. Крюкова, В. Сапоровська, Н. Сирота, В. Ялтонський до категорії ресурсів відносять рівень соціального інтелекту, креативність, оригінальність, швидкість мислення [18, С. 34-35; 27, 59-76]. М. Amelang та D. Bartussek виокремлюють високу емоційну стабільність як протективний фактор та необхідну здатність долати зовнішні і внутрішні перешкоди [39, с. 368-369].

Поряд із особистісними ресурсами в контексті вибору копінг-поведінки важливу роль відіграють ознаки соціального оточення (соціальна мережа, соціальні ресурси, зв'язки). Так, ще Б. Ананьєв зауважував, що у подоланні труднощів надзвичайно важливе значення відіграють соціально-психологічні фактори, отримання допомоги від інших людей, а розпад соціальних зв'язків призводить до ламання інтраіндивідуальної структури особистості, переважання гострих кризових станів, що ще більше дезорганізують поведінку [8, с. 332].

Крім цього, відбулася подальша диференціація соціальної підтримки з акцентом на різних перспективах тлумачення даного поняття: 1) компоненти розуміння (перцептивна підтримка/реальна (отримана) та ресурси підтримки (можливість звернутися до тих, хто допоможе); 2) модус ситуації (повсякденні перевантаження/спорадичні аверсивні обставини/критичні події, що змінюють життя); 3) джерела підтримки (партнери, родичі, друзі тощо); 4) зміст підтримки (категорії психологічної підтримки – емоційна, когнітивна, орієнтована на самооцінку тощо та категорії інструментальної підтримки – порада, інформація, робота, гроші тощо) [49, с. 375; 15, с. 41-44; 64, с. 26; 29, с. 22-35].

Таким чином, індивіда не слід розглядати як пасивного реципієнта прийняття соціальної підтримки, оскільки своєю активною участю у подоланні складної життєвої ситуації він може сприяти підтримувальним інтервенціям, що надходять ззовні, а ці навички та вміння, в свою чергу, також можна вважати додатковими протективними факторами при зіткненні зі складними ситуаціями. Н. Сирота та В. Ялтонський вважають, що вимір соціально-підтримувального процесу є надзвичайно важливим у становленні та

функціонування саме адаптивної копінг-поведінки [25, с. 63-74; 34, с. 59-76]. Хоча самий по собі факт отримання соціальної підтримки не є гарантом успішного копіngu, адже підтримка може бути неадекватною (небажана підтримка, відсутність позитивного ставлення), чи коли потреба в підтримці критикується та дискредитується, або коли підтримки надто багато (гіперпротекція), тому підтримка обов'язково повинна бути адекватною потребам копіngu, що виникають у зв'язку з аверсивними обставинами, і тільки у випадку, коли соціальна підтримка дійсно позитивно впливає на результат копіngu. Отже, представлені в науково-психологічному дискурсі психологічні критерії виокремлення копінг-стратегій та спроби їх синтезу в специфічні кластери дескрипторів і побудови типологій копінг-стилів становлять достатньо солідну методологічну базу для розгортання прикладних досліджень.

Висновки до першого розділу

1. У першому розділі розкрито психологічну природу акцентуацій характеру, висвітлено особливості репрезентації особистості у певному характерологічному радикалі з позиції структурного психоаналізу, з'ясовано зміст феномену копінг-поведінки та виокремлено найбільш поширені її форми, здійснено аналіз підходів до проблеми класифікації копінгу, описано процес розгортання копінг-поведінки під впливом специфічних тригерних факторів, висвітлено особливості формування цінностей у процесі особистісного становлення підлітків.

2. Міждисциплінарний теоретичний аналіз наукової літератури поняття “акцентуація” дозволив виявити його багатоаспектність, описану в руслі декількох напрямків досліджень. З погляду класичної психіатрії, акцентуація – це латентна психопатія, що накладає відбиток на особистість та набуває патологічного характеру, руйнуючи її структуру (Г. Воронков, А. Відренко, П. Ганнушкін, М. Гуревич, І. Давидов, І. Случевській та ін.); перехідний стан між психопатією та нормальним станом, передпсихопатія (В. Бехтерев, В. Гіляровський, О. Кербіков, Г. Сухарева, М. Фрамерта ін.). Вважається, що типи акцентуацій досить схожі і частково співпадають з типами психопатій, тому на початку дослідження психопатій виникла проблема їх розмежування.

3. Представники психології визначають акцентуацію як дисгармонійність розвитку характеру, індивідуальних якостей, темпераментальних та характерологічних особливостей, які мають тенденцією до переходу в патологічний стан (К. Леонгард, І. Завілянський та ін.), як місце найменшого супротиву, крайній варіант норми, при якому окремі риси характеру надмірно посилені та вибірково вразливі до певних психогенних впливів при достатній або навіть підвищеній стійкості до інших (А. Лічко, М. Александров та ін.), як динамічний стереотип реагування та

поведінки, що зумовлює специфіку адаптації до навколишнього середовища (С. Подмазін, О. Сибіль, В. Оржехівська ін.).

4. Поділяючи точку зору сучасних учених на поняття “акцентуація”, ми беремо до уваги насамперед розуміння акцентуації А. Лічко, як “місця найменшого супротиву”, синтезуючи його з психоаналітичними ідеями структурного розуміння психіки М. Решетнікова. Ми вважаємо, що особистість реалізується у переважаючому характерологічному радикалі (тип акцентуації), що зумовлює особливу її структуру та специфіку адаптації до навколишнього соціального середовища засобами певних копінг-стратегій, що призводить до відповідної взаємодії з аверсивними умовами життєдіяльності.

5. Базові способи функціонування у кожного акцентуованого психотипу специфічні, так істероїд характеризується – брехливістю, хвалькуватістю, втечею в хворобу, деконструктивним привертання уваги; гіпертим – легковажністю, ініціативністю, оптимістичністю, ігноруванням обов’язків, жадобою до діяльності, розваг; циклоїд – песимістичністю, зниженою контактністю, дратівливістю, грубістю тощо (у дистимічні періоди) та активністю, працездатністю, доброзичливістю, оптимістичністю тощо (у періоди підйому); астено-невротик – дратівливістю, іпохондричністю, втомлюваністю; епілептоїд – жорстокістю, мстивістю, неадекватними спалахами гніву; емотивний акцентуант – сльозливістю, чутливістю, маніпулятивністю, беззахисністю; тривожно-педантичний – самовпевненістю, безапеляційністю в судженнях, утрированою рішучістю на фоні обесій (нав’язливих страхів, дій, думок); сенситивний – надзвичайною вразливістю, вираженим почуттям власної неповноцінності, альтруїстичністю; інтровертований – замкнутістю, зниженою потребою у спілкуванні, одночасно впертістю та піддатливістю, апатичною бездіяльністю та напористою наполегливістю, раціональністю суджень та нелогічністю вчинків; нестійкий – патологічною безвільністю, підвищеною конформністю, схильністю йти шляхом найменшого супротиву.

6. Структурно-функціональний аналіз копінг-поведінки дозволив з'ясувати зміст феномену “coping”, оскільки вчені, зазвичай послуговуючись поняттями “копінг”, “копінг-подолання, -поведінка, -стилі, -стратегії, -процеси”, ототожнюють їх, та виокремити найбільш поширені форми його репрезентації. У руслі ситуаційного підходу (Р. Лазарус, С. Фолкман, S. Losoya, N. Eisenberg, R. Fabes та ін.) копінг розглядається як результат реципрокної взаємодії між індивідом та критичною ситуацією, вважається, що середовищні фактори є головними детермінантами копінг-поведінки. Представники диспозиційного підходу трактують копінг як прояв індивідуально-психологічних особливостей суб'єкта, що реалізується у відносно постійних варіантах і способах подолання (М. Голубєва, Т. Крюкова, Г. Флетт, R. Moss, N. Endler, та ін.). З погляду когнітивної теорії стресу копінг вважається динамічним процесом, що визначається суб'єктивністю переживань і залежить від суб'єктивної оцінки проблемної ситуації та від стадії і ступеня її розвитку (Л. Анциферова, Л. Дементій, Н. Осухова, У. Томас та ін.).

7. Аналіз підходів до проблеми класифікації копінг-поведінки показав різноспрямованість та неоднозначність цього багатоструктурного поліетіологічного феномену залежно від застосованих критеріїв, за якими будуються ці класифікації:

- активний (поведінка, що має на меті нейтралізацію або зміну інтенсивного впливу стресора) / пасивний (способи подолання стресу з використанням механізмів психологічного захисту, спрямованих на редукцію емоційної напруги, перш ніж зміниться ситуація) (В. Вілюнас, Є. Віттенберг, Ф. Василюк, К. Йолов, Л. Куліков, Р. Лазарус, С. Фолкман, Г. Мюррей, Н. Осухова);

- емоційний (редукція емоційного компоненту дистресу, напруги, врегулювання емоційної реакції, дистанціювання тощо) / проблемний (спрямований на подолання труднощів, зміну ситуації та її когнітивної оцінки, складання плану вирішення проблеми тощо) (П. Віталіано, Р.

Фабес, Н. Ейсенберг, Р. Мосс, К. Перлін, Дж. Шеффер, М. Шулер, Т. Ayers, В. Compas, I. Sandier, S. West, M. Roos);

– когнітивний (розуміння причин труднощів, конструювання, уточнення образу ситуації, надання нового значення та смислу ситуації, робота з інформацією тощо) / поведінковий (активна діяльність, переструктурування тактики поведінки, перемодельовання планів, цілей, задач, режимів діяльності, зміна стратегій тощо) (Р. Грановська, Дж. Кантор, Е. Коплік, І. Нікольська, Дж. Спаркс, С. Хофнер, В. Уілсон, R. Ostell);

– функціональний (використання конструктивних стратегій, що призводять до подолання складної життєвої ситуації) / дисфункціональний (використання неконструктивних стратегій, що перешкоджають подоланню труднощів) (А. Баканової, Р. Грановська, І. Нікольська, С. Нартова-Бочавер, Х. Нойфельд, Н. Сирота, В. Ялтонський).

8. Тригерним фактором запуску копінг-стратегій є будь-яка критична ситуація (стрес, фрустрація, конфлікт та криза), що забезпечує перехід наявного стану особистості в інший функціональний стан.

9. Копінг-поведінка реалізується за допомогою актуалізації ресурсних патернів особистості як певної сукупності внутрішніх конструктів, що сприяють резистентності та подоланню складної життєвої ситуації (оптимізм, інтернальний локус контролю, афіліативна тенденція тощо) та соціальних ресурсів (мережа комунікативних зв'язків суб'єкта), функціональний зміст яких проявляється у задоволенні базових потреб у захисті, близькості, інформації, допомозі, розрядці, заспокоєнні (Д. Кошаб, M. Amelang, D. Bartussek, M. Ihle, S. Cohen та ін).

РОЗДІЛ II. ПОРІВНЯЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВИБОРУ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ У АКЦЕНТУЙОВАНИХ ПІДЛІТКІВ

2.1. Організаційно-методичні засади емпіричного дослідження

Метою емпіричної частини нашого дослідження було виявлення особливостей вибору копінг-стратегій в акцентуйованих підлітків.

Досягнення мети дослідження стало можливим шляхом перевірки провідної гіпотези про те, що особистість, реалізуючись у певному характерологічному радикалі (тип акцентуації), ініціює певне ціннісне ставлення до аверсивних обставин; взаємна множинна детермінація типів акцентуацій, копіngu і критичних ситуацій активує (або гальмує) процес пошуку в ресурсній системі особистості конгруентного потенціалу, зумовлюючи вибір відповідних копінг-стилів.

Наукове дослідження складалося з декількох етапів.

На першому етапі дослідження відбулося виокремлення проблеми, вивчення теоретичних напрацювань з окремих аспектів теми дослідження, ознайомлення з сучасним станом розробки аксіопсихологічної проблематики, феномену копінг-поведінки та акцентуацій характеру в психологічній науці, результатом чого стала постановка мети, визначення завдань та формулювання провідної робочої гіпотези.

Розкриття психологічного змісту понять “копінг”, “копінг-поведінка”, “копінг-стиль”, “копінг-стратегії”, “копінг-процеси”, “ефективність копінг-стратегій”, “типи модальностей копінг-стратегій”, “копінг-ресурси особистості”, “типи критичних ситуацій”, характеристика типів акцентуйованих характерологічних радикалів у підлітків тощо – усе це передбачало вивчення та опанування теоретико-методологічних аспектів даної проблематики у взаємозв’язку всіх феноменів.

Другим етапом було проведення емпіричного дослідження, експериментальна база якого становила 78 осіб, з яких 7 – не були ідентифіковані як акцентуанти,³⁹ – підлітки-акцентуанти шостих класів,³² – дев'ятих класів – учні Чернівецької гімназії № 7.

З метою емпіричного дослідження особливостей вибору копінг-стратегій в акцентуованих підлітків застосовувалися наступні методики:

Модифікований опитувальник для ідентифікації типів акцентуацій характеру у підлітків (МПДО) С. Подмазіна, О. Сибіль, що дало змогу виявити тип акцентуованого характерологічного радикалу особистості і дозволило констатувати типові стереотипи діяльності, стильові характерологічні особливості і поведінкові патерни молодших та старших підлітків (обґрунтування застосування див. Додаток А.1.).

Діагностична методика визначення копінг-поведінки в стресових ситуаціях С. Нормана, Д. Ендлера, Д. Джеймса, М. Паркера (адаптований варіант Т. Крюкової) спрямована на виявлення рівня вираженості базисних копінг-стратегій в індивідуальній копінг-поведінці респондентів (обґрунтування застосування див. Додаток А.2.).

З метою виявлення провідних типів модальностей копінг-стратегій в різних сферах прояву (когнітивній, емоційній, поведінковій) використовувалася **методика визначення індивідуальних копінг-стратегій** Е. Хайма, що дозволяє простежити не тільки розповсюдженість та преференцію копінг-стратегій у цих сферах, а й визначити їхню продуктивність (обґрунтування застосування див. Додаток А.3.).

Третій етап дослідження. Емпіричні дані, отримані у процесі діагностування, підлягали кількісному та якісному аналізу, що репрезентовані у роботі методами математичної статистики: знаходженням рівнів і частоти вираженості ознак у відсотках, знаходження середніх величин – t-критерій Ст'юдента, дисперсії, стандартного відхилення (δ) достовірності відмінностей.

2.2. Результати психолого-педагогічного моніторингу аксіопсихологічних особливостей вибору копінг-стратегій в акцентуйованих підлітків

2.2.1. Ідентифікація типу характерологічного радикалу особистості

У даному підрозділі ми наводимо інтерпретацію результатів експериментально-діагностичного дослідження особливостей вибору копінг-стратегій в акцентуйованих підлітків за критеріями домінування реалізації закладеного в них копінгового потенціалу та використання базових копінг-стратегій.

Аналіз отриманих у процесі діагностики даних був зумовлений *теоретичним припущенням*, згідно з яким особистість, проявляючись у певному характерологічному радикалі (тип акцентуації), структурує певне ставлення, що активує (або гальмує) процес пошуку в ресурсній системі особистості конгруентний потенціал, визначаючи вибір відповідних копінг-стилів.

Першим кроком дослідження була ідентифікація типу характерологічного радикалу особистості, що дозволило констатувати переважні акцентуйовані варіанти і стильові характерологічні особливості молодших та старших підлітків. Експериментально-діагностичне дослідження індивідуально-типологічних особливостей представленої вибірки реалізоване за допомогою модифікованого опитувальника для ідентифікації типів акцентуацій характеру у підлітків (МПДО). Результати діагностики виявлених типів акцентуацій характеру представлені у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Відсоткові показники результатів опитувальника для ідентифікації
типів акцентуацій характеру у підлітків

№ п/п	Тип акцентуації	6 клас (n = 39)	9 клас (n = 32)
		%	%
1.	Гіпертимний	7,12	10,75
2.	Циклоїдний	1,5	2,7
3.	Лабільний	3,00	3,22
4.	Астено-невротичний	1,88	3,22
5.	Сенситивний	0,75	1,07
6.	Тривожно-педантичний	4,11	2,15
7.	Інтровертований	2,62	4,84
8.	Збудливий	4,5	3,22
9.	Демонстративний	17,22	10,21
10.	Нестійкий	–	5,92
11.	Астено-невротично-демонстративний	3,74	1,07
12.	Астено-невротично-сензитивний	0,36	–
13.	Астено-невротично-тривожний	0,75	–
14.	Гіпертимно-демонстративний	24,71	19,90
15.	Гіпертимно-циклоїдний	1,88	1,07
16.	Демонстративно-нестійкий	0,75	4,30
17.	Збудливо-демонстративний	7,12	2,7
18.	Збудливо-нестійкий	3,00	1,07
19.	Інтровертовно-демонстративний	5,24	5,92
20.	Інтровертовно-збудливий	1,88	5,39
21.	Інтровертовно-нестійкий	0,75	1,07
22.	Лабільно-астено-невротичний	0,75	–
23.	Лабільно-демонстративний	2,62	4,84
24.	Лабільно-нестійкий	0,75	0,54
25.	Лабільно-сензитивний	0,75	1,07
26.	Сензитивно-інтровертований	0,75	1,62
27.	Сензитивно-тривожний	0,75	1,07
28.	Циклоїдно-лабільний	0,75	1,07

Інформативні параметри методики МПДО у процентному варіанті, що подані в таблиці 2.1., дозволили простежити кількісну представленість високих та низьких показників. З цією метою дисперсію відсоткових значень ми розподілили на діапазони високих, середніх та низьких показників. Отже, діапазон високих показників акцентуєваних психотипів, окремо для молодших і старших підлітків, становлять відсоткові значення від 25% до 7%; діапазон середніх показників – від 7% до 2%; діапазон низьких показників – від 2% і менше. Це дало змогу обчислити і подати у відсотках кількість ідентифікованих типів акцентуацій у молодших та старших підлітків з високими і низькими показниками.

Так, діапазон високих показників акцентуєваних психотипів і у молодших, і у старших підлітків представлений двома чистими психотипами (гіпертимним – 7,12 і 10,75 % і демонстративним – 17,22 і 10,21 %) та двома змішаними (гіпертимно-демонстративним 24,71 і 19,90 %

і збудливо-демонстративним – 7,12 і 2,7 %). Майже рівномірний розподіл відсоткових значень діагностовано у старших підлітків за гіпертимним (10,75%) та демонстративним (10,21%) психотипами. Відсоткові показники у молодших підлітків за демонстративним типом акцентуації (17,22%) значно вищі від показників старших підлітків, проте за гіпертимним типом у молодших вони дещо нижчі (7,12%), ніж у старших.

Що стосується змішаних типів, то досить високі показники виявлено за гіпертимно-демонстративною акцентуацією і в молодших підлітків (24,71%), і у старших (19,90%), проте тільки збудливо-демонстративний тип у молодших підлітків (7,12%) сягає значень діапазону високих показників, тоді як відсоткові показники цього психотипу у старших підлітків належать до середнього діапазону (2,7%).

У діапазон середніх показників увійшли наступні чисті акцентуйовані психотипи: циклоїдний (2,7%), лабільний (6,22%), астеноневротичний (3,22%), тривожно-педантичний (6,26%), інтровертований (7,46%), збудливий (7,72%) та нестійкий (5,92%); такі змішані, як астеноневротично-демонстративний (3,74%), демонстративно-нестійкий (4,30%), збудливо-демонстративний (2,7%), збудливо-нестійкий (3,00%), інтровертовано-демонстративний (11,16%), інтровертовано-збудливий (5,39%) та лабільно-демонстративний (7,46%). Слід зауважити, що дані психотипи представлені різними відсотковими показниками у молодших та старших підлітків, причому більш-менш рівномірне співвідношення спостерігається тільки за лабільним типом (3,00% – у молодших і 3,22% – у старших) та змішаним інтровертовано-демонстративним (5,24% – у молодших і 5,92% – у старших). За рештою акцентуйованих психотипів виявлено суттєві відмінності відсоткових показників. Так, серед низки акцентуацій, діагностованих в діапазоні середніх показників, виявлена флуктуація від 1,28% до 2,22% з переважанням у молодших підлітків тривожно-педантичного типу (4,11%), на відміну від старших (2,15%); збудливий тип акцентуації (4,25% - у молодших і 3,22% - у старших). Проте

показник старших підлітків (4,84%) переважає показник молодших (2,62%) за інтровертованим типом. Подібне спостерігається за лабільно-демонстративним (4,84% - у старших та 2,62% - у молодших) психотипом.

Окрім цього, діагностується низка акцентуацій, що потрапляє у середній діапазон показників тільки у представників певної вибірки: або у молодших підлітків, або у старших. Так, циклоїдний тип виявляється у старших на рівні 2,7%, проте відсотковий показник молодших підлітків не входить у межі даного діапазону, а належить до шкали низьких показників – 1,5%; так само астено-невротичний тип акцентуації у старших підлітків простежується на рівні 3,22%, а у молодших не потрапляє в середній діапазон (1,88%), демонстративно-нестійкий у старших діагностований на рівні 4,30%, а у молодших виявлений поза межами даного діапазону (0,75%), інтровертовано-збудливий у старших представлений на рівні 5,39%, а у молодших – на рівні 1,88%, збудливо-демонстративний простежується на рівні 2,7% у старших, хоча у молодших цей показник перебуває на значно вищому рівні – 7,12% і надлежить до діапазону високих показників.

Протилежна тенденція спостерігається тільки за двома акцентуйованими психотипами, а саме: астено-невротично-демонстративним (3,74% у молодших підлітків), проте показники старших (1,07%) не входить у цей діапазон, та збудливо-нестійким (3,00% у молодших і 1,07% у старших), останній результат з діапазону низьких показників. І тільки один тип акцентуації – нестійкий – виявлений у старших підлітків на рівні 5,92%, а у молодших не ідентифікований зовсім. Що стосується діапазону низьких показників, то значний розрив між змішаними типами акцентуацій (розмах від 2,67% до 3,55%) спостерігається тільки за демонстративно-нестійким, що у молодших підлітків представлений на рівні 0,75 %, а у старших знаходиться поза межами даного діапазону (4,30 %), інтровертовано-збудливим, що виявлений у молодших на рівні 1,88%, а у старших поза межами діапазону низьких значень (5,39 %) та астено-невротично-демонстративним типом, відсоткові показники якого в цьому діапазоні

переважають серед старших підлітків (1,07%), проте відсоткові значення молодших не входять у цей діапазон (3,74%). Серед чистих типів у молодших підлітків спостерігається прояв на рівні 1,5 % циклоїдної акцентуації та 1,88 % – астено-невротичної, показники старших підлітків за цими психотипами випадають із даного діапазону (2,7 % та 3,22 %).

Окрім цього, діагностовано майже однакові відсоткові показники з незначною перевагою старших підлітків над молодшими (розмах від 0,21 % до 0,87 %) в обох групах підлітків за такими психотипами: сензитивним (0,75 % - у молодших та 1,07%– у старших), гіпертимно-циклоїдним (1,88 % - у молодших та 1,07% - у старших), інтровертовано-нестійким (0,75 % - у молодших та 1,07 % – у старших), лабільно-нестійким (0,75 % - у молодших та 0,54 % - у старших), лабільно-сензитивним (0,75 % - у молодших та 1,07% – у старших), сензитивно-інтровертованим (0,75 % – у молодших та 1,62 % - у старших), сензитивно-тривожним (0,75 % - у молодших та 1,07% - у старших) і циклоїдно-лабільним (0,75 % - у молодших та 1,07 % - у старших). Однак, слід відмітити, що є низка акцентуйованих психотипів, які зустрічаються виключно серед молодших підлітків (астено-невротично-сензитивний – 0,36 %, астено-невротично-тривожний – 0,75 % та лабільно-астено-невротичний – 0,75 %) і не ідентифікуються серед старших підлітків.

У таблиці 2.2 представлено усереднені результати рангування ідентифікованих типів акцентуацій характеру у молодших та старших підлітків.

Як видно з даних таблиці 2.2, першу позицію в рангованому ряді показників молодших підлітків посідає демонстративний тип акцентуації, що опускається у старших підлітків на 2-герангове місце, а на першу позицію виходить гіпертимний тип, який у молодших підлітків займає 2-у рангову позицію. Очевидно, переважання демонстративного типу є очікуваним явищем, особливо на етапі входження в пубертат, оскільки свідчить про загострену потребу підлітків у визнанні власної унікальності та его-позиції. Прояв стабільно високих показників в рангованому ряді

гіпертимного типу скоріш за все пов'язаний з новою фазою у розвитку вольової регуляції підлітків: самостійності у плануванні, постановці складних цілей та завдань, розвитком мотивації досягнення успіху та уникнення невдач тощо.

Таблиця 2.2

Середньостатистичні та рангові значення результатів методики
ідентифікації типів акцентуацій характеру

№ п/п	Тип акцентуації	6 клас (n = 534)			9 клас (n = 372)		
		М	Δ	R	М	δ	R
1.	Гіпертимний	8,9	2,3	2	8,25	2,72	1
2.	Циклоїдний	7,6	5,5	5	6,18	2,49	7
3.	Лабільний	8,1	2,3	3	7,37	2,18	4
4.	Астено-невротичний	6,4	2,9	10	5,34	2,96	8
5.	Сенситивний	6,6	2,6	9	5,26	2,76	10
6.	Тривожно-педантичний	7,4	2,6	6	5,32	2,51	9
7.	Інтровертований	7,3	2,7	7,8	6,43	2,72	6
8.	Збудливий	8,0	3,2	4	7,22	3,81	5
9.	Демонстративний	9,2	2,4	1	7,99	2,81	2
10.	Нестійкий	7,3	5,3	7,8	7,41	2,44	3

М – середнє значення; δ – стандартне відхилення; R – ранг.

Великий розрив між показниками рангової представленості діагностованого нестійким типом акцентуації; у старших підлітків він займає 3-ю рангову позицію, а в молодших перебуває на 7,5 ранговому місці. Досить репрезентативними є показники лабільного типу акцентуації, представлені 3-ю ранговою позицією у молодших підлітків та 4-ю – у старших. Це пов'язано з яскраво вираженими психологічними особливостями цього віку, визначеними як "підлітковий комплекс", що проявляється в емоційній нестабільності (виникає внаслідок значного посилення підкіркової активності, яка призводить до дестабілізації та порушень кірково-підкіркових процесів).

Наступним за мірою вираженості серед акцентуєваних психотипів є збудливий тип акцентуації, який займає на 4-у рангову позицію у молодших підлітків та 5-те рангове місце у старших. На 5-й ранговій позиції у молодших підлітків знаходимо циклоїдний психотип, який серед старших підлітків

посідає 7-ме рангове місце. Що стосується молодших підлітків, то у них на 7,5 ранговій позиції знаходиться інтровертований тип акцентуації, який у старших займає 6-ту рангову позицію. Слід зауважити, що в підлітковому віці посилюється потреба у відособленні, змінюються уявлення про зміст понять "самотність", "усамітнення", яким підлітки приписують позитивну цінність і які найчастіше проявляються в емансипації від контролю з боку дорослих, так само це стосується і однолітків.

Проте, на 6-й ранговій позиції у молодших підлітків розміщується тривожно-педантичний тип акцентуації, який у старших розташовується аж на передостанньому (9-та позиція). Скоріш за все це пов'язано з тим, що молодший підліток постійно потрапляє в ситуацію дискомфорту, фрустрації (старші більш адаптовані і вже напрацювали певні патерни реагування), негативні переживання часто викликають у нього тривожність, що проявляється станом безпорадності, невпевненості, відчуттям безсилля перед зовнішніми факторами та гіперболізацією їх загрозливого характеру та значущості.

Найнижчі показники (9-та рангова позиція у молодших підлітків та 10-та у старших) має акцентуація сенситивного психотипу, що є очікуваним явищем, оскільки виникає досить пізно, причому більшість її провідних рис починає закладатися саме в підлітковому віці. Низькі позиції займають показники астено-невротичного психотипу, але попри варіативність представленості (10-та позиція у молодших підлітків, 8-ма – у старших), прояв цього типу пов'язаний з астенізацією, що проявляється у підлітків навіть у відносно спокійні періоди.

Виявлені показники ідентифікації типів акцентуованого характерологічного радикалу у молодших та старших підлітків при застосуванні t-критерію Ст'юдента успішно пройшли перевірку на значущість відмінностей. Так, значення t-критерію Ст'юдента для досліджуваної вибірки становить:

- гіпертимний: $t = 3,998 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$) для $n = 71$;

- циклоїдний: $t = 4,254 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$) для $n = 71$;
- лабільний: $t = 3,532 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$) для $n = 71$;
- антено-невротичний: $t = 5,297 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$) для $n = 71$;
- сензитивний: $t = 7,078 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$) для $n = 71$;
- тривожно-педантичний: $t = 11,866 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$) для $n = 71$;
- інтровертований: $t = 4,729 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$) для $n = 71$;
- збудливий: $t = 2,268 > t_{кр} = 1,96$ ($\alpha = 0,05$) для $n = 71$;
- демонстративний: $t = 7,096 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$) для $n = 71$;
- нестійкий: $t = 3,018 > t_{кр} = 2,58$ ($\alpha = 0,01$) для $n = 71$.

Таким чином, результати емпіричного дослідження (табл. 2.1 і 2.2) діагностують чітке переважання таких акцентуйованих психотипів серед молодших та старших підлітків: чисті типи представлені – демонстративним, гіпертимним, збудливим, інтровертованим, лабільним і нестійким (тільки у старших підлітків); змішані типи проявляються у гіпертимно-демонстративному, демонстративно-нестійкому (у старших), збудливо-демонстративному, інтровертовано-демонстративному та інтровертовано-збудливому, лабільно-демонстративному (у молодших і старших); найменше представлені чисті типи – циклоїдний, астено-невротичний та тривожно-педантичний, а також такі змішані типи – астено-невротично-демонстративний, гіпертимно-циклоїдний, збудливо-нестійкий та сензитивно-інтровертований.

2.2.2. Аналіз показників рівня вираженості провідних копінг-стратегій у підлітків-акцентуантів

Наступним кроком дослідження було виявлення провідних копінг-стратегій за допомогою методики визначення копінг-поведінки в стресових ситуаціях С. Нормана, Д. Ендлера, Д. Джеймса, М. Паркера (варіант,

адаптований Т. Крюковою). Слід зауважити, що питома вага запитань у кожній шкалі неоднакова, відповідно сумарна кількість балів також різна, і саме тому показники (М) та (М %) відрізняються за числовими значеннями.

Таблиця 2.3

Середньоарифметичне (М) та відсоткове вираження копінг-стратегій у підлітків-акцентуантів 6 та 9 класів за методикою С. Нормана, Д. Ендлера, Д. Джеймса, М. Паркера (варіант, адаптований Т. Крюковою)

Базові копінг-стратегії	6 клас (n = 39)			9 клас (n = 32)		
	М	Δ	%	М	Δ	%
Копінг, орієнтований на розв'язання задачі; $\Sigma = 100\% = 80$ балів	53,68	9,51	67,1	54,25	9,54	67,81
Копінг, орієнтований на емоції; $\Sigma = 100\% = 80$ балів	42,25	11,35	52,81	41,53	9,56	51,91
Копінг, орієнтований на уникнення; $\Sigma = 100\% = 80$ балів	51,41	9,59	64,26	47,90	10,83	59,87
Копінг, орієнтований на уникнення (відволікання); $\Sigma = 100\% = 40$ балів	24,17	5,55	60,42	21,55	6,73	53,87
Копінг, орієнтований на уникнення (соціальне відволікання); $\Sigma = 100\% = 25$ балів	17,06	3,99	68,24	16,24	4,36	64,96

М – середнє значення; δ – стандартне відхилення.

Розподіл базових копінг-стратегій серед молодших підлітків (див. табл. 2.3) вказує на переважання копінг-стратегій, орієнтованих на уникнення через соціальне відволікання (68,24 %), та копінг, орієнтований на розв'язання задачі (67,1 %). Перший розгортається в площині соціальної мережі, що володіє потенційно протективними функціями, виражаючись в ефекті афіліації. Цей копінг-ресурс зростає при включенні суб'єкта в небезпечну ситуацію, супроводжуючись тривогою, невпевненістю та безпорадністю, але при наявності інших людей, емоційній підтримці приводить до редукції емоційних реакцій, пом'якшуючи наслідки аверсивної ситуації та активуючи здатність протидіяти їй, та ефекті “щита” (структурні та інтеракційні ознаки соціальної мережі сприяють примноженню позитивних подій, які здатні стабілізувати і підвищити загальний стан та компетентність у подоланні).

Другий являє собою здатність суб'єкта ефективно справлятися з аверсивними ситуаціями, самостійно аналізувати та визначати формат

проблеми, моделювати та реалізовувати алгоритм розв'язання проблемної ситуації, знаходячи альтернативні рішення. Водночас, для старших підлітків характерним є зворотний порядок представленості – спочатку копінг, орієнтований на розв'язання задач (67,81 %), а потім копінг, орієнтований на соціальне відволікання (64,96 %), що засвідчуєдещо різний зміст соціального відволікання в різних вікових групах досліджуваних. Для старших підлітків більше характерна стратегія, орієнтована на розв'язання задачі, відповідно формат соціального відволікання відрізняється тим, що старші підлітки прагнуть спочатку самостійно вирішити проблему, продумавши власний алгоритм, а до соціальної мережі звертаються або тільки після самостійних спроб вирішення проблеми, якщо не вдалося її подолати, або симультанно діючи, реалізують обидві стратегії (використовується власний алгоритм подолання з можливим використанням порад від значущих інших).

Проте молодші підлітки насамперед орієнтуються на підтримку соціальної мережі, шукаючи саме інструментальної її реалізації – поради, інформації, певного алгоритму як діяти, слідуючи настановам джерел підтримки (друзі, родичі тощо), та очікують з їхнього боку схвалення.

Менш представленими, з незначною відмінністю у відсоткових показниках, є копінг, орієнтований на уникнення (64,26 % – у молодших, 59,87 % – у старших), та копінг, орієнтований на уникнення через відволікання (60,42 % – у молодших, 53,87 % – у старших). Перший (контамінований копінг, може бути як частково продуктивним, так і дезадаптивним) проявляється в ізоляції від оточення, втечі від реальності, компенсації з використанням психоактивних засобів; така стратегія дає змогу особистості знизити емоційну напругу до моменту зміни самої ситуації, але активне використання цієї стратегії можна розглядати як переважання в поведінці мотивації уникнення невдачі над мотивацією досягнення успіху та сигнал про наявність можливих інтрапсихічних конфліктів. Другий проявляється у спрямуванні психічної енергії на інші

об'єкти (механізм апроксимації) з метою відволікання уваги від аверсивної ситуації через переключення на специфічний аспект оточуючого середовища, який потребує активності психіки. Найнижчу позицію з усіх базових копінг-стратегій займає копінг, орієнтований на емоції (52,81% – у молодших та 51,91% - у старших), фокус якого спрямований на редукцію емоційного компоненту дистресу.

Виявлені показники провідних копінг-стратегій у підлітків-акцентуантів при застосуванні t-критерію Ст'юдента успішно пройшли перевірку на значущість відмінностей. Так, значення t-критерію Ст'юдента для досліджуваної вибірки (6 і 9 класи), де $n = 71$, становить:

- копінг, орієнтований на уникнення: $t = 5,139 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$);
- копінг, орієнтований на уникнення через відволікання: $t = 6,406 > t_{кр} = 3,29$ ($\alpha = 0,001$);
- копінг, орієнтований на уникнення (соціальне відволікання): $t = 2,933 > t_{кр} = 2,58$ ($\alpha = 0,01$).

Таким чином, домінуючими в обох групах досліджуваних слід вважати стратегії, орієнтовані на розв'язання задач, та стратегії, орієнтовані на уникнення через соціальне відволікання. Окрім цього, міра представленості, змістова реципрокність та досить високі показники копінг-стратегій, що орієнтовані на уникнення (контамінована) та уникнення через відволікання, дають нам право кваліфікувати їх як копінг-стратегії-другорядні, тобто такі, що присутні в структурі індивідуального копінг-стилю, але питома вага їх значно менша від попередніх, тому вони, не будучи домінантними, за необхідності здатні легко активуватися і слугуючи базою поповнення ресурсів для задіяння в майбутніх аверсивних ситуаціях інших видів копінг-стратегій.

2.2.3. Преференція провідних типів модальностей копінг-стратегій акцентуантів в різних сферах прояву

Наступним кроком в емпіричному дослідженні копінг-поведінки у підлітків шостих та дев'ятих класів було виявлення провідних типів модальностей копінг-стратегій в різних сферах прояву за допомогою методики визначення індивідуальних копінг-стратегій Е. Хайма. Аналіз результатів, представлених у таблицях 2.4–2.9, дозволяє простежити розповсюдженість та преференцію копінг-стратегій в когнітивній, емоційній та поведінковій сферах досліджуваного контингенту.

Як бачимо з таблиці спряженості, розподіл когнітивних копінг-стратегій у шостих та дев'ятих класах (див. табл. 2.4) вказує майже на рівномірну преференцію підлітками всіх копінг-стратегій (продуктивних – 32,67 % та частково продуктивних – 32,67 %), з незначною перевагою в бік непродуктивних (34,66 %), причому молодші підлітки (37,06 %) більше схильні до вибору саме цих стратегій, ніж старші (31,22 %).

Стосовно преференції підлітками продуктивних стратегій як найбільш адаптивних та конструктивних форм поведінки, що спрямовані на активне подолання аверсивних обставин, то тут спостерігаємо аналогічний розподіл преференцій як у молодших підлітків (31,47 %), так і в старших (34,39 %).

Таблиця 2.4

Індикація зв'язку у молодших та старших підлітків преференції когнітивних копінг-стратегій

Емпіричні частоти		Y (когнітивні копінг-стратегії)			
		Продуктивні	частково продуктивні	Непродуктивні	Всього
		(%)	(%)	(%)	
X (клас)	6 клас (1)	31,47	31,47	37,06	39
	9 клас (2)	34,39	34,39	31,22	32
Всього:		32,67	32,67	34,66	71

Аналіз розповсюдженості типів модальностей серед когнітивних стратегій (табл. 2.5) вказує на високі показники непродуктивної стратегії “смиріння”, яку обирають 19,47 % молодших підлітків та 16,7 % старших. Що стосується інших непродуктивних стратегій, то вони приблизно рівномірно розподіляються в обох групах: “дисиміляція” (6,74 % – у молодших і 8,6 % – у старших), “розгубленість” (4,86 % – у молодших і 4,85 % – у старших), хоча стратегія “ігнорування”, що є найменш популярною серед підлітків, обирається більшою мірою молодшими (5,99%), ніж старшими (1,07%) підлітками. Високі показники преференції мають частково продуктивні копінг-стратегії, а саме „релігійність”, на виборі якої дещо більше сфокусовані молодші підлітки (16,47%), ніж старші (13,44 %), хоча в останніх діагностуються вищі показники вибору стратегії „надання смислу” (13,97 %), ніж у молодших підлітків (8,24 %). Зате стратегію „відносність” однаково мало обирають як молодші (6,75 %), так і старші (6,98 %) підлітки.

Стосовно розповсюдженості продуктивних когнітивних копінг-стратегій у старших підлітків проявляється їх рівномірний розподіл: „збереження самовладання” (13,97 %), “проблемний аналіз” (13,97 %), хоча молодші підлітки також демонструють досить високі показники за даними стратегіями, але трохи нижчі, ніж у старші (11,98 % та 10,14 %). Проте “установку власної цінності” обирають частіше молодші підлітки (9,36 %), ніж 6,45 % старші.

Таблиця 2.5

Розповсюдженість типів когнітивних копінг-стратегій

Типи когнітивних копінг-стратегій		6 клас (n = 39)	9 клас (n = 32)
		%	%
1.	Ігнорування (непродуктивна)	5,99	1,07
2.	Смирення (непродуктивна)	19,47	16,7
3.	Дисиміляція (непродуктивна)	6,74	8,6
4.	Збереження самовладання (продуктивна)	11,98	13,97
5.	Проблемний аналіз (продуктивна)	10,14	13,97
6.	Відносність (частково продуктивна)	6,75	6,98
7.	Релігійність (частково продуктивна)	16,47	13,44
8.	Розгубленість (непродуктивна)	4,86	4,85
9.	Надання смислу (частково продуктивна)	8,24	13,97
10.	Установка власної цінності (продуктивна)	9,36	6,45

Таким чином, аналіз індикації когнітивних копінг-стратегій у молодших та старших підлітків демонструє преференцію ними різних типів модальностей копінг-стратегій (адаптивних, частково адаптивних та дезадаптивних). Що стосується останніх, то підлітки обох вікових когорт обрали стратегії, які здатні актуалізовувати та потенціювати дії адаптивних копінг-стратегій.

По-перше, преференціїстосувалися переконання, що з аверсивними обставинами краще змиритися, бо це доля і так хоче Бог (делегування контролю над змінами Богу). Цей факт свідчить про те, що підлітки, незважаючи на екзогеннопасивну інтерпсихічну інтенцію копінгу (дефіциту досвіду, навичок, ресурсів тощо), мають потенціал долати аверсивні ситуації, адже використовують ендогенноактивний копінг, що розгортається у форматі інтрапсихічної інтенції, яка враховує модус ситуації (ступінь загрози, перманентності, мінливості), а не ігнорують її зовсім. З часом він може привести до повторної оцінки ситуації, що підготує суб'єкта до активних дій та призведе до зміни цього виду копінгу на екзогенноактивний. Окрім цього, релігійність, зв'язок із Богом та покладання на Бога є не тільки могутньою копінг-стратегією, що здатна симультанно з іншими потенціювати дію інших стратегій. Згідно з принципом інтегральної суб'єктності З. Карпенко, копінг-стратегія “релігійність” є сферою компетентності абсолютно-суб'єктної

іпостасі людини, і сягає глибин трансцендентальної свідомості, яка продукує містичне переживання, що характеризується гармонією індивідуума й Абсолюту, даючи відчуття осмисленості і повноти життя [83, с. 90-91, 182-183].

По-друге, підлітки виявили здатність(особливо старші) надавати труднощам особливого смислу, вважаючи, що долаючи їх, вони самі вдосконалюються. Встановлений емпіричний факт у відповідності з принципом інтегральної суб'єктності З. Карпенко співвідноситься зі сферою дії метасуб'єкта, що проявляється у розвитку духовно-творчих можливостей особистості, здатної до самоактуалізації, самовдосконалення, усвідомлення смислу свого існування, яка завжди вибирає рух вперед та спрямована на подолання перешкод [82, с. 90-91].

По-третє, діагностовано прагнення підлітків контролювати себе, не втрачаючи самовладання, та контролювати зміни, аналізуючи і пояснюючи собі все, що відбувається. Це поєднується з пошуком альтернативних рішень проблем та власних ресурсів і є характерним проявом атитюду власної цінності (особливо у молодших підлітків). Останній проявляється в переконанні, що тільки ці труднощі вони поки що не можуть подолати, але з часом зможуть впоратися і з ними, і з більш складними перешкодами у своєму житті.

Розподілемоційних копінг-стратегій (див. табл. 2.6) свідчить про високі показники преференції підлітками продуктивних стратегій подолання (59,17%), що проявляються в емоційному зосередженні, у реакціях протесту по відношенню до аверсивних ситуацій, у впевненості в тому, що існує вихід з будь-якої, навіть найскладнішої складної життєвої ситуації. Ця тенденція майже однаково виявлена, як у молодших (60,29%), так і у старших підлітків (57,51%).

Непродуктивні емоційні копінг-стратегії як певні варіанти поведінки, що характеризуються пригніченим емоційним станом, почуттями безнадії, покори, провини, переживанням злості, звинувачення себе та пошуком

винних, обирають 27,81% підлітків, майже з рівномірним розподілом, з перевагою тільки в 3,8 % старшими підлітками (30,03 %) надмолодшими (26,23 %). Проте серед частково продуктивних емоційних копінг-стратегій, що спрямовані на нейтралізацію напруги, емоційне відреагування, емоційну розрядку або на делегування відповідальності зарозв'язання проблем значущим іншим, найменшу перевагу підлітки віддають саме їм (13,02%), при цьому спостерігається незначне переважання у переваженні цих стратегій молодших підлітків (13,48 %) над старшими (12,46 %).

Таблиця 2. 6

Індикація переваги емоційних копінг-стратегій у молодших та старших підлітків

Емпіричні частоти		Y (емоційні копінг-стратегії)			
		Продуктивні	частково продуктивні	непродуктивні	Всього
		(%)	(%)	(%)	
X (клас)	6 клас (1)	60,29	13,48	26,23	39
	9 клас (2)	57,51	12,46	30,03	32
Всього:		59,17	13,02	27,81	71

Результати розповсюдженості типів емоційних копінг-стратегій (табл. 2.7) вказують на максимальне використання підлітками продуктивної стратегії “оптимізм”, на якій фокусуються 52,80% молодших підлітків та 51,34% старших. Що стосується іншої продуктивної стратегії – “протесту”, то вона обирається нечасто, всупереч розповсюдженим поглядам про підлітковий негативізм – тільки 7,49% молодших підлітків та 6,17% старших.

Майже на такому ж рівні розподілилися частково продуктивна стратегія подолання „пасивна кооперація” з незначною перевагою у її виборі молодших підлітків (8,24%) над старшими (7,26%). Менш інтенсивно виражені такі частково продуктивні стратегії, як „емоційна розрядка” (5,24% у молодших підлітків та 5,2% старших) і такі непродуктивні копінг-стратегії, як „самозвинувачення” (5,99% – у молодших підлітків і 3,47% – у

старших) та „покора” (4,14 % – у молодших і 2,95% – у старших). Як бачимо, останні дві непродуктивні стратегії, хоч і з незначним переважанням всього у 2%, схильні обирати молодші підлітки, проте, що стосується непродуктивної стратегії „агресивність”, то її частіше обирають старші підлітки – 10,45%, ніж молодші – 5,24%. Отже, підлітковим негативізм радше має виражену реактивно-афективну форму, ніж рефлексивно-протестну.

Доволі високі показники в обох групах досліджуваних отримала непродуктивна стратегія „подавлення емоцій”, яка частіше зустрічається у старших (13,17%) підлітків, і рідше у молодших (10,86%).

Таблиця 2.7

Розповсюдженість типів емоційних копінг-стратегій

Типи емоційних копінг-стратегій		6 клас (n = 39)	9 клас (n = 32)
		%	%
1.	Протест (продуктивна)	7,49	6,17
2.	Емоційна розрядка (частково продуктивна)	5,24	5,2
3.	Подавлення емоцій (непродуктивна)	10,86	13,17
4.	Оптимізм (продуктивна)	52,80	51,34
5.	Пасивна кооперація (частково продуктивна)	8,24	7,26
6.	Покора (непродуктивна)	4,14	2,95
7.	Самозвинувачення (непродуктивна)	5,99	3,47
8.	Агресивність (непродуктивна)	5,24	10,45

Таким чином, аналіз індикації емоційного копіngu демонструє переважання підлітками переважно адаптивних типів копінг-стратегій, що позначається на максимальних показниках і молодших, і старших підлітків. Це виражається в наявності такої ціннісної складової світосприйняття, як оптимізм, емоційний тон якого пронизує сприйняття підлітками складної життєвої ситуації, забезпечуючи віру у власні сили та свої можливості як суб'єкта діяльності, впевненість у наявності виходу з кризи. Враховуючи той факт, що розпад оптимізму та інфантильного уявлення про світ відбувається наприкінці юнацького віку, хоча молода людина ще довго може чіплятися за дитячу позицію узгодженості всього, що відбувається, з її бажаннями та уявленнями, ми вважаємо, що оптимізм в

пубертатний період, незважаючи на його необґрунтованість, виконує стабілізаційну функцію, забезпечуючи динамічний баланс між психічною реальністю підлітка та об'єктивною дійсністю. Втакому разі будь-яка контрастна, випробувальна ситуація, що дисонує з суб'єктивною реальністю, сприймається підлітком як складна та неординарна, відтак оптимізм пом'якшує її стресогенність, травматичність, чинить гармонізувальний вплив на психіку.

Характерною реакцією підлітків є протест і обурення з приводу несправедливості обставин, що склалися, що в свою чергу актуалізує різні види психічної активності, спрямовуючи підлітків на незвичні дії з виходом за межі стереотипних рефрен-патернів, наслідки яких підлітком можуть і не враховуватися. І хоча протест може породжувати прийняття та реалізацію неправильних шляхів розв'язання проблеми, вже сама наявність протесту свідчить про запущений тригерний механізм, який призводить до актуалізації звичних способів подолання, що є в арсеналі суб'єкта, за допомогою яких раніше вирішувалися подібні проблеми, або задіюється механізм інтеркаляції, внаслідок чого з'являються нові структури в індивідуальній архітектоніці копінг-стилю підлітка, або ж відбувається альтернація перебігу копінг-стратегій, що дає змогу розширити діапазон активних дій з вирішення проблем. Водночас у процесі констатувального дослідження була діагностована здатність підлітків до дезадаптивного подолання через подавлення емоцій і блокування неприємної інформації, яку підлітки отримують у зв'язку зі складною ситуацією. І. Нікольська та Р. Грановська наголошують, що подавлення емоцій може виявлятися при стримуванні страху перед виниклими труднощами [145, с. 23].

Було діагностовано прагнення підлітків до пасивної кооперації, що характеризується довірою та делегуванням відповідальності за подолання власних труднощів іншим людям, які готові допомогти і які пропонують свою підтримку. Ця стратегія виступає у зв'язку з важливим соціально-психологічним фактором знаходження необхідних ресурсів для подолання

труднощів, забезпечуючи суб'єкта впевненістю в тому, що присутність близьких людей зменшує негативні емоційні реакції, страх та хвилювання, що викликаються стресогенною ситуацією, і відповідно активує здатність протидіяти їй. З іншого боку, відсутність або брак близьких людей може послаблювати загальний психічний стан і тим самим посилювати піддатливість особистості аверсивним умовам [166, с. 296].

Зауважимо, що у підлітків (переважно у старших) виявлена перевага деструктивної стратегії – „агресивність”. Ми вважаємо, що в емоційному векторі копінг „агресивність” може кваліфікуватися як екзистенційний акт дефензивного модусу; так, агресивність, що зумовлена спонуканням (Г. Зільмаї), характеризується діями, які використовуються для ліквідації неприємної ситуації або послаблення її травмувального впливу [210, с. 16]; реактивна агресивність (М. Додж, С. Койї) активується у відповідь на реальну загрозу [169, с. 277]; доброякісна (Е. Фромм), проявляючись у момент небезпеки, передбачає самозахист та сприяє підтримці життя [113, с. 17]. Але незважаючи на дефензивний характер агресивності, якщо прояви її перебільшено тенденційні, це призводить до викривлення, неадекватної інтерпретації інформації та неконструктивного розв'язання проблем [96, с. 1170].

Аналіз розподілу поведінкових копінг-стратегій (див. табл. 2.8) вказує на високі показники переваги підлітками частково продуктивних стратегій подолання (50,67%), що характеризуються тенденцією до тимчасової відмови від вирішення проблеми за допомогою певних відволікаючих факторів (алкоголю, лікарських засобів, занурення в улюблену справу, мандрування, здійснення заповітних мрій тощо), з переважанням на рівні 10 % цих стратегій у молодших підлітків (54,67 %) над показниками старших (44,9 %).

Продуктивні поведінкові копінг-стратегії як конструктивні форми подолання характеризуються співробітництвом зі значущими, більш досвідченими людьми, пошуком підтримки в найближчому соціальному

оточенні, які призводять до ефективного реагування на стресогенну ситуацію. Ці стратегії схильні обирати 29,58 % підлітків з практично однаковою преференцією їх як молодшими (29,59%), так і старшими (29,57 %) підлітками. Проте серед непродуктивних поведінкових копінг-стратегій, що полягають в уникненні думок про неприємності, відмові від вирішення проблем, компенсації з використанням копінгових засобів, втечі від реальності, усамітненні, ізоляції, 19,75 % підлітків із значною перевагою старших (25,53 %) над молодшими (15,74%) схильні обирати саме ці стратегії подолання.

Таблиця 2.8

Індикація преференції поведінкових копінг-стратегій у молодших та старших підлітків

Емпіричні частоти		Y (поведінкові копінг-стратегії)			
		Продуктивні	частково продуктивні	Непродуктивні	Всього
		(%)	(%)	(%)	
X (клас)	6 клас (1)	29,59	54,67	15,74	39
	9 клас (2)	29,57	44,9	25,53	32
Всього:		29,58	50,67	19,75	71

Розподіл типів поведінкових стратегій (табл. 2.9) показує високі показники частково продуктивної стратегії „відволікання”, що на високому рівні проявляється і в молодших (40,44%), і в старших (25,54%) підлітків, хоча перевага цієї стратегії у молодших особливо переконлива. Досить високі показники отримала при виборі непродуктивна стратегія „відступ” із переважанням у преференції більше старшими підлітками (16,13%), ніж молодшими (8,62%). Наступною за мірою вираженості є продуктивна стратегія “звернення”, що майже однаково виражена в обох групах підлітків з незначною перевагою у виборі старшими (15,05%) над молодшими (11,62%). Проте продуктивну стратегію „альтруїзм” більше обирають молодші підлітки (13,48%) зі значним відривом від старших (6,99%).

Суттєва відмінність у перевагах молодшими та старшими підлітками спостерігається в показниках частково продуктивної стратегії „компенсація”, що сильніше виражена у старших (13,44%) і зовсім слабо у молодших (4,86%) підлітків. Більш-менш рівномірний розподіл вибору виявлено у перевагах непродуктивної стратегії „активне уникнення” – 7,12% у молодших і 9,34% у старших. Різниця у показниках простежується при виборі частково продуктивної стратегії „конструктивна активність”, яку частіше обирають молодші підлітки (9,36%), ніж старші (5,92%). Найменш обираною стратегією у молодших підлітків є продуктивна стратегія „співробітництво” (4,49%), хоча у старших підлітків її показник наближений до середнього рівня розповсюдженості (7,53%).

Таблиця 2.9

Розповсюдженість типів поведінкових копінг-стратегій

Типи поведінкових копінг-стратегій		6 клас (n = 39)	9 клас (n = 32)
		%	%
1.	Відволікання (частково продуктивна)	40,44	25,54
2.	Альтруїзм (продуктивна)	13,48	6,99
3.	Активне уникнення (непродуктивна)	7,12	9,40
4.	Компенсація (частково продуктивна)	4,86	13,44
5.	Конструктивна активність (частково продуктивна)	9,36	5,92
6.	Відступ (непродуктивна)	8,62	16,13
7.	Співробітництво (продуктивна)	4,49	7,53
8.	Звернення (продуктивна)	11,62	15,05

Таким чином, аналіз індикації поведінкового копіngu демонструє досить різноманітні результати у перевагах стратегій молодшими та старшими підлітками. Максимальні показники в обох групах отримав тільки один тип частково продуктивної стратегії – “відволікання”, що характеризується тимчасовою відмовою від вирішення проблем через переключення на інший вид діяльності. Ми вважаємо, що ця стратегія, розгортаючись в діапазоні інтерпсихічної інтенції, відноситься до екзогенно пасивного копіngu, коли людина тимчасово нічого не робить по відношенню до критичної ситуації через протидію певних інгібіторів: дефіциту ресурсів (інтелектуальних, матеріальних), інформації, часу,

характерологічних особливостей, психофізичної астенізації тощо. Функціональність цієї стратегії полягає в механізмі апроксимації – переключення, зміщення психічної активності з одного об'єкту (аверсивна ситуація, яку необхідно долати) на інший об'єкт (занурення в улюблену справу), взаємодія з яким стабілізує емоційний тон у спосіботримання позитивних емоцій.

Решта типів поведінкових копінг-стратегій представлені досить нерівномірно і суттєво відрізняються в групах молодших та старших підлітків. Так, діагностовано прагнення старших підлітків відступати від труднощів, які виникли, що проявляється в ізоляції від будь-яких контактів з іншими, і попри те, що провідним типом діяльності в цьому віці є спілкування, підлітки все ж таки схильні до ізоляції. Дихотомія "прагнення до спілкування – ізоляція" пояснюється лабільністю протиріч, що зумовлені якісними змінами, які, з одного боку, супроводжуються появою у самого підлітка значущих суб'єктивних труднощів різного порядку, а з іншого – виникненням об'єктивних перешкод при його взаємодії з довкіллям. Ми вважаємо, що цей вид копіngu, попри його непродуктивність, необхідний для накопичення ресурсного потенціалу. На відміну від попереднього, він відноситься до ендогенноактивного, що розгортається у плані інтрапсихічної інтенції, продуктом чого є підвищення рівня осмисленості аверсивної ситуації, поява ціннісного усвідомлення нового змісту, сприяння активації іншого виду копіngu, що відповідає релевантній ситуації.

Проте характерною властивістю як молодших, так і старших підлітків є здатність до активного пошуку соціальної підтримки – людей, які можуть допомогти їм у подоланні складної життєвої ситуації, підтримати, надати психологічну допомогу: емоційну, когнітивну, орієнтовану на самооцінку тощо; чи інструментальну – порадою, інформацією, грошима, практичною допомогою. Ця стратегія виступає чи не найважливішим базовим ресурсним дескриптором середовища, використання якої дає змогу підлітку самостійно вчитися визначати вид та

обсяг необхідної соціальної підтримки, що, в свою чергу, сприяє моделюванню персональної соціальної мережі і дозволяє за допомогою когнітивних, емоційних та біхевіоральних відповідей успішно долати аверсивні ситуації. Слід зауважити, що при розвинутій базовій копінг-стратегії пошуку соціальної підтримки важливою є її спрямованість на просоціальне підтримувальне оточення, а не на деструктивну соціальну мережу [166, с. 296; 183, с. 63-74; 185, с. 59-76].

Що стосується іншої стратегії, яка також належить до потужного особистісно-середовищного ресурсу, – стратегії співробітництва, то у підлітків вона досить слабо розвинута. На нашу думку, це пов'язано з тим, що зміст такої інтеракції вимагає більш зрілих патернів, а її тактичні елементи пов'язані з розвинутою стратегією “звернення”, оскільки “співробітництво” характеризується низкою певних агентів – оцінюванням можливостей власної соціальної мережі, самостійним активним вибором джерела соціальної підтримки, визначенням типу, змісту та дозування обсягу підтримки, зважуванням резервів, які будуть використовуватися при прийнятті рішення, плануванням власних дій і успішним прогнозуванням своїх можливостей. А враховуючи те, що у підлітків тільки розвивається абстрактно-поняттєве, формальне мислення (як зауважував Ж. Піаже, описуючи можливості підлітків, тільки занурюючись у соціальне середовище, вони постійно трансформують свої вищі психічні функції через присвоєння змісту логічно обґрунтованих колективних норм та інтелектуальних цінностей). Саме тому вони і обирають стратегію звернення як таку, що дає можливість розвивати вміння і навички співробітництва.

У цьому зв'язку важливо підкреслити реципрокність вищеперерахованих стратегій з урахуванням того, що всі вони належать до середовищного ресурсу особистості. “Пасивна кооперація”, незважаючи на її низьку ефективність в окремо взятій реалізації, закладає фундамент для розвитку та розгортання більш потужної стратегії – “звернення”, яка в свою чергу сприяє ефективній реалізації “співробітництва”. Окрім цього, “пасивна

кооперація” і “звернення” можуть проявлятися як поперемінно, так і симультанно, а у “співробітництві” можуть зливатися в одне ціле стратегічні елементи “пасивної кооперації” і “звернення”.

У дослідженні була діагностована здатність молодших підлітків до альтруїстичної поведінки. Це пояснюється тим, що в підлітковому віці відбувається інтенсивне зростання соціально цінних спонукань та переживань, пов'язаних з доброчинністю, співчуттям, здатністю жертвувати своїми потребами заради інших людей. Окрім цього, ми вважаємо, що прояв цієї стратегії також реалізується в механізмі апроксимації – зміщенні психічної активності з одного об'єкту (власної аверсивної ситуації) на інший об'єкт (вирішення проблем іншої людини).

Що стосується старших підлітків, то у складних життєвих ситуаціях вони більше схильні до компенсації через відволікання та розслаблення, де в ролі регресивного засобу використовуються алкоголь, заспокійливі препарати, смачна їжа, чого майже не спостерігається у молодших. Це пояснюється тим, що складні життєві ситуації, які вимагають посиленої діяльності та підвищеної напруги, активують підвищені оральні потреби, які призводять до вказаних засобів відволікання. Зміна емоційного стану, тимчасовий зсув негативних емоцій у вільну від депресії фазу, зменшує напругу. Окрім цього, відчуття власної неспроможності, нездатності щось змінити в аверсивній ситуації спонукає підлітка шукати забуття в розслаблювальній речовині або їжі, що відіграє роль заміщувального задоволення, служить сурогатом любові, турботи, безпеки, послаблює біль, розчарування, даючи ілюзорне відчуття спокою та безтурботності [130, с. 762; 182, с. 162, 371, 380]. Слід зауважити, що хімічні процеси розщеплення вуглеводнів їжі в організмі схожі з такими ж при розпаді алкоголю, і багата сахарозами їжа на деякий час викликає підвищення настрою та відчуття припливу нових сил [143, с. 97].

У позитивній психотерапії механізм прийняття їжі, проявляючись у ситуаціях напруги та конфліктів, інтерпретується як здатність суб'єкта тут і

тепер доставити собі щось приємне, а за допомогою алкоголю робити конфлікти тимчасово терпимими, відчуваючи при цьому захищеність, зменшення тривоги, страху [150, с. 136, 415]. У психодинамічній інтерпретації регрес з фіксацією на оральному задоволенні їжою, алкоголем є заміщенням "материнської турботи", захистом від депресії, самоствердженням, нейтралізацією напруги, "материнською підтримкою" і активується в стресогенних ситуаціях, коли Его не в змозі прийняти реальність і адекватна поведінка людини неможлива [130, с. 764; 186, с. 680]. Проте К. Юнг вважав, що регресія є основною умовою для творчого акту і дозволяє виробити новий життєвий план [113, с. 488].

При перманентному використанні цієї стратегії без супроводу іншої людина може реалізовувати ендогенно пасивний копінг, обираючи адиктивну реалізацію, що розвивається в автоцидну тенденцію (саморуїнівну поведінку). При сукцесивному, симультанному чи альтернативному перебігу цього копіngu з екзогенно активним чи ендогенно активним варіантами суб'єкт накопичує потенціал в ресурсній системі, який допоможе в майбутньому ефективніше долати аверсивні ситуації.

З метою з'ясування статистично значущих відмінностей отриманих результатів щодо преференцій модальних типів копінг-стратегій у молодших та старших підлітків ми здійснили порівняння одержаних частотних даних, використовуючи χ^2 -критерій Пірсона. Отже, отримано такі значення χ^2 -критерію:

- для когнітивних копінг-стратегій: $\chi^2_{\text{емп.}} = 3,37, df = 2, p > 0,1$;
- для емоційних копінг-стратегій: $\chi^2_{\text{емп.}} = 1,69, df = 2, p > 0,1$;
- для поведінкових копінг-стратегій: $\chi^2_{\text{емп.}} = 14,82, df = 2, p < 0,001$;
- де $df = (k - 1) (L - 1) = (2 - 1) (3 - 1) = 2$.

Порівняння молодших та старших підлітків не виявило статистично достовірних відмінностей щодо преференції когнітивних та емоційних копінг-стратегій ($p > 0,1$), що свідчить, хоч і про активний, але пролонгований розвиток цих сфер, які ще не набули характеристик

індивідуального стилю. Проте виявлена статистично значуща залежність переваги поведінкових копінг-стратегій від віку підлітків ($p < 0,001$) свідчить про те, що, по-перше, молодші підлітки ще дотримуються інфантильної позиції, а старші починають чіткіше усвідомлювати межі власної дорослості, які формують вищий ступінь самостійності.

Таким чином, результати емпіричного дослідження дозволяють зробити висновок про здатність і молодших, і старших підлітків до збалансованого використання відповідних їм віку різних типів модальностей копінг-стратегій: продуктивних, частково продуктивних або непродуктивних інтенцій, які в загальній структурі копінг-поведінки можуть виявляти синергійну дію або потенціювати дію продуктивних копінг-стратегій, але незважаючи на це, в підлітковому віці індивідуальний копінг-стиль ще не сформований, хоча перебуває в процесі активного становлення.

Висновки до другого розділу

1. У другому розділі обґрунтовано організаційно-методичні засади емпіричного дослідження, викладено результати моніторингу типів акцентуацій характеру у підлітків, встановлено рівні вираженості провідних копінг-стратегій в акцентуантів, розкрито преференції типів модальностей копінг-стратегій акцентуантів в різних сферах їх прояву.

2. З метою отримання структурно-динамічних показників особливостей вибору копінг-стратегій у підлітків-акцентуантів для проведення емпіричного дослідження було відібрано наступні методики: модифікований патохарактерологічний діагностичний опитувальник для ідентифікації типів акцентуацій характеру у підлітків (МПДО) С. Подмазіна, О. Сибіль, методики визначення копінг-поведінки в стресових ситуаціях С. Нормана, Д. Ендлера, Д. Джеймса та ін. (адаптована Т. Крюковою) та вивчення індивідуальних копінг-стратегій Е. Хайма.

3. У результаті моніторингу акцентуованих психотипів у підлітків (МПДО Подмазін, О. Сибіль) було визначено ступінь поширено стінаступних акцентуацій серед молодших та старших підлітків: чисті типи представлені – демонстративним, гіпертимним, збудливим, інтровертованим, лабільним і нестійким (тільки у старших підлітків); змішані типи проявляються у гіпертимно-демонстративному, демонстративно-нестійкому (у старших), збудливо-демонстративному, інтровертовано-демонстративному та інтровертовано-збудливому, лабільно-демонстративному; найменше представлені чисті типи – циклоїдний, астено-невротичний та тривожно-педантичний, а також такі змішані типи – астено-невротично-демонстративний, гіпертимно-циклоїдний, збудливо-нестійкий та сензитивно-інтровертований.

4. Методика визначення копінг-поведінки у стресових ситуаціях С. Нормана, Д. Ендлера та ін. дала змогу визначити її домінуючі стратегії у підлітків-акцентуантів: орієнтовані на розв'язання задач (67,1% – у

молодших та 67,81% – у старших), орієнтовані на уникнення через соціальне відволікання (68,24% – у молодших та 64,96% – у старших). Змістова реципрокність та досить високі показники копінг-стратегій, що орієнтовані на уникнення та уникнення через відволікання, експлікують наявність в структурі індивідуального копінг-стилю стратегії-асектатори, які, хоч і мало представлені, але за необхідності здатні легко активуватися.

5. Аналіз преференції окремих модальностей копінг-стратегій в різних сферах їх прояву за методикою Е. Хаймана виявив статистично достовірних відмінностей між показниками когнітивних та емоційних копінг-стратегій у молодших та старших підлітків за всіма модусами ефективності. Це свідчить хоч і про активний, але пролонгований розвиток даних сфер, які ще не набули характеристик індивідуального стилю. Водночас виявлена статистично значуща залежність преференції поведінкових копінг-стратегій від віку підлітків ($p < 0,001$) свідчить про те, що молодші підлітки ще дотримуються інфантильної позиції, а старшим уже притаманне усвідомлення власної дорослості, яке передбачає вищий ступінь самостійності. І молодші, і старші підлітки здатні до збалансованого використання відповідних їх віку різних типів модальностей копінг-стратегій (продуктивних, частково продуктивних або непродуктивних), які в загальній структурі копінг-стилю можуть виявляти синергійну дію або потенціювати дію продуктивних копінг-стратегій. Загалом же в підлітковому віці індивідуальний копінг-стиль ще не сформований, хоч і перебуває в процесі активного становлення.

ВИСНОВКИ

1. У магістерській роботі наведено теоретичне узагальнення та експериментальне вирішення проблеми особливостей вибору копінг-стратегій підлітками-акцентуантами, що дало змогу визначити ключові показники, психологічні механізми та особливості становлення індивідуальних копінг-стилів у пубертаті.

2. Особистість реалізується у переважаючому характерологічному радикалі (тип акцентуації), що зумовлює особливу її структуру та специфіку адаптації до навколишнього соціального середовища засобами певних копінг-стратегій і призводить до відповідної взаємодії з аверсивними умовами життєдіяльності.

3. Акцентуйовані психотипи утворюються внаслідок перфорації «Его» дисфункціональними батьківськими ставленнями, що формує у дитини відповідне ставлення до себе та до оточуючого світу і призводить до порушення функціонування «Его», спричинюючи своєрідну еманацию його змісту. Збіднення его-структури потребує її наповнення замісним змістом з метою протидії зовнішньому або внутрішньому тиску, що міг би призвести до деперсоналізації. Відтак сформований акцентуйований психотип передбачає релевантний, притаманний конкретному підлітку спосіб наповнення еманованого «Его».

4. За критерієм «активність-пасивність» типізовано чотири види копінг-стратегій з урахуванням їх генези, відповідного ситуаційному контексту та плану психічних дій, на якому вони реалізуються: екзогенно-активні (що розгортається у зовнішніх аспектах ситуації), екзогенно-пасивні (тимчасова відмова від подолання труднощів, що дає змогу підготуватися, спланувати, як ефективніше діяти), ендогенно-активні (що розгортається у внутрішньому плані – активне опанування аверсивної ситуації), ендогенно-пасивні (відмова від подолання труднощів).

5. Застосування математичних методів статистичного висновку до масиву емпіричних даних підтвердило особливості вибору певних копінг-

стратегій, які сприяють виходу (продуктивному/непродуктивному) зі складних життєвих ситуацій.

6. Визначено суттєвий взаємозв'язок акцентуйованих рис характеру з особливостями вибору провідних стратегій і копінг-поведінки в аверсивних обставинах.

7. Перспективу розгортання досліджень в обраному напрямку становить лонгітюдне вивчення копінг-поведінки акцентуйованих осіб, з'ясування гендерної специфіки стратегій подолання під впливом ціннісно-диспозиційної структури особистості тощо.

СПИСОК ВИКОРИСТАНІХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамова Г.С. Практическая психология /Г.С. Абрамова– [3-изд.]. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998. – 368 с.
2. Абульханова-Славская К.А. Личностная регуляция времени / К.А.Абульханова-Славская // Психология личности в трудах отечественных психологов / [сост. Л. В. Куликов]. – СПб: Питер, 2000. – С. 279–297. (Серия “Хрестоматия по психологии”).
3. Абульханова-Славская К. А. Стратегии жизни /К.А.Абульханова-Славская – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
4. Айви А. Е. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство / Айви А. Е., Айви М. Б., Саймек-Даунинг Л.;пер. с англ. Л. М. Тарасенко. – М., 1999. – 487 с.
5. Айхорн А. Трудный подросток / А. Айхорн – М.: Апрель Пресс, ЭКСМО – Пресс, 2001. – 304с.
6. Алексапольский А. А. Критерий продуктивности копинг-стратегий/ А. А. Алексапольский // Психология индивидуальности: материалы всероссийской науч.-практ.конф., (Москва, 2–3 ноября 2006 г.) – М.: Государственный ун-тет – Высшая школа экономики, 2006. – С. 10 – 12.
7. Амбрумова А. Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика / А. Г. Амбрумова // Психологический журнал. – 1985. – № 6. – С. 107 – 115
8. Анциферова Л. И. Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия / Л. И. Анциферова // Психологический журнал. –1993. – № 2. – С. 3 – 16.
9. Бушай І. М. Динамічні властивості розвитку Я-образу акцентуєваних підлітків. / І. М. Бушай // Психологія: [зб. наук. праць. Інституту

- психології ім.. Г.С. Костюка АПН України / ред. С. Д. Максименко]. – К., 2002. – Вип. 16. – С. 242 – 248.
10. Воеводин И. В. Копинг-поведение при аддиктивных состояниях: относительность критериев адаптивности [Электронный ресурс] / И. В. Воеводин // Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В. М. Бехтерева – 2004. – Т. I, № 4. – С. 42-48. – Режим доступа до журн.:http://media/bechter/04_04/7.shtml.
 11. Воловик В. М. Об особенностях формирования приспособительного поведения больных малопрогредиентной шизофренией / В. М. Воловик, А. П. Коцюбинский, Н. С. Шейнина // Ранняя реабилитация психически больных: [сб. науч. трудов]. – 1984. – № 6. – С. 39-46.
 12. Выжлецов Г.П. Аксиология: становления и основные этапы развития / Г.П. Выжлецов // Социально-политический журнал. – 1996. – № 1. – С. 86–99.
 13. Ганнушкин П. Б. Клиника психопатий, их статика, динамика, система/П. Б. Ганнушкин– М.: Медицина, 1982. – 482 с. – (Психология индивидуальных различий: тексты).
 14. Голован В.П. Аксиопсихологічний потенціал гуманізації професійної підготовки соціальних педагогів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07. «Педагогічна та вікова психологія» / В.П. Голован. – Івано-Франківськ, 2006. – 18 с.
 15. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и ценностные ориентации личности / Е.И. Головаха // Психология личности в трудах отечественных психологов / [сост. Л. В. Куликов]. – СПб: Питер, 2000. – С. 256–269. (Серия «Хрестоматия по психологии»).
 16. Духновский С. В. Психологическое сопровождение подростков в критических ситуаціях / Духновский С. В. – Курган: Курганский гос. ун-т, 2003. – 124 с.
 17. Еникеев М. И. Энциклопедия. Общая и социальная психология / М. И. Еникеев– М.: ПРИОР, 2002. – 560 с.

18. Завилянский И. Я. Психиатрический диагноз / И. Я. Завилянский, В. М. Блейхер. – К.: Вища школа, 1979. – 195 с.
19. Заика Е.В. Психологическая характеристика личности подростков с отклоняющимся поведением / Е.В. Заика, Н. П. Крейдун, А. С. Ячина // Вопросы психологи. – 1989. - №6. – С.83-90.
20. Здравомыслов А.Г. Потребности. Интересы. Ценности /А.Г. Здравомыслов– М.: Политиздат, 1986. – 221 с.
21. Зейгарник Б.В. Патопсихология: [2-е изд.]/ Зейгарник Б.В. — М.: Академия, 2003. – 208 с.
22. Зеличенко А.И. Психология духовности / А. И. Зеличенко– М.: Трансперсональный институт, 1996. – 400 с.
23. Змановская Е.В. Девиантология (психология отклоняющегося поведения) / Е.В. Змановская– М.: Академия, 2003. – 288 с.
24. Комяк М. В. Взаимосвязь стратегий совладающего поведения и временной перспективы личности / М. В. Комяк // Каузометрия в исследованиях психологического времени и жизненного пути личности: прошлое, настоящее, будущее. – К.: Институт социологии НАН Украины, 2008. – С. 55-56.
25. Кон И.С. Психология ранней юности / И. С. Кон– М.: Просвещение, 1989. – 255с. – (Книга для учителя).
26. Красило Д. А. Особенности процесса формирования идентичности и реального самоопределения молодежи в кризисные периоды развития общества / Д. А. Красило // Материалы науч.-практ.конф. [«Проблемы психологии XXI века глазами молодых ученых»], (Москва, 3 – 4 ноября 2002 года). – М., 2002. – С. 68-70.
27. Леонгард К. Акцентированные личности / Карл Леонгард; [пер. с нем. В. Лещинская] . – К.: ВИЩА ШКОЛА, 1989. – 375 с.
28. Леонтьев Д.А. Внутренний мир личности. Смысл жизни / Д. А. Леонтьев // Психология личности в трудах отечественных психологов / [сост. Л. В. Куликов]. – СПб: Питер, 2000. – С. 372–377.

29. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев– М.: Смысл, 1999. – 487 с.
30. Литвак Б. Г. Экспертная информация: Методы получения и анализа / Б. Г. Литвак– М.: Радио и связь, 1982. – 184 с.
31. Личко А. Е., Битенский В. С. Подростковая наркология / А. Е. Личко, В. С. Битенский. – Л.: Медицина, 1991. – 304 с. – (Руководство).
32. Личко А. Е. Подростковая психиатрия / А. Е. Личко– Л.: Медицина, 1985. – 416 с.
33. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А. Е. Личко– Л.: Медицина, 1983. – 256 с.
34. Мак–Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Мак–Вильямс – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 480 с.
35. Медична психологія: [підручник] /Максименко С. Д., Коваль І. А., Максименко К. С, Папуча М. В. /[ред. С. Д. Максименко]. – Вінниця: Нова книга, 2008. – 520 с.
36. Максименко С. Д. Подросток: проблемы и перспективы / С. Д. Максименко, С. С. Ракитянская // Матер. Міжнар. конгресу: [«Наука і освіта: Стреси в повсякденному житті дітей»],(Одеса, 25-29 квітня 2000 р.). – Одеса. – 2000. – С. 98 – 99
37. Максимова Н. Психокорекція підлітків із психопатіями й акцентуаціями характеру / Н. Максимова // Підліток: як йому допомогти. – К.: Ред. Загальнопед. газ., 2004. – С. 36-38
38. Максимова Н. Ю. Психологический аспект профилактики алкоголизма и наркомании подростков / Максимова Н. Ю. – К.: ИСИС, 1995. – 144 с. (Методическое пособие).
39. Москалец В. П. Комплексы базової особистості сучасної України / В. П. Москалец // Українознавчі студії. – 1999. – №1 – С. 156–171.

40. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями / К. Муздыбаев // Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. – Т. I, № 2. – С. 42-48.
41. Нартова-Бочавер С. К. «Coping Behavior» в системе понятий психологии личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. – Т. 18, № 5. – С. 20 – 30.
42. Наш проблемный подросток: понять и договориться / [под ред. Л. А. Регуш]. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена; Изд-во «СОЮЗ», 2001. – 191 с.
43. Никольская И. М. Психологическая защита у детей / И. М. Никольская, Р. М. Грановская. – СПб.: Речь, 2006. – 352 с.
44. Оржехівська В. М. Соціально-педагогічні проблеми девіантної поведінки неповнолітніх у сучасних умовах / В. М. Оржехівська // Педагогіка і психологія. – 1995. – № 4. – С. 24.
45. Остапович І. Конструктивні копінг-стратегії / І. Остапович // Екологічні та вікові складові психічного здоров'я людини: матеріали між нар.наук.конф., (Рівне, 16-17 березня 2007 р.) – Рівне. – 2007. – С. 155 – 158.
46. Осухова Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях / Наталья Георгиевна Осухова. – М.: Академия, 2008. – 288 с.
47. Подкорытов В. С. Качество жизни детей и подростков с психическими расстройствами: проблема оценки / В. С. Подкорытов, Л. Ф. Шестопалова, О. В. Скрынник, Н. В. Козьякина // Соціальна педіатрія. Розділ: «Медико-соціальні аспекти реабілітації дітей з органічним ураженням нервової системи». — Київ, 2001. — № 1. — С. 421–424.
48. Подмазин С.И. Как помочь подростку с «трудным» характером / С.И.Подмазин, Е.И. Сибиль. – К.: НППЦ Перспектива, 1996. – 160 с. – (Серия «В помощь школьному психологу»).
49. Психология человека от рождения до смерти / [под ред. А. А. Реана]. –

- СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 656 с.–(Серия “Психологическая энциклопедия”).
50. Психология подростка. Полное руководство / [под ред. А. Реана]. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. –432 с. (Серия “Психологическая энциклопедия”).
 51. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности / Х.Ремшмидт – М.: Мир, 1994. – С. 122-123.
 52. Решетников М. М. Психодинамика и психотерапия депрессий / М. М. Решетников– СПб.: Речь, 2003. – с. 58 - 60
 53. Сапоровская В.Д. Изучение интернальности как предиктора копинга / В. Д. Сапоровская // Материалы Всерос.симпозиума [«Актуальные проблемы социальной психологи: Личность и общество»]. –Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2000. – № 1. – С. 34–35.
 54. Сімак А.А. Ентропія копінг-поведінки в аверсивних умовах життєдіяльності / А. А. Сімак //Матеріали Другої міжнар.наук.-практ. конф. [«Соціалізація особистості і суспільні трансформації: механізми взаємовпливу та вияви»], (Чернівці, 14-16 травня 2009 року). – Чернівці: Книга – XXI, 2009. – С. 276 – 278.
 55. Сімак А. А.Інтенція базових копінг-стратегій у молодших та старших підлітків / А. А. Сімак //Проблеми сучасної педагогічної освіти. Серія «Педагогіка і психологія»:[зб. наук. праць].– Ялта: РВВ КГУ, 2009. – Вип.24., ч. 1. – С. 193-199.
 56. Сімак А.А. Ресурси особистості як субфеномени копінг-поведінки / А. А. Сімак //Матеріали VМіжнар. научна практична конф.[«Найновите научни постижения - 2009»], (София, 17-25 март 2009 року).– София: «Бял ГРАД-БГ» ООД, 2009. – Т. 18. – С. 42-44.
 57. Сімак А. А. Різноманітність копінгу в спектрі активності-пасивності реакцій людини / А. А. Сімак //Матеріали Всеукр. конф. молодих науковців [«Розквітання-2»: «Теоретичні та практичні проблеми

розвитку та реалізації потенціалу особистості»], (Одеса, 30 квітня 2009 року). – Одеса: СМІЛ, 2009. – С. 86 – 88.

58. Сирота Н. А. Копинг-поведение и психопрофилактика психосоциальных расстройств у подростков / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский // Обзор психиатрии и мед. психологии. – 1994. – № 1. – С. 63-74.
59. Сирота Н. А. Теоретические основы копинг-профилактики наркоманий как база для разработки практических превентивных программ/Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский // Вопросы наркологии. – 1996. – № 4. – С. 59 – 76.

ДОДАТКИ

Додаток А

Психодіагностичні методики

Додаток А.1

Модифікований патохарактерологічний діагностичний опитувальник для ідентифікації типів акцентуацій характеру у підлітків (МПДО)

С. Подмазіна, О. Сібіль

Використання цього опитувальника дало змогу виявити тип акцентуйованого характерологічного радикалу особистості, що дозволило констатувати типові стереотипи діяльності, стильові характерологічні особливості і поведінкові патерни молодших та старших підлітків.

Опитувальник містить 143 твердження, які складають 10 діагностичних і одну контрольну шкалу. Кожна шкала має 13 тверджень, які в тексті опитувальника пред'являються у випадковому порядку. Діагностуються гіпертимний, циклоїдний, лабільний, астено-невротичний, сенситивний, тривожно-педантичний, інтровертований, збудливий, демонстративний і нестійкий типи. Випробуваням пропонувалися бланки запитань-тверджень та бланки відповідей. Прочитавши в бланку запитань кожне твердження, необхідно було вирішити: типово, характерно це для досліджуваного чи ні. Якщо так, то досліджуваний підкреслював номер цього запитання у бланку-відповідей, якщо ні, пропускав цей номер. Обробка результатів зводилася до визначення сумарного числового значення за кожною шкалою, після чого кожен тип акцентуацій порівнювався з мінімальним діагностичним числом (МДЧ): для гіпертимного МДЧ становить – 10 балів; для циклоїдного – 8; для лабільного – 9; для астено-невротичного – 8; для сенситивного – 8; для тривожно-педантичного – 9; для інтровертованого – 9; для збудливого – 9; для демонстративного – 9; для нестійкого – 10; контрольна шкала – 4.

Контрольна шкала інтерпретується таким чином, що показник в чотири бали розглядається вже як критичний. Високий показник за цією шкалою свідчить про тенденцію досліджуваних давати "хороші" відповіді. Високі бали за шкалою брехні також є додатковим свідченням демонстративності в поведінці досліджуваного. Тому при отриманні за контрольною шкалою більше чотирьох балів ми додавали до шкали демонстративності один бал. Якщо показник за шкалою брехні перевищує сім балів, тоді до шкали демонстративності додаємо два бали. Однак, якщо не зважаючи на це, демонстративний тип не діагностувався, то результати тестування визнавалися недостовірними.

Для точного визначення психотипу особистості в опитувальнику подаються правила ідентифікації типів акцентуацій:

1. Якщо МДЧ досягнуто або перевищено тільки за одним типом, тоді діагностується цей тип.

2. Якщо МДЧ перевищено за декількома типами, тоді діагностується:

а) у випадку перерахованих поєднань – змішаний тип:

Г, Ц	Г, Д	Г, Н
Ц, Л		
Л, А	Л, С Л, Д; Л, Н	
А, С	А, Т	А, Д
С, Т	С, І	
Т, І		
І, З	І, Д	І, Н
З, Д	З, Н	
Д, Н		

Інші сполучення, які отримані за МПДО, визнаються несумісними, наприклад, гіпертимний та інтровертований тип, сенситивний і збудливий тощо.

б) якщо за будь-яким типом набрано на чотири бали більше, ніж за іншими типами, тоді останні не діагностуються, навіть якщо поєднання сумісне.

в) у випадку несумісних поєднань діагностується той тип, за яким набрано більше балів.

г) якщо за двома несумісними типами отримуємо однакову кількість балів, то для виключення одного з них необхідно керуватися наступними правилами домінування (зберігається тип, який вказаний після знаку рівняння):

$\Gamma + \text{Л} = \Gamma$	$\text{А} + \text{І} = \text{І}$	$\text{Ц} + \text{А} = \text{А}$	$\text{С} + \text{В} = \text{В}$
$\Gamma + \text{А} = \text{А}$	$\text{А} + \text{З} = \text{З}$	$\text{Ц} + \text{С} = \text{С}$	$\text{С} + \text{Д} = \text{Д}$
$\Gamma + \text{С} = \Gamma$	$\text{А} + \text{Н} = \text{Н}$	$\text{Ц} + \text{Т} = \text{Т}$	$\text{С} + \text{Н} = \text{Н}$
$\Gamma + \text{Т} = \text{Т}$		$\text{Ц} + \text{І} = \text{І}$	
$\Gamma + \text{І} = \text{І}$	$\text{Т} + \text{З} = \text{З}$	$\text{Ц} + \text{З} = \text{З}$	$\text{Л} + \text{Т} = \text{Т}$
$\Gamma + \text{В} = \Gamma$	$\text{Т} + \text{Д} = \text{Д}$	$\text{Ц} + \text{Д} = \text{Д}$	$\text{Л} + \text{І} = \text{І}$
	$\text{Т} + \text{Н} = \text{Н}$	$\text{Ц} + \text{Н} = \text{Н}$	$\text{Л} + \text{З} = \text{З}$

3. Якщо МДЧ досягнуто або перевищено стосовно декількох типів і за правилом 2 їх не вдається скоротити до двох, тоді відбираються два типи з найбільшим числом балів, лише після цього керуються цим правилом.

4. Якщо за контрольною шкалою отримано більше чотирьох балів, тоді, як уже підкреслювалося, за шкалою демонстративності додається один бал, якщо більше семи – додаємо 2 бали. Однак, якщо після цього демонстративний тип не діагностується, результати дослідження визнаються недостовірними.

Досягнення або перевищення МДЧ за тим чи іншим типом, а також запропоновані правила ідентифікації типів гарантують точність діагностики не менш $P > 0,95$ [55, с. 26-35].

Методика визначення копінг-поведінки в стресових ситуаціях С.**Нормана, Д. Ендлера, Д. Джеймса, М. Паркера****(адаптований варіант Т. Крюкової)**

Ця методика представлена переліком певних типів поведінки та заданих реакцій на складні, стресові життєві ситуації і спрямована на виявлення рівня вираженості домінуючих базисних копінг-стратегій в індивідуальному стилі копінг-поведінки респондентів. Методика складається з 48 тверджень з наперед заданими варіантами відповідей, які оцінюються певною кількістю балів (“Ніколи так не вчиняю” – 1 бал, “Рідко чиню саме так” – 2 бали, “Іноді буває, що я роблю саме так” – 3 бали, “Частіше за все я вчиняю саме так” – 4 бали, “Дуже часто я використовую саме таку поведінку” – 5 балів), що дозволяє діагностувати наступні базисні копінг-стратегії: стратегії, орієнтовані на розв’язання задачі; копінг-стратегії, орієнтовані на емоції; стратегії, що орієнтовані на уникнення; копінг-стратегії, орієнтовані на уникнення через відволікання, та копінг, орієнтований на уникнення через соціальне відволікання. Випробуванню пропонувалися бланки тверджень та бланки відповідей, в яких необхідно було проставити відповідну цифру залежно від того, чи притаманні певні патерни досліджуваному чи ні. Обробка результатів зводилася до визначення сумарного числового значення за кожною шкалою з урахуванням наведеного ключа інтерпретації [Копинг-поведение в стресових ситуациях [24, с. 442-444].

Методика визначення індивідуальних копінг-стратегій Е. Хайма

Методика дозволяє виявити розповсюдженість та преференцію провідних типів модальностей копінг-стратегій в різних сферах прояву (когнітивній, емоційній, поведінковій) та визначити їхню продуктивність (стратегії, що допомагають швидко та успішно подолати складну життєву ситуацію), відносну продуктивність (стратегії, що допомагають у деяких ситуаціях) та непродуктивність (не усувають труднощів та стресового стану, навіть можуть сприяти його посиленню) в кожній сфері прояву копінг-поведінки. Дана методика складається із трьох окремих блоків, які презентують певну психічну сферу (когнітивну, емоційну, поведінкову) з відповідною продуктивною інтенцією копінг-стратегій. Кожний блок вміщує низку тверджень, які пов'язані з певними копінг-стратегіями, а в ключі "продуктивності-непродуктивності" представлені в хаотичному порядку. Діагностуються наступні копінг-стратегії: продуктивні, відносно продуктивні та непродуктивні когнітивні копінг-стратегії; продуктивні, відносно продуктивні та непродуктивні емоційні копінг-стратегії; продуктивні, відносно продуктивні та непродуктивні поведінкові копінг-стратегії. Випробуванню пропонувалися бланки тверджень, необхідно було в кожному їх блоці обрати конкретне твердження як найбільш звичне, типове для себе, за допомогою якого респондент долає власні труднощі та стресові ситуації високої емоційної напруги, і відмітити його у бланку. Обробка результатів відбувалась за допомогою наведеного ключа інтерпретації [54, с. 262-265].