

Цит.: Холодная М.А., Берестнева О.Г., Муратова Е.А. Структура стратегий совладания в юношеском возрасте (к проблеме конструктивной валидности опросника «Юношеская копинг-шкала») // Вопросы психологии. 2007. № 4. С. 143-156.

**Структура стратегий совладания в юношеском возрасте  
(к проблеме конструктивной валидности опросника  
«Юношеская копинг-шкала»)\***

М.А. Холодная, О.Г. Берестнева, Е.А. Муратова

Проведена проверка конструктивной валидности опросника для диагностики стилей психологического совладания (копингов) Adolescent Coping Scale (Юношеская копинг-шкала) Э. Фрайденберг и Р. Льюиса с помощью процедур факторного и кластерного анализа. Постулируемые стили совладания (продуктивный, непродуктивный, социальный) не выявлены. Продемонстрирована возможность существования других стилей совладания: проблемно-ориентированного, мобилизационного, эмоционально-доминантного и социотропного. Пересмотрены критерии продуктивности совладающего поведения (вариативность и мобильность) с учетом фактора интеллектуального контроля.

*Ключевые слова:* стратегии совладания, трудная ситуация, стили совладающего поведения, оценка ситуации, интеллектуальный контроль.

Одним из важнейших вопросов психологического исследования является вопрос о валидности измерительной процедуры (теста, опросника), которая используется для сбора данных о тех или иных психических качествах человека. Прежде всего, следует быть уверенным в конструктивной валидности методики, которая характеризует меру соответствия показателя (показателей) теста теоретическим представлениям о природе измеряемых свойств.

В проведенном нами исследовании был использован опросник для диагностики стилей психологического совладания (копингов) Adolescent Coping Scale (Юношеская копинг-шкала; общая форма) (ACS), разработанный австралийскими психологами Э. Фрайденберг и Р. Льюисом (1993) и адаптированный Т.Л. Крюковой [4, 5]. Общая форма ACS выясняет, как индивид справляется с трудностями вообще

---

\* Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ (грант № 06–06–00582а).  
(обычно) в напряженной, тревожной и неприятной ситуации.

Опросник ACS позволяет диагностировать 18 стратегий совладания, объединяемых в три стиля [5]:

– **продуктивный стиль совладания:** (S2) *Решение проблемы* (систематическое обдумывание проблемы с учетом разных точек зрения); (S3) *Работа и достижения* (добросовестное отношение к учебе или работе, ориентация на успешность своей деятельности); (S14) *Религиозная поддержка* (молитвы о помощи, обращенные к богу)<sup>1</sup>; (S15) *Позитивный фокус* (оптимистический взгляд на сложившуюся ситуацию);

– **непродуктивный стиль совладания:** (S4) *Беспокойство* (тревога о последствиях и будущем вообще); (S7) *Чудо* (мечты и надежда на счастливый случай); (S8) *Несовладание* (отказ от действий вплоть до болезненных состояний), (S9) *Разрядка* (слезы, агрессия, обращение к алкоголю и наркотикам); (S11) *Игнорирование* (сознательное блокирование проблемы); (S12) *Самообвинение* (личная ответственность за проблему); (S13) *Уход в себя* (отказ посвящать других в свои заботы); (S17) *Отвлечение* (развлечения в обществе, релаксация); (S18) *Активный отдых* (занятия спортом, поддержание здоровья).

---

<sup>1</sup> Примечание: в отечественных исследованиях название данной стратегии (в оригинале – spiritual support), на наш взгляд, неточно переводится как «Духовность». Более адекватным переводом будет словосочетание «Религиозная поддержка (именно этот термин будет использоваться в тексте данной статьи).

– **социальный стиль совладания:** (S1) *Социальная поддержка* (обсуждение проблемы с другими людьми); (S5) *Друзья* (опора на близких друзей); (S6) *Чувство Принадлежности* (забота о мнении других людей, поиск их одобрения); (S10) *Общественные действия* (организация групповых действий); (S16) *Профессиональная помощь* (обращение к специалистам).

В ранних работах Э. Фрайденберг и Р. Льюиса со ссылкой на результаты факторного анализа выделяются три стиля совладания с несколько иным составом стратегий, хотя тенденция их интерпретации как продуктивного, непродуктивного и социального сохраняется [7, 8]:

- **«Решение проблем»** (*Решение проблем, Работа и достижения, Позитивный фокус, Активный отдых, Отвлечение*);
- **«Эмоциональное фокусирование»** (*Беспокойство, Чудо, Несовладание, Разрядка, Игнорирование, Самообвинение, Уход в себя*);
- **«Обращение к другим людям»** (*Социальная поддержка, Друзья, Принадлежность, Религиозная поддержка, Профессиональная помощь, Общественные действия*).

Таким образом, стиль совладающего поведения – это тенденция человека действовать определенным и последовательным образом в трудных ситуациях, выбирая определенные паттерны поведения. Э. Фрайденберг и Р. Льюис изначально исходили из предположения о том, что индивидуальный набор копинг-стратегий независим от природы стрессовой (трудной) ситуации.

Цели нашего исследования: 1) проверка конструктивной валидности опросника ASC (в частности, нас интересовало, действительно ли данный опросник диагностирует три стиля совладания, которые можно интерпретировать как продуктивный, непродуктивный и социальный); 2)

анализ психологических механизмов, лежащих в основе предпочтения людьми разных стратегий совладания.

Методы исследования: юношеская копинг-шкала (Adolescent Coping Scale), общая форма (Фрайденберг, Льюис, 1993) в адаптации Л.Т. Крюковой.

Методы обработки данных: факторный анализ; различные модели кластерного анализа; дискриминантный анализ.

В исследовании участвовали 366 студентов первого и второго курсов Томского политехнического университета (253 мужчин и 113 женщин). Средний возраст – 17–18 лет.

### Результаты факторного анализа

Первый этап проверки конструктивной валидности был связан с использованием процедуры факторизации полученных данных. Для выделения факторов использовался метод главных компонент (метод вращения Varimax). Согласно графику собственных значений главных компонент, по имеющейся совокупности значений были выделены 5 факторов, чьи собственные значения больше 1 (накопленный % дисперсии 63,8).

В таблице 1 представлены результаты факторизации данных (n = 366).

Таблица 1. Нагрузки на факторы (после вращения)

Стратегии совладания	Factor1	Factor2	Factor3	Factor4	Factor5	Factor6
S1	0,18	0,33	0,27	0,24	<b>-0,61</b>	0,10
S2	-0,49	0,47	0,13	0,39	0,00	0,00
S3	-0,55	0,40	-0,12	-0,08	0,11	0,33
S4	0,16	<b>0,70</b>	0,12	0,12	-0,03	0,11
S5	0,00	0,15	<b>0,73</b>	0,09	-0,32	0,11
S6	0,02	0,53	<b>0,59</b>	0,05	-0,14	0,13
S7	<b>0,68</b>	0,35	0,10	-0,04	-0,18	0,19
S8	<b>0,77</b>	0,20	0,01	0,04	0,07	-0,09
S9	<b>0,75</b>	0,08	0,05	0,08	-0,02	-0,11
S10	0,08	0,10	0,12	<b>0,78</b>	0,01	0,13
S11	<b>0,57</b>	-0,01	0,14	0,11	0,48	0,04
S12	0,36	<b>0,63</b>	-0,10	0,03	0,16	-0,22

<b>S13</b>	0,04	0,21	-0,21	0,03	<b>0,80</b>	0,09
<b>S14</b>	0,47	0,26	-0,23	-0,04	-0,35	0,50
<b>S15</b>	-0,01	0,00	0,18	0,11	-0,05	<b>0,67</b>
<b>S16</b>	0,04	0,04	-0,15	<b>0,84</b>	-0,06	0,04
<b>S17</b>	0,15	-0,10	<b>0,77</b>	-0,11	0,02	0,21
<b>S18</b>	-0,17	0,00	0,19	0,08	0,13	<b>0,68</b>

Примечание: в табл.1 полужирным шрифтом выделены значимые веса стратегий, входящих в каждый из факторов.

Как можно видеть из таблицы 1, во-первых, количество выделившихся факторов не соответствуют трем авторским стилям совладания (продуктивному, непродуктивному и социальному), во-вторых, состав стратегий в выделенных факторах неоднозначен, поскольку в факторах 1, 2 и 4 со значимыми весами представлены альтернативные стратегии с точки зрения их принадлежности к постулируемым стилям совладания. Последнее обстоятельство нуждается в дополнительном обсуждении.

Фактор 1 включает четыре стратегии, характеризующие эмоционально-доминантный тип реагирования: трудная ситуация вызывает непосредственные эмоциональные переживания в виде веры в чудесное избавление от проблемы, отчаяния и агрессии, вплоть до склонности использовать алкоголь, наркотики, «уходить в болезнь». При этом, однако, в состав данного фактора входят проблемно-ориентированные стратегии *S2 Решение проблем* и *S3 Работа, достижения* (с весом  $-0,49$  и  $-0,55$  соответственно), а также стратегия *S11 Игнорирование*, предполагающая сознательное нежелание принимать во внимание возникшую проблему ( $0,57$ ).

Фактор 2 включает две стратегии *S4 Беспокойство* и *S12 Самообвинение*, то есть тревога о возможных последствиях в будущем (беспокойство о будущем вообще и своем личном в частности) сочетается со склонностью к интраперсональной атрибуции ответственности за происходящие события. Отметим, что в состав этого фактора с

положительным знаком входит стратегия S2 *Решение проблем* (0.47). Любопытно, что такой же по составу фактор, фиксирующий связь ориентации на решение проблемы с более высоким уровнем беспокойства, был получен Т.Л. Крюковой при факторизации выборки российских старшеклассников и первокурсников [5; 113].

Фактор 3 объединяет три стратегии, которые эксплицируют эффект социотропии (потребность общаться с друзьями; забота о хороших отношениях с окружающими и готовности следовать их мнениям; склонность проводить досуг в компании).

Фактор 4 представлен двумя стратегиями S10 *Общественные действия* и S16 *Профессиональная помощь*, характеризующими готовность опираться на внешние ресурсы (в данном случае – компетентность других людей).

Фактор 5 включает стратегию S13 *Уход в себя* в сочетании со стратегией S11 *Игнорирование* (0,48) и отказом от стратегии S1 *Социальная поддержка* (-0,61).

Фактор 6 объединяет стратегии S15 *Позитивный фокус* и S18 *Активный отдых*, которые свидетельствуют об опоре на внутренние ресурсы в виде оптимистической позиции относительно трудной ситуации и ориентации на поддержание своего физического здоровья. В этот же фактор входит стратегия S14 *Религиозная поддержка* (0.50).

Анализ конструктивной валидности любого опросника предполагает учет половых различий. Описательные статистики говорят о том, что между подгруппами девушек и юношей по 9 стратегиям из 18-ти имеют место значимые различия в средних значениях (при  $p \leq 0,02$ ). В частности, у девушек в большей мере выражены стратегии: *Социальная поддержка*, *Беспокойство*, *Чудо*, *Несовладание*, *Разрядка*, *Самообвинение*, *Религиозная поддержка*; в меньшей мере – стратегии *Решение проблем*,

*Профессиональная помощь.* Иными словами, можно говорить о «женском» и «мужском» типах совладания с трудной ситуацией.

Следовало проверить, будут ли различия в факторной структуре копинг-стратегий в женской и мужской частях выборки. Для того, чтобы уточнить устойчивость полученных факторов, дальнейшая факторизация была проведена отдельно для мужчин ( $n = 253$ ) и женщин ( $n = 113$ ).

Судя по составу факторных матриц, структура стратегий совладания у мужчин и женщин в целом идентичны. К общим чертам в структуре стратегий совладания у девушек и юношей можно отнести: наличие таких общих факторов, как эмоциональное доминирование, социотропия, мобилизация внутренних ресурсов, общественные действия, религиозная поддержка; при этом имеет место отделение стратегии *Уход в себя* от эмоционального копинга, а также отделение стратегии *Религиозная поддержка* от всех прочих стратегий в отдельный фактор.

Тем не менее можно констатировать некоторые специфические особенности соотношений совладающих стратегий в группе девушек и юношей.

В группе девушек: 1) более четко выражены проблемно-ориентированные стратегии, которые образуют связи со стратегиями *Общественные действия* и *Профессиональная помощь* (фактор 3) и стратегией *Уход в себя* (фактор 5); 2) имеет место зависимость: чем больше выражены стратегии мобилизационного типа *Позитивный фокус* и *Активный отдых*, тем в меньшей мере выражена стратегия *Самообвинение* (фактор 4); 3) в явном виде выражен социотропный стиль совладания; 4) стратегия *Беспокойство* не представлена в системе связей с другими стратегиями.

В группе юношей: 1) стратегии проблемно-ориентированного типа *Решение проблем*, *Работа*, *достижения* связаны со стратегиями эмоционально-доминантного типа (*Чудо*, *Несовладание*, *Разрядка*,

*Игнорирование*) обратной зависимостью: чем больше проявления эмоциональной фиксации, тем в меньшей мере выражены проблемно-ориентированные стратегии (фактор 1); 2) наличие связи между стратегиями *Беспокойство* и *Самообвинение*, при этом данные стратегии выражены тем больше, чем в большей мере выражены чувства принадлежности к группе (фактор 2); 3) слабо выражен социотропный стиль совладания.

Таким образом, процедура факторизации данных не подтвердила конструктивную валидность опросника ACS: три исходных стиля не были обнаружены. При разделении выборки по половому признаку существование этих трех стилей совладания также не подтвердилось. Кроме того, можно говорить о неоднозначности критериев разделения стратегий совладания на «продуктивные», «непродуктивные» и «социальные».

### Результаты кластерного анализа

Второй этап проверки данного опросника с точки зрения его конструктивной валидности был связан с использованием разных процедур кластерного анализа. Поскольку факторный анализ показал относительную идентичность структуры стратегий в женской и мужской частях выборки, то кластеризация данных выполнялась по выборке в целом.

Прежде всего, следовало выяснить, какой алгоритм классификации копинг-стратегий наиболее адекватен эмпирическому материалу. В настоящей работе обсуждаются результаты применения различных алгоритмов кластерного анализа, реализованных в прикладном статистическом пакете STATGRAPHICS. В этом пакете реализовано семь методов кластерного анализа: метод ближайшего соседа (Nearest neighbor), метод дальнего соседа (Furthest neighbor), центроидный метод (Centroid), медианный метод (Median), метод группового среднего (Group Average), метод Уорда (Ward's) и метод k-средних (k-Means).

Главное различие между методами заключается в стратегии процесса объединения объектов в кластеры. Так, стратегия ближайшего соседа сильно сжимает пространство исходных признаков, стратегия дальнего соседа, наоборот, сильно растягивает пространство исходных признаков, стратегия группового соседа сохраняет метрику признакового пространства, стратегия Ward's минимизирует внутрикластерный разброс объектов, стратегия  $k$ -средних выделяет места наибольшей концентрации точек в рассматриваемом признаковом пространстве [3].

Кроме того, при проведении кластеризации были использованы три разные метрики расстояния: Евклидово расстояние (Euclidean); Квадрат Евклидова расстояния (Squared Euclidean); Городская метрика (City Block).

Первоначально количество выделяемых кластеров задавалось равным трем, которое соответствовало количеству постулируемых стилей совладания: продуктивный, непродуктивный, социальный. В таблице 2 приведены результаты классификации по имеющимся в пакете STATGRAPHICS методам кластеризации и метрикам между объектами. В ячейке табл. 2 через запятую приводится количество копинг-стратегий в каждом выделенном кластере.

Таблица 2. Результаты классификации копинг-стратегий на кластеры

Метод	Количество копинг-стратегий в кластере (1 кластер, 2 кластер, 3 кластер)		
	Squared Euclidean	Euclidean	City Block
Nearest neighbor	16, 1, 1	12, 5, 1	16, 1, 1
Furthest neighbor	6, 3, 9	8, 5, 5	4, 5, 9
Centroid	16, 1, 1	16, 1, 1	16, 1, 1
Median	16, 1, 1	12, 5, 1	16, 1, 1
Group Average	10, 7, 1	12, 5, 1	10, 7, 1
Ward's	4, 6, 8	8, 5, 5	4, 6, 8
k-Means	18, 0, 0	18, 0, 0	18, 0, 0

Как видно из таблицы 2, только два метода кластеризации (выделены серым цветом) – Furthest neighbor и Ward's, – выделили классы, содержащие наиболее однородные в статистическом смысле копинг-стратегии.

Результаты классификации, представленные в таблице 3, демонстрируют различие исходных групп копинг-стратегий с выделенными в ходе кластеризации данных. При этом методом Ward's с использованием метрик Squared Euclidean и City Block выделены одинаковые разбиения. Кластеры, полученные методом Ward's с использованием метрики Euclidean, а также методом Furthest neighbor с использованием метрики City Block были исключены из дальнейшего рассмотрения, поскольку не представляют интерес с точки зрения содержательной интерпретации.

Таблица 3. Сравнительный анализ состава кластеров

Метод, метрика	1 кластер	2 кластер	3 кластер
Furthest neighbor, City Block	S1+S5+S6+S17	S2+S3+S13+S15+S18	S4+S7+S8+S9+S10+S11+S12+S14+S16
Ward's, Squared Euclidean	S1+S5+S6+S17	S2+S3+S10+S15+S16+S18	S4+S7+S8+S9+S11+S12+S13+S14
Ward's, Euclidean	S1+S3+S4+S5+S6+S13+S15+S18	S2+S10+S12+S14+S17	S7+S8+S9+S11+S16
Ward's, City Block	S1+S5+S6+S17	S2+S3+S10+S15+S16+S18	S4+S7+S8+S9+S11+S12+S13+S14
<b>Состав постулируемых стилей</b>	<b>S1+S5+S6+S10+S16</b> <b>Социальный</b>	<b>S2+S3+S14+S15</b> <b>Продуктивный</b>	<b>S4+S7+S8+S9+S11+S12+S13+S17+S18</b> <b>Непродуктивный</b>

Таким образом, сравнение эффективности различных методов кластерного анализа по результатам классификации копинг-стратегий позволило сделать следующий вывод: различные методы кластерного анализа дают существенно несходные разбиения. Наилучшим с точки зрения способности к восстановлению структуры данных является алгоритм Уорда (Ward's).

Далее была осуществлена последовательная кластеризация данных с выделением трех, четырех, пяти, шести кластеров. С формальной точки зрения, наилучшей классификацией можно считать ту, которая наиболее равномерно распределяет испытуемые объекты между классами, то есть имеет максимальную энтропию. Этот показатель может рассматриваться как основание для проверки качества полученных классификаций (таблица 4).

Таблица 4. Энтропия исходной и поэтапных классификаций копинг-стратегий

Разбиение	Максимально возможная энтропия	Эмпирическая энтропия	Разность между максимальной и эмпирической
Постулируемые стили ACS (3 кластера)	1,585	1,584	0,001
3 кластера	1,585	1,579	0,006
4 кластера	2,000	1,994	0,006
5 кластеров	2,322	2,276	0,046
6 кластеров	2,585	2,549	0,036

Результаты вычислений в таблице 4 свидетельствуют о высоком качестве классификаций для всех выделенных кластеров, однако этой информации недостаточно для их дифференциации. Поэтому как дополнительный критерий качества классификации использовался дискриминантный анализ. Результаты классификации с использованием дискриминантного анализа представлены в таблице 5.

Таблица 5. Результаты классификации с использованием дискриминантного анализа

Разбиение	% правильной классификации
Постулируемые стили ACS (3 кластера)	93,99
3 кластера	94,26
4 кластера	94,54
5 кластеров	92,62
6 кластеров	90,16

Из таблицы 5 видно, что выделенные кластеры обеспечивают больший процент правильного распознавания, чем постулируемые стили ACS, при этом оптимальным является разбиение на 4 кластера.

Для сравнения ниже приводятся две дендрограммы: результаты кластеризации данных на три (рис. 1) и шесть кластеров (рис. 2). В таблице 6 и 7 приводится частотное распределение испытуемых по кластерам.

Таблица 6. Результаты распределения испытуемых по трем кластерам

Кластер	Стратегии	Частота	%
1	s1+s5+s6+s17	137	37%
2	s2+s3+s10+s15+s16+s18	117	32%
3	s4+s7+s8+s9+s11+s12+s13+s14	112	31%
	Всего	366	100%

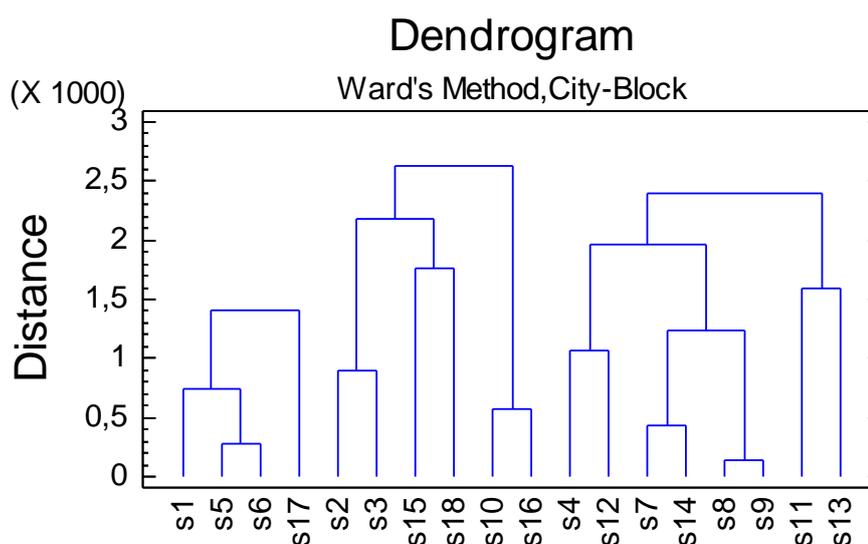


Рис. 1. Результаты кластеризации на три кластера

Таблица 7. Результаты распределения испытуемых по шести кластерам

Кластеры	Стратегии	Частота	%
1	s1+s5+s6+s17	58	16%
2	s2+s3	68	19%
3	s4+s7+s8+s9+s12+s14	35	10%
4	s10+s16	76	21%
5	s11+s13	69	19%
6	s15+s18	60	16%
	Всего	366	100%

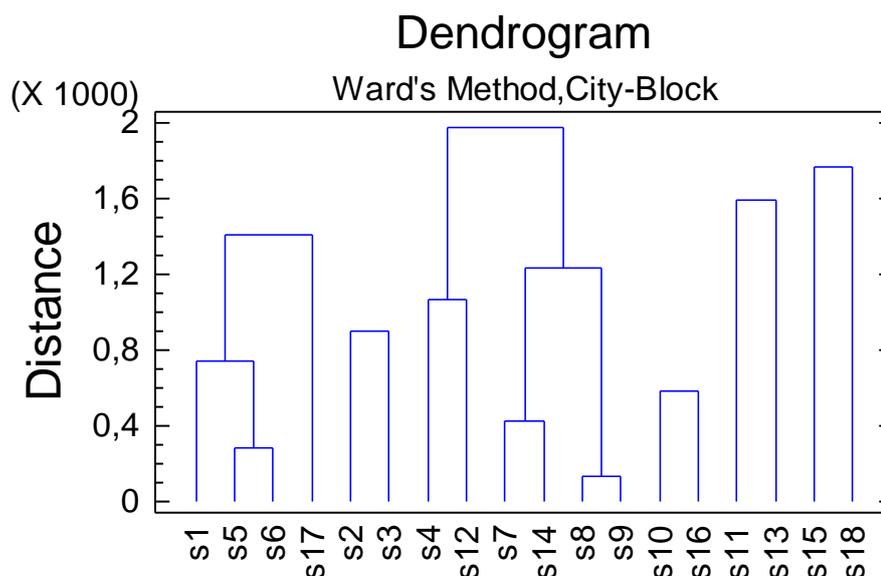


Рис. 2. Результаты кластеризации на шесть кластеров

Как можно видеть, если ограничиться выделением трех кластеров, то результаты кластеризации не соответствуют составу стратегий в рамках трех постулируемых стилей совладания («продуктивного», «непродуктивного» и «социального» копингов).

Так, кластер 1 (37%) «социотропия» включает четыре стратегии (*Социальная поддержка, Друзья, Принадлежность, Отвлечение*), в рамках которых ориентация на общение и значимость близких людей выступает в качестве основного фактора преодоления трудной ситуации. Кластер 2 (32%) «готовность к преодолению трудной ситуации» объединяет проблемно-ориентированные стратегии (*Решение проблем, Работа, достижения*) со стратегиями опоры на внутренние ресурсы

(*Позитивный фокус, Активный отдых*) и на внешние социальные ресурсы (*Общественные действия, Профессиональная помощь*). Кластер 3 (31%) «эмоциональное реагирование» объединяет большую часть эмоционально-доминантных стратегий совладания (*Беспокойство, Чудо, Несовладание, Разрядка, Игнорирование, Самообвинение, Уход в себя*), включая стратегию *Религиозная поддержка*.

Анализ дендрограммы, полученной при разбиении исходных данных на шесть кластеров, показывает динамику воспроизведения новых кластеров в процессе последовательной кластеризации. Так, кластер «социотропия» остался полностью без изменений. Кластер «эмоциональное реагирование» по своему основному составу также остался без изменений, однако от него в самостоятельный кластер отделились стратегии «отстранения» от трудной ситуации (*Игнорирование, Уход в себя*) (19%). Нетрудно заметить, что внутри оставшегося кластера выделяются три пары стратегий, видимо, сходных между собой: *Беспокойство* и *Самообвинение*, *Надежда на Чудо* и *Религиозная поддержка*, *Несовладание* и *Разрядка*.

Кластер «готовность к преодолению трудной ситуации» распался на три составляющие: проблемно-ориентированные стратегии (*Решение проблем, Работа, достижения*), стратегии опоры на внешние социальные ресурсы (*Общественные действия, Профессиональная помощь*) и стратегии опоры на внутренние психические и физические ресурсы (*Позитивный фокус, Активный отдых*).

Сравнение результатов факторного и кластерного анализа показало, что, хотя в их основе лежат разные принципы классификации данных, эти процедуры позволили получить достаточно близкие результаты (имеет место сходство состава факторов и кластеров), являющиеся содержательно согласованными и взаимодополнительными.

Обсуждение результатов.

Итак, ни факторный анализ, ни различные варианты кластерного анализа не подтвердили факт существования трех постулируемых «стилей совладания»: продуктивного, непродуктивного и социального копингов.

Т.Л. Крюкова, используя факторный анализ при анализе данных опросника ACS, также не получила трехкомпонентную структуру совладающего поведения. По ее данным, было получено шесть факторов, при этом не только отсутствовало соответствие состава факторов трем постулируемым стилям, но, более того, каждый фактор содержал комбинацию стратегий, принадлежащих двум различным «стилям», в том числе «продуктивные» стратегии оказались смешанными с «непродуктивными» стратегиями [5].

Крюкова не ставит под сомнение исходную теоретическую основу опросника. Она склонна объяснять эти результаты спецификой выборки и влиянием культурной среды. Так, сочетание столь разных стратегий в одном факторе связано, по ее мнению, с тем, что в юношеском возрасте стили совладания еще не устоялись (в частности, не сформировались продуктивные стратегии), поэтому они являются подвижными, способными образовывать альтернативные сочетания. С другой стороны, российская молодежь ежедневно сталкивается с жизненными трудностями, обусловленными социально-экономической обстановкой в стране, которая воспринимается молодыми людьми как мало контролируемая. Соответственно, изменяется структура совладающего поведения, и на первый план выходит социальный копинг (опора на других людей) [там же].

Конечно, и специфика выборки, и культурный контекст влияют на полученные результаты. Однако, на наш взгляд, дело в другом: в недостаточной корректности общих теоретических позиций, на которых построен опросник ACS. Основная причина тому – специфические акценты в понимании сути совладания: доминирующие в западной

культуре представления о безусловно положительной оценке действий по разрешению трудной ситуации, решающем значении рациональной формы реагирования в противовес эмоциональной, ценности индивидуализма и важнейшей роли религиозных чувств в регуляции поведения человека. Те концептуальные позиции, которые приемлемы в одной культуре, оказываются неадекватными для описания совладающего поведения в другой (в данном случае российской) культуре.

Соответственно могут быть пересмотрены и критерии «продуктивности» и «непродуктивности» совладающего поведения. Так, проблемно-ориентированные стратегии в виде установки на необходимость при любых обстоятельствах бороться с трудной ситуацией могут приводить к истощению ресурсов личности и, в частности, росту беспокойства, то есть могут оказаться «непродуктивными». В свою очередь, такие «непродуктивные стратегии», как беспокойство и самообвинение могут стать «продуктивными», поскольку они интернализуют ответственность за происходящее и тем самым повышают ресурс психологического сопротивления. Далее, такая форма социального копинга, как готовность прибегать к помощи других людей, в нашей выборке связана с ориентацией на преодоление трудной ситуации и поддержание самооэффективности, что позволяет отнести стратегии активного социального взаимодействия к продуктивному типу. В то же время потребность в тесных взаимоотношениях (социотропия, по А. Беку), провоцирует риск депрессии в трудной ситуации и стимулирует проявления «вынужденной беспомощности». Наконец, стратегия опоры на религиозные чувства занимает незначительное место в системе других стратегий совладания, при этом, согласно результатам кластерного анализа, оказывается связанной со стратегией надежды на чудо (S7) в рамках эмоционально-фиксированного реагирования на трудную

ситуацию, то есть фактически стратегия *Религиозная поддержка* попадает в разряд непродуктивных стратегий.

В нашем исследовании в ходе процедуры последовательной кластеризации результатов выполнения опросника «Юношеские копинг-стратегии» (ACS) выделились другие – сравнительно с авторским вариантом интерпретации – комбинации стратегий. Так, кластер стратегий социотропного типа и «ядро» кластера стратегий эмоционального типа показали свою устойчивость на всех этапах кластеризации. При выделении 4-х, 5-ти и 6-ти кластеров постепенно «распадается» только один кластер «готовность к преодолению трудной ситуации», включающий стратегии, в той или иной мере направленные на поиск прямых или косвенных средств разрешения трудной ситуации (сначала на уровне 4-х кластеров отделяются S10 и S16, затем на уровне 6-ти кластеров – S15 и S18). Добавим, что от кластера, объединяющего стратегии эмоционального типа, при выделении 5-ти кластеров отделились стратегии отстранения от трудной ситуации (S11 и S13). Таким образом, представленные в опроснике стратегии образуют, согласно нашим данным, новые, более парциальные комбинации, что позволяет сгруппировать все 18 стратегий – уже с учетом их содержательной интерпретации – в четыре стиля совладания (в терминах опросника ACS):

– *проблемно-ориентированный стиль* (направленность на изменение трудной ситуации, связанный с поиском средств ее преодоления, повышением собственной самооффективности через достижения в ведущем виде деятельности, привлечением опыта других людей к решению возникшей проблемы в режиме отношений сотрудничества) (S2, S3, S10, S16);

– *мобилизационный стиль* (направленность субъекта на активизацию внутренних ресурсов, проявляющийся в позитивной категоризации

трудной ситуации, готовности поддерживать физическое здоровье и позиции «отстранения» от проблемы) (S15, S18, S11, S13).

– *эмоционально-доминантный стиль* (проявления внешней и внутренней эмоциональной экспрессии при столкновении с трудной ситуацией в виде различных форм эмоциональной разрядки, роста эмоционального напряжения, надежды на чудеса и веры в божественное провидение) (S4, S7, S8, S9, S12, S14);

– *социотропный стиль* (зависимость от других людей) (S1, S5, S6, S17);

Нуждается в обсуждении следующий вопрос: какой психический механизм может инициировать тот или иной стиль совладания и влиять на соотношение этих четырех стилей?

Трудная жизненная ситуация – это всегда вызов индивидуальным психическим ресурсам. Соответственно способность преодолеть такую ситуацию и разрешить ее в наиболее благоприятном для себя варианте свидетельствует о качестве этого ресурса. Центральное место в системе индивидуальных психических ресурсов занимает интеллектуальный контроль. В зарубежных исследованиях для описания этого механизма регуляции поведения используется термин «воспринимаемый контроль», под которым понимается система представлений, регулирующих действия, направленные на достижение определенной цели (Е. Skinner, 1995; J.M. Burger, 1989 и др.). Интеллектуальный контроль – это частная форма воспринимаемого контроля, связанная с особенностями восприятия, понимания и интерпретации происходящего (в том числе трудной ситуации) [1, 6]. В более широком плане проблема интеллектуального контроля связана с проблемой когнитивного оценивания трудной жизненной ситуации (Lazarus, Folkman, 1984; Анциферова, 1994; Бодров, 2006 и др.).

Применительно к проявлениям интеллектуального контроля в трудных ситуациях можно, на наш взгляд, говорить о разных его формах, таких как контроль ситуации (выявление ее релевантных аспектов, анализ причин и последствий и т.д.), контроль внешних факторов влияния на возникшую проблему (в том числе опора на ресурсы других людей в целях ее разрешения, а также учет контекстов сложившейся ситуации), контроль своих психических ресурсов (блокирование потребностей, рефлексия мотивации, саморегуляция аффективных переживаний, оценка уровня своей компетентности, использование индивидуальных компенсаторных психических возможностей, поддержание физического здоровья и т.д.) и контроль базовых убеждений (принятия/непринятия трудной ситуации, внутренней/внешней атрибуции ответственности за происходящее, доверия/недоверия другим людям, уверенности/неуверенности в справедливости миропорядка, управляемости/неуправляемости событий и др.).

Своеобразным итогом работы интеллектуального контроля является оценка ситуации по двум пересекающимся ментальным «шкалам»: 1) разрешимость/неразрешимость трудной ситуации (представления человека о возможности изменения либо устранения ситуации, мере опасности последствий и т.д.); 2) преодолимость/непреодолимость трудной ситуации (представления человека о своих психических и физических ресурсах относительно преодоления возникшей трудной ситуации).

По сути дела, выделенные нами стили совладания обнаруживают себя в зависимости от того, как ту или иную ситуацию оценивает сам человек, а именно: в какой мере он воспринимает ситуацию как разрешимую/неразрешимую и свои возможности с ней справиться/не справиться: проблемно-ориентированный стиль (ситуация разрешима/могу справиться); мобилизационный стиль (ситуация не разрешима/могу справиться); социотропный стиль (ситуация разрешима/не могу справиться).

справиться); эмоционально-доминантный стиль (ситуация неразрешима/не могу справиться). По мере того, как меняется сегмент оценочного пространства, в котором находится индивидуальная оценка ситуации, человек оказывается склонным демонстрировать разные стили совладающего поведения (рис. 3).

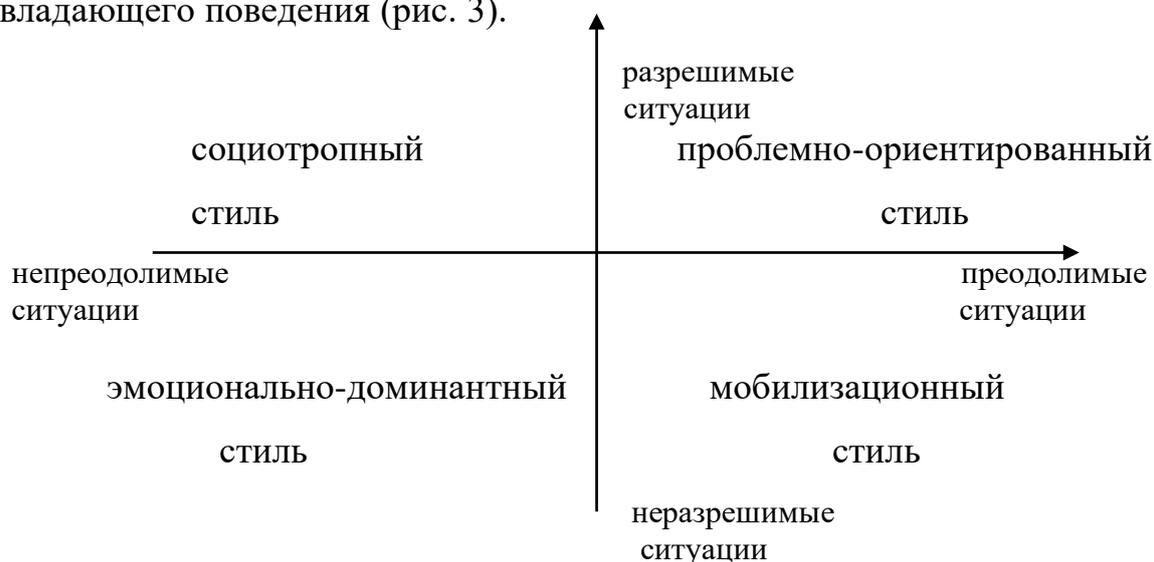


Рис. 3. Соотношение стилей совладания с оценками трудной ситуации

Наличие такого оценочного пространства означает, что оценка трудной ситуации может перемещаться внутри этого пространства: воспринимаемая неразрешимая ситуация может «превратиться» в разрешимую, а разрешимая – в неразрешимую, и наоборот. Аналогично, на разных этапах развития трудной ситуации у человека могут меняться представления о своих возможностях с ней справиться. Если же меняются представления о ситуации, то меняются и стратегии совладания.

Необходимо добавить, что оценки трудной ситуации, по-видимому, будут строиться по-разному в зависимости от ее временного масштаба. Трудную ситуацию, как правило, нельзя разрешить одномоментно, на это требуется достаточно длительный отрезок времени. Стиль совладания, актуализовавшийся на начальном этапе трудной ситуации со временем сменяется на другие стили совладания под влиянием изменившегося

контекста ситуации, накопленного опыта по ее преодолению, поступления дополнительной информации и т.д.

Таким образом, мы приходим к важному выводу о том, что следует переходить от трактовки стратегии совладания как одномерного (линейного) свойства (когда та или иная стратегия трактуется как фиксированная точка, находящаяся на вертикальной измерительной шкале) к ее трактовке как многомерного свойства (когда та же самая стратегия трактуется как точка, перемещающаяся в некотором пространстве, образуемом как минимум двумя пересекающимися шкалами, – хотя в идеале следует говорить об  $n$ -мерном пространстве) [2].

С учетом того обстоятельства, что стратегии совладания изменяются в зависимости от оценки трудной ситуации, а также ее временного масштаба, можно снова вернуть к вопросу о том, какие из выделенных стилей совладающего поведения являются продуктивными и какие – непродуктивными? Проведенное обсуждение показывает, что вопрос в такой его форме поставлен некорректно, ибо каждый из стилей совладания может быть продуктивным или непродуктивным в зависимости от того, как человек оценивает конкретную ситуацию.

Так, для ситуаций, оцениваемых как объективно неразрешимые, проблемно-ориентированный копинг вряд ли эффективен. Более эффективной совладающей стратегией в этих случаях, видимо, является выход за пределы ситуации в область позитивной категоризации произошедшего. Однако если проблема объективно разрешима, то данную стратегию – если она оказывается единственной – следует признать неэффективной.

Стратегии по типу активного социального взаимодействия весьма эффективны в объективно разрешимых ситуациях, когда «один в поле не воин» (иначе говоря, когда для разрешения трудной ситуации нужны связи, контакты, информационная и материальная поддержка других, в

том числе более компетентных людей). В свою очередь, социотропный стиль совладания, безусловно, полезен в ситуации потери близкого человека (достаточно вспомнить, сколь сложными коллективными обрядами сопровождается ритуал прощания с умершим).

Выше уже отмечалось, что рост беспокойства – это своего рода «цена» за целенаправленную активность. С другой стороны, беспокойство (а, возможно, и некоторые другие формы эмоционального вовлечения в трудную ситуацию) может оказаться эффективной стратегией совладающего поведения – скажем, на первом этапе взаимодействия с травматической ситуацией.

Согласно традиционной точке зрения, стратегии отстраняющего типа в виде ухода в себя (замкнутость, нежелание посвящать других в свои заботы) и игнорирования (выстраивание отношения к проблеме так, как будто ее не существует) – это одно из проявлений непродуктивного стиля совладания. Ясно, что эта форма совладания будет крайне неэффективна, если человек уклоняется от осознания поставленного ему врачом диагноза, но опять же эта стратегия может быть эффективной, если возникает необходимость устранившись от межличностного конфликта с морально неприемлемым его участником или «переждать» проблему в силу невозможности ее разрешения «здесь и сейчас».

Таким образом, невозможно интерпретировать стили совладания как продуктивные либо непродуктивные. Правильнее было бы сказать, что в каждом стиле совладающего поведения одновременно представлены и продуктивная, и непродуктивная составляющие. Так, в проблемно-ориентированном стиле в качестве продуктивной составляющей выступает поддержание чувства самоэффективности, в качестве непродуктивной составляющей – «иллюзия контроля», когда человек недооценивает сложность трудной ситуации и переоценивает свои возможности по ее преодолению, а также эффект истощения психических

ресурсов и рост беспокойства; в мобилизационном стиле – переход на использование психических ресурсов надситуативного уровня и формирование защитного типа поведения соответственно; в эмоционально-доминантном стиле – возможность эмоциональной разрядки, интраперсональная атрибуция ответственности и эмоциональная фиксация вплоть до психосоматических расстройств и деструктивного поведения соответственно; в социотропном стиле – опора на поддержку других людей и потеря психологической автономии соответственно.

Следовательно, эффективное совладающее поведение предполагает способность использовать все стили совладания с учетом, в первую очередь, продуктивной составляющей каждого стиля. То есть следует говорить о таких качествах совладающего поведения, как мобильность и вариативность, которые обусловлены уровнем сформированности интеллектуального контроля.

### Выводы

Таким образом, наше исследование, направленное на проверку конструктивной валидности опросника «Юношеская копинг шкала» (ASC) Э. Фрайденберг и Р. Льюиса, не подтверждает существования трех стилей совладания (продуктивного, непродуктивного и социального) и позволяет пересмотреть представления о структуре совладающего поведения и критериях его эффективности. Во-первых, стратегия совладающего поведения во многом зависит от характера оценки конкретной трудной ситуации и, во-вторых, эффективное совладающее поведение – это репертуар (набор) копинг-стратегий, которые человек сознательно и гибко использует в целях поддержания необходимого для него качества жизни.

В свою очередь, мобильность и вариативность совладающего поведения, как можно предположить, обусловлены сформированностью механизма интеллектуального контроля, который обнаруживает себя в четырех основных формах: контроль ситуации, контроль внешних

факторов влияния (контекста), контроль своих психических ресурсов, контроль базовых убеждений.

1. Дюк В., Самойленко А. Data Mining. СПб.: Питер, 2001.
2. Виноградова Л.А. Интеллектуальный контроль как фактор преодоления эмоционально-трудной ситуации // Психол. журнал. Т. 12. № 5. 2004. С. 21-28.
3. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология. Учебное пособие. – М.: ИНФРА-М, 1997.
4. Крюкова Т.Л. О методологии исследования и адаптации опросника диагностики совладающего (копинг) поведения // Психология и практика: Сб. научных трудов / Отв. ред. В.А.Соловьева. – Кострома: Издательство КГУ им. Н.А. Некрасова, 2001. – С.70-82.
5. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. – Кострома: Студия оперативной полиграфии «Авантитул», 2004.
6. Холодная М.А. Психология интеллекта: Парадоксы исследования. – СПб.: Питер, 2002.
7. Frydenberg E., Lewis R. Adolescent coping styles and strategies. Is there functional and dysfunctional coping? // Australian J. of Guidance and Counseling. 1991. P. 35-43.
8. Frydenberg E., Lewis R. Adolescent Coping Scale: Manual. ACER Press, Melburne, 1993.