

## КОГНИТИВНЫЕ СТИЛИ И СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ

*В данной статье рассматриваются особенности сопряженности традиционных когнитивных стилей с 18 копинг-стратегиями. Было выделено 3 фактора по когнитивным стилям и 3 фактора по копинг-стратегиям. Для подтверждения наличия связи была проведена повторная факторизация. Было выявлено 3 фактора со следующими взаимосвязями: полнезависимые, с узким диапазоном эквивалентности, гибкие, рефлексивные, с абстрактной концептуализацией и толерантностью к нереалистическому опыту; редко используют непродуктивные стили совладания; полезависимые, с узким диапазоном эквивалентности, ригидные, рефлексивные, с конкретной концептуализацией и нетолерантностью к нереалистическому опыту склонны в равной степени использовать как продуктивные, так и не продуктивные стили совладания, в меньшей степени используя социальные стили совладания; люди с широким диапазоном эквивалентности, ригидные, импульсивные и нетолерантные в большей степени используют социальные стили совладания, изредка прибегая к продуктивному стилю*

**Ключевые слова:** когнитивные стили, копинг-стратегии, совладающее поведение, индивидуальность.

**К**огнитивные стили – это индивидуальные и уникальные способы обработки информации об окружающей среде в форме индивидуальных различий в восприятии, анализе, структурировании, категоризации и оценке событий. Кроме того, когнитивные стили интерпретируются как предпочтения определенных типов интеллектуального поведения, которые наиболее близко соответствуют когнитивным предпочтениям и способностям конкретного субъекта [1]. Эти индивидуальные различия, в свою очередь, формируют некоторые типичные формы когнитивного ответа, в которых группы людей похожи и различны. Таким образом, концепция когнитивного стиля используется для описания, с одной стороны, индивидуальных различий в обработке информации и, с другой стороны, типов людей в зависимости от особенностей организации их когнитивной сферы.

Анализ литературных источников показывает, что когнитивный стиль как психологическое образование более высокого уровня включает в себя не только методы получения и обработки сенсорной информации из объективного мира, но также информацию из межличностного мира общения, мира самосознания и внутреннего мира самовосприятия [4]. Копинг, копинг-стратегии – это то, что человек делает, чтобы справиться со стрессом. Концепция объединяет когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии для удовлетворения потребностей повседневной жизни.

Термин впервые появился в психологической литературе в 1962 году, и Мерфи применил его для изучения того, как дети справляются с кризисами развития. Четыре года спустя, в 1966 году, Р. Лазарь обратился к копингу в своей книге «Психологический стресс и процесс преодоления» («Психологический стресс и процесс преодоления»), чтобы описать сознательные стратегии борьбы со стрессом и другими тревожными событиями.

Копинг означает, что когнитивные и поведенческие усилия постоянно меняются в соответствии с определенными внешними и/или внутренними требованиями, которые могут потребовать слишком много сил или слишком много человеческого ресурса. Авторы подчеркивают, что преодоление трудностей – это процесс, который постоянно меняется, поскольку люди и окружающая среда вступают в неразделимые, динамичные отношения и влияют друг на друга.

Когнитивные стили в зарубежной психологии достаточно ярко выражены в области психологических исследований. Тем не менее, они содержат много проблем, развитие которых может углубить их развитие и систематизировать наше понимание природы когнитивного стиля человека. Мы рассматриваем когнитивные стили как метакогнитивные способности, одно из проявлений формирования основных механизмов поведенческой регуляции, лежащих в основе независимых действий, которые относительно независимы от ситуационных обстоятельств [9].

Исходя из этого, можно предположить связь между когнитивными стилями и стилями копинг-поведения.

Феноменология психологической защиты и совладания широко распространена в контексте теорий личности, транзакционного анализа, гуманистической психологии, социального обучения, теории синдрома общей адаптации, когнитивной и психоэволюционной теории стресса [5; 7; 6; 11; 12; 13; 10].

В последние годы научный интерес к проблеме защитного и совладающего поведения в контексте медико-психологических исследований значительно возрос. Однако количество публикаций, посвященных механизмам психологической защиты и адаптации, варьируется. Существует несколько групп факторов, которые определяют копинг-поведение: личностные особенности субъекта, тип со-

циального взаимодействия и отношения субъекта, культурный контекст и т. д. [3]. На наш взгляд, изучению механизмов взаимосвязи предпочтительного стиля освоения объекта и его индивидуальной организации в когнитивном стиле уделяется слишком мало внимания.

**Организация исследования.** Сбор эмпирических данных проводился на добровольной основе, с соблюдением общепринятых этических норм организации психологического исследования. Для снижения социальной желательности, участники не указывали своих имен и фамилий, а только возраст и пол. В исследовании приняли участие 1100 человек (из них 73,2% девушек) разных специальностей, среди которых наиболее часто встречаемые: психологи, юристы, педагоги, дефектологи, IT, медики, химики, биологи; разных городов – Костромы, Перми, Таганрога и Москвы. Минимальный возраст – 17 лет, максимальный – 50, средний возраст – 24,46±6,5.

В данной работе, мы опирались на юношескую копинг-шкалу (Adolescent Coping Scale, ACS), разработанную в 1993 году австралийскими психологами Эрикой Фрайденберг и Рамоном Льюисом (Erica Frydenberg & Ramon Lewis), адаптированную Т.Л. Крюковой в 2002 году [2]. Они выделяют 18 стратегий, объединяющихся в три стиля совладания:

«1) продуктивный стиль совладания:

– Решение проблем – систематическое обдумывание проблемы с учетом других точек зрения;

– Работа и достижения – добросовестное отношение к учебе или работе, а также ориентация на успешность своей деятельности;

– Духовность – молитвы о помощи и наставлении, обращенные к богу, чтение святого писания;

– Позитивный фокус – оптимистический взгляд на вещи, напоминание себе о том, что есть люди и в худшем положении, поддержание бодрости духа.

2) непродуктивный стиль совладания:

– Беспокойство – беспокойство о будущем вообще и о своем в особенности;

– Чудо – надежды на лучшее, на то, что все само по себе уладится, что случится чудо;

– Несовладание – отказ от каких-либо действий по решению проблемы, болезненные состояния;

– Разрядка – улучшение самочувствия за счет «выпускания пара», вымещение своих неудач на других, слезы, крик, агрессия, алкоголь или наркотики;

– Игнорирование – сознательное блокирование проблемы, как будто ее не существует;

– Самообвинение – строгое отношение к себе, ощущение ответственности за проблему;

– Уход в себя – замкнутость, не посвящение других людей в свои заботы;

– Отвлечение – отвлечение от проблемы, путем чтения книг, телевизора, развлечений в обществе;

– Активный отдых – занятия спортом и физическими упражнениями.

3) социальный стиль совладания:

– Социальная поддержка – стремление поделиться своей проблемой с другими, заручиться поддержкой, одобрением, советами;

– Друзья – общение с близкими и друзьями, приобретение новых друзей;

– Принадлежность – интерес к тому, что думают другие, действия, направленные на получения одобрения;

– Общественные действия – поиски поддержки путем организации групповых действий для разрешения проблем, посещение собраний;

– Профессиональная помощь – обсуждение своей проблемы с квалифицированным профессионалом» [2].

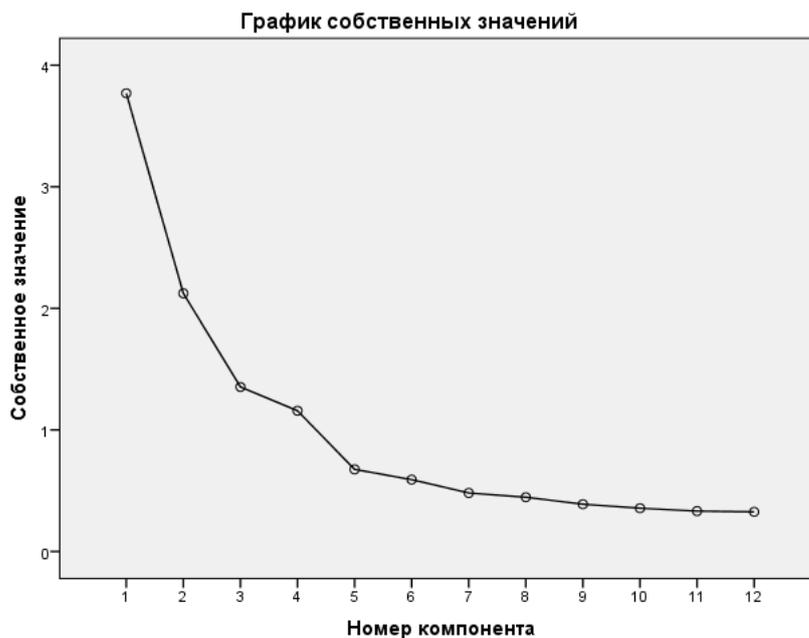
Для диагностики когнитивного стиля был использован опросник CPS-Q Е.В. Волковой и В.М. Русалова [14], в котором шесть традиционных биполярных когнитивных стилей были транспонированы в 12 независимых шкал: полезависимость (ПЗ), полenezависимость (ПНЗ), узкий диапазон эквивалентности (УДЭ), широкий диапазон эквивалентности (ШДЭ), гибкость познавательного контроля (ГИБ), ригидность познавательного контроля (РИГ), импульсивность (ИМП), рефлексивность (РЕФ), конкретная концептуализация (КОНКОН), абстрактная концептуализация (АБСКОН), толерантность к нереалистическому опыту (ТОЛ), нетолерантность к нереалистическому опыту (НЕТОЛ).

Статистическая обработка данных проводилась с помощью программного пакета SPSS Statistic 22.0 и включала в себя факторный анализ (вращение Варимакс).

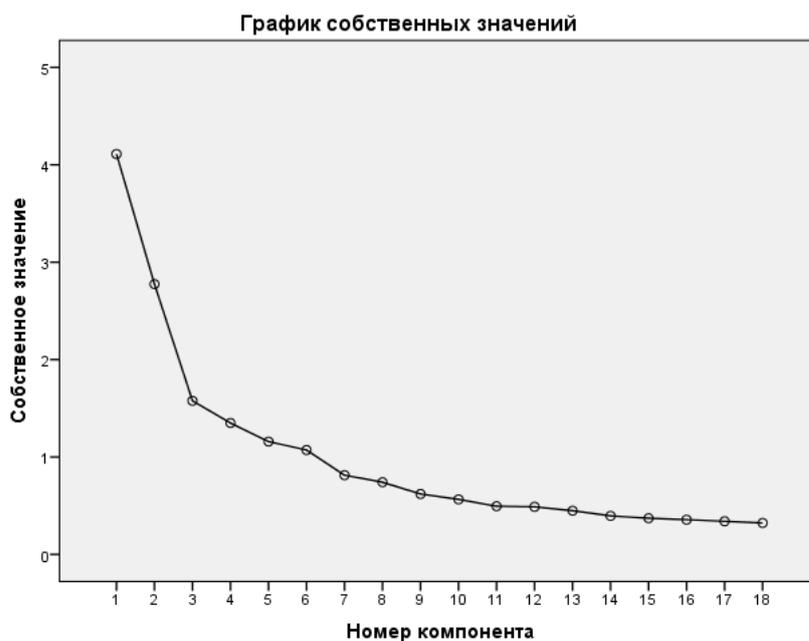
**Результаты.** Для выявления сопряженности когнитивных стилей с копинг-стратегиями обратимся к результатам факторного анализа. Данные одномерной описательной статистики свидетельствуют о правомерности применения факторного анализа к анализу полученных данных: для CPS-Q Детерминант = 0,016, мера адекватности выборки Кайзера-Майера-Олкина (КМО) = 0,777, критерий сферичности Бартлетта = 4518,856,  $p=0,000$ ; для ACS Детерминант = 0,004, мера адекватности выборки Кайзера-Майера-Олкина (КМО) = 0,787, критерий сферичности Бартлетта = 6035,828,  $p=0,000$ .

Факторный анализ по опроснику когнитивных стилей выделил 3 фактора, описывающих 60,3% дисперсии. В первый фактор, описывающий 25% дисперсии, вошли: *полenezависимость* (0,699), *узкий диапазон эквивалентности* (0,409), *гибкость* (0,777), *рефлексивность* (0,446), *абстрактная концептуализация* (0,808), *толерантность к нереалистическому опыту* (0,803).

Во второй фактор, описывающий 19% дисперсии, вошли: *полезависимость* (0,601), *узкий диапа-*



**Рис. 1.** График собственных значений опросника CPS-Q



**Рис. 2.** График собственных значений опросника ACS

зон эквивалентности (0,643), ригидность (0,587), рефлексивность (0,621), конкретная концептуализация (0,703), нетолерантность к нереалистическому опыту (0,477).

В третий фактор, описывающий 16,3% дисперсии, вошли: широкий диапазон эквивалентности (0,830), ригидность (0,521), импульсивность (0,602), нетолерантность к нереалистическому опыту (0,630).

Факторный анализ по копинг-шкале выделил 3 фактора, описывающих 47% дисперсии.

В первый фактор, описывающий 18,2% дисперсии, вошли: социальная поддержка (0,646), реше-

ние проблем (0,715), работа и достижения (0,562), беспокойство (0,641), друзья (0,530), принадлежность (0,574), чудо (0,480), самообвинение (0,421), позитивный фокус (0,490), отвлечение (0,502).

Во второй фактор, описывающий 16,8% дисперсии, вошли: чудо (0,569), несомнение (0,819), разрядка (0,642), игнорирование (0,702), самообвинение (0,580), уход в себя (0,415).

В третий фактор, описывающий 11,8% дисперсии, вошли: друзья (0,523), принадлежность (0,404), общественные действия (0,774), духовность (0,477), профессиональная помощь (0,544).

Таблица 1

## Результаты факторного анализа опросника CPS-Q

	Компонент		
	1	2	3
ПЗ	-0,099	<b>0,601</b>	0,158
ПНЗ	<b>0,699</b>	-0,025	0,371
УДЭ	<b>0,409</b>	<b>0,643</b>	-0,153
ШДЭ	0,190	0,003	<b>0,830</b>
Гибкость	<b>0,777</b>	0,016	0,040
Ригидность	-0,222	<b>0,587</b>	<b>0,521</b>
Импульсивность	0,299	0,072	<b>0,602</b>
Рефлексивность	0,446	<b>0,621</b>	-0,030
КонКон	0,201	<b>0,703</b>	0,157
АбсКон	<b>0,808</b>	0,114	0,153
Тол	<b>0,803</b>	0,197	-0,025
Нетол	-0,154	<b>0,477</b>	<b>0,630</b>

Таблица 2

## Результаты факторного анализа опросника ACS

	Компонент		
	1	2	3
СоцПодд	<b>0,646</b>	0,072	0,292
РешПроб	<b>0,715</b>	-0,298	-0,140
Работа	<b>0,562</b>	-0,392	-0,040
Беспок	<b>0,641</b>	0,363	0,020
Друзья	<b>0,530</b>	-0,022	<b>0,523</b>
Принадл	<b>0,574</b>	0,217	<b>0,404</b>
Чудо	<b>0,480</b>	<b>0,569</b>	0,119
Несовл	-0,007	<b>0,819</b>	0,145
Разрядка	0,124	<b>0,642</b>	0,224
ОбщДейст	-0,072	0,248	<b>0,774</b>
Игнор	-0,102	<b>0,702</b>	0,244
Самообв	<b>0,421</b>	<b>0,580</b>	-0,248
УходВСебя	-0,132	<b>0,415</b>	-0,258
Духовн	0,144	0,140	<b>0,477</b>
ПозФокус	<b>0,490</b>	-0,088	0,215
ПрофПом	0,105	-0,009	<b>0,544</b>
Отвлеч	<b>0,502</b>	0,115	0,132
АктОтдых	0,208	-0,319	0,365

Для подтверждения наличия связи, мы провели процедуру факторного анализа по полученным ранее данным факторизации опросника CPS-Q и ACS, который выделил 3 фактора, описывающих 62,8% дисперсии.

В первый фактор, описывающий 22,6% дисперсии, вошел 1 фактор CPS-Q (0,773) и 2 фактор ACS (-0,763). Это может свидетельствовать о том, что люди, опирающиеся на собственные знания и опыт, обладающие высокой чувствительностью к деталям, легко переходящие с одних личностно-познавательных функций на другие, тщательно перепроверяющие факты, выбирающие нестандартные способы решения проблем и открытые новому

опыту реже верят в то, что все уладится само собой, отказываются как-то решать проблему, кричат, вымещают неудачи на других, игнорируют проблему, винят себя за наличие проблемы и замкнуты.

Во второй фактор, описывающий 22% дисперсии, вошел 2 фактор CPS-Q (0,757) и 1 фактор ACS (0,764). Данные результаты могут говорить, о том, что люди, ориентирующиеся на внешние впечатления, четко выделяющие границы, жестко следующие намеченному плану, использующие более продуманные стратегии решений, блокирующие противоречивую информацию склонны к стремлению делиться своими проблемами с другими, систематическому обдумыванию проблем

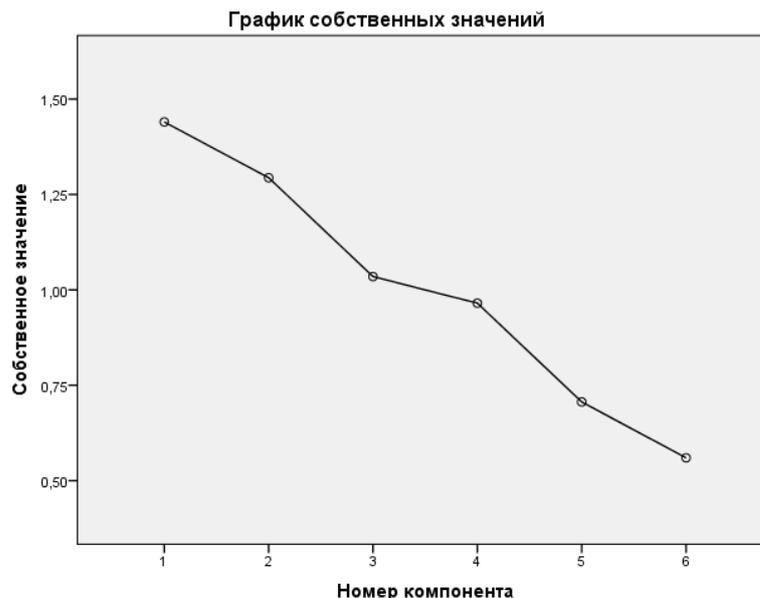


Рис. 3. График собственных значений для опросников CPS-Q и ACS

Таблица 3

Результаты факторного анализа между опросниками CPS-Q и ACS

	Компонент		
	1	2	3
КСИЧ_1	0,773	0,269	0,093
КСИЧ_2	-0,245	0,757	0,105
КСИЧ_3	-0,144	-0,125	0,724
Копинг_1	0,293	0,764	-0,130
Копинг_2	-0,763	0,256	0,124
Копинг_3	0,104	0,114	0,716

с учетом других точек зрения, добросовестному отношению к учебе/работе, беспокойству о своем будущем, общению с близкими и друзьями, получению одобрения других людей, надежде на чудо, строгому отношению к себе, позитивному взгляду на вещи, отвлечению от проблемы с помощью книг и телевизора.

В третий фактор, описывающий 18,1% дисперсии, вошли 3 фактор CPS-Q (0,724) и 3 фактор ASC (0,716). Это может указывать на то, что люди, находящие общую стратегию, следующие инструкциям, спонтанные и сопротивляющиеся противоречивой информации подвержены приобретению новых друзей, интересу к тому, что думают другие, поиску поддержки путем организации групповых действий, молитвам о помощи, обсуждению своей проблемы с квалифицированным профессионалом.

**Заключение.** Анализ факторов показывает, что полнезависимые, с узким диапазоном эквивалентности, гибкие, рефлексивные, с абстрактной концептуализацией и толерантностью к нереалистическому опыту редко используют непродуктивные стили совладания. Возможно, это связано с тем, что такие люди более самостоятельны и эффективны в преодолении жизненных трудностей.

В то время как полнезависимые, с узким диапазоном эквивалентности, ригидные, рефлексивные, с конкретной концептуализацией и нетолерантностью к нереалистическому опыту склонны, в равной степени, использовать как продуктивные, так и не продуктивные стили совладания, в меньшей степени используя социальные стили совладания. Предположительно, это может быть связано с тем, что подобный набор характеристик очень противоречив, и человек выборочно относится к подбору стратегии.

Люди с широким диапазоном эквивалентности, ригидные, импульсивные и нетолерантные в большей степени используют социальные стили совладания, изредка прибегая к продуктивному стилю. Вероятно, это связано с тем, что, не смотря на нежелание принимать противоречивую информацию, им важно находиться в социуме.

Когнитивные стили, также, как и совладающее поведение, являются регуляторными механизмами поведения. Исходя из этого, мы можем назвать первый фактор непродуктивно-вербальным, второй фактор – позитивно-отвлеченным, третий фактор – социально-коммуникативным, что частично соотносится с результатами С.А. Хазовой [8].

При соотношении полученных данных с данными Русалова и Волковой [4], можно сделать вывод о том, что когнитивные стили образуют устойчивые комплексы не только с темпераментальными свойствами, но и с совладающим поведением. Вероятно они могут взаимообуславливать друг друга, но это предположение требует дальнейшего изучения.

#### Библиографический список

1. Когнитивная психология / под ред. В.Н. Дружинина, Д.В. Ушакова. – М.: ПЕР СЭ, 2002. – 480 с.
2. Крюкова Т.Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. – Кострома: КГУ им. Некрасова, 2010. – 64 с.
3. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. – Кострома: Авантитул, 2004. – 343 с.
4. Русалов В.М., Волкова Е.В. Личностно-когнитивные стили и их связь с темпераментом и характером человека в период ранней юности // Психологический журнал. – 2015. – Т. 36. – № 5. – С. 32–42.
5. Селье Г. Очерки об адапционном синдроме. – М.: МЕДГИЗ, 1960. – 253 с.
6. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции. – СПб.: Алетейя, 1999. – 219 с.
7. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. – М.: Педагогика, 1993. – 144 с.
8. Хазова С.А. Исследование влияния когнитивно-стилевых характеристик познавательной сферы на выбор стратегий совладания // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2009. – № 1. – С. 199–204.
9. Холодная М.А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. – СПб.: Питер, 2002. – 272 с.
10. Folkman S., Lazarus R.S. An analysis of coping in a middle-age community sample // J. of Health and Soc. Behav. – 1980. – Vol. 21.
11. Haan N. Coping and Defending: Processes of Selfenvironment Organization. – Elsevier, 2013. – 360 p.
12. Lazarus R.S. Psychological Stress and the Coping Process. – N.-Y., 1966. – 466 p.
13. Lazarus R.S., Folkman S. Coping and Adaptation // The Hand Book of Behavioral Medicine / eds. W. D. Gentry. – N.-Y, 1984. – Pp. 282–325.
14. Moos R.H., Billings A.G. Conceptualizing and Measuring Coping Resources and Processes // Handbook of Stress / eds. L. Goldenberg, S. Breznits. – N.-Y., 1982. – Pp. 212–230

15. Volkova E.V., & Rusalov V.M. Cognitive styles and personality // Personality and Individual Differences. – 2016. – No 99. – Pp. 266–271.

#### References

1. Kognitivnaya psihologiya / pod red. V.N. Druzhinina, D.V. Ushakova. – M.: PER SE, 2002. – 480 s.
2. Kryukova T.L. Metody izucheniya sovladayushchego povedeniya: tri koping-shkaly. – Kostroma: KGU im. Nekrasova, 2010. – 64 s.
3. Kryukova T.L. Psihologiya sovladayushchego povedeniya. – Kostroma: Avantitul, 2004. – 343 s.
4. Rusalov V.M., Volkova E.V. Lichnostno-kognitivnye stili i ih svyaz' s temperamentom i harakterom cheloveka v period rannej yunosti // Psihologicheskij zhurnal. – 2015. – T. 36. – № 5. – S. 32–42.
5. Sel'e G. Ocherki ob adaptacionnom sindrome. – M.: MEDGIZ, 1960. – 253 s.
6. Frejd Z. Vvedenie v psihoanaliz: lekci. – SPb.: Aletejya, 1999. – 219 s.
7. Frejd A. Psihologiya «YA» i zashchitnye mekhanizmy. – M.: Pedagogika, 1993. – 144 s.
8. Hazova S.A. Issledovanie vliyaniya kognitivno-stilevyh harakteristik poznavatel'noj sfery na vybor strategij sovladaniya // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta imeni N.A. Nekrasova. Seriya: Pedagogika. Psihologiya. Social'naya rabota. YUvenologiya. Sociokinetika. – 2009. – № 1. – S. 199–204.
9. Holodnaya M.A. Psihologiya intellekta: paradoksy issledovaniya. – SPb.: Piter, 2002. – 272 s.
10. Folkman S., Lazarus R.S. An analysis of coping in a middle-age community sample // J. of Health and Soc. Behav. – 1980. – Vol. 21.
11. Haan N. Coping and Defending: Processes of Selfenvironment Organization. – Elsevier, 2013. – 360 p.
12. Lazarus R.S. Psychological Stress and the Coping Process. – N.-Y., 1966. – 466 p.
13. Lazarus R.S., Folkman S. Coping and Adaptation // The Hand Book of Behavioral Medicine / eds. W. D. Gentry. – N.-Y, 1984. – Pp. 282–325.
14. Moos R.H., Billings A.G. Conceptualizing and Measuring Coping Resources and Processes // Handbook of Stress / eds. L. Goldenberg, S. Breznits. – N.-Y., 1982. – Pp. 212–230
15. Volkova E.V., & Rusalov V.M. Cognitive styles and personality // Personality and Individual Differences. – 2016. – No 99. – Pp. 266–271.