

УДК 159.922.6

Родіна Н. В.

доктор психологічних наук,
професор кафедри соціальної і прикладної психології
Одеського національного університету імені І. І. Мечникова,
Одеса, вул. Дворянська, 2
e-mail: nvrodina@mail.ru

РОЗВИТОК КОПІНГУ ПРОТЯГОМ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ОСОБИСТОСТІ

Стаття присвячена проблемі розвитку копіngu протягом життєвого шляху особистості. Існує науковий консенсус, що копінг та розвиток у своїй основі взаємопов'язані, проте всебічні огляди за цією проблемою ще рідкісні — більшість досліджень зосереджені на окремих вікових групах. Парадигма вікової психології використовувалась для розкриття відносної ефективності подолання стресу і ролі в цьому соціальних ресурсів. Окреслюються подальші напрямки досліджень копіngu протягом життєвого шляху.

Ключові слова: копінг, індивідуальний розвиток, життєвий шлях особистості, вікова періодизація копіngu, соціальні копінг-ресурси, діадний копінг.

Постановка проблеми. Протягом власного життєвого шляху людина неодноразово взаємодіє з кризовими ситуаціями, що виникають в процесі її діяльності. Потрапляючи в ситуації кризи або сприймаючи їх як такі, індивід починає взаємодіяти з ними, формуючи стратегії подолання цих ситуацій — копінг. Традиційно копінг активно вивчався в рамках загальної психології, але зараз він активно вивчається в парадигмі розвитку особистості в онтогенезі.

На сьогоднішній день в психологічних дослідженнях різних етапів життя людини — від раннього дитинства до глибокої старості — вивченню копіnga приділяється все більше уваги. Але спеціалісти з вікової та загальної психології при розробці цієї проблеми спираються на різні теоретичні передумови і роблять акцент на різних її аспектах. Проте, незважаючи на виникаючі протиріччя, у сучасній психологічній науці починає формуватися єдиний підхід щодо розвитку копіngu протягом життєвого шляху особистості. Цей підхід враховує загальнопсихологічні закономірності процесів подолання та співвідносить їх з особливостями копіngu в конкретному віковому періоді.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проблема вивчення специфіки копіngu в різні періоди онтогенезу з'явилась одночасно з введенням терміна «копінг» у психологічну науку, адже першим дослідником, хто використав цей термін, була Л. Мерфі [25], яка вивчала способи подолання дітьми вимог, висунутих кризами індивідуального розвитку. В подальшому спостерігався активний розвиток концепцій копіngu у загальній психології, варто відзначити внесок таких вчених, як Р. С. Лазарус, С. Фолк-

ман, С. Е. Гобфолл, К. С. Карвер, М. Ф. Шеєр, А. Бандура, Р. Шварцер, Л. Дж. Еспінволл, Ш. Е. Тейлор та ін. Проте на відміну від, наприклад, теорій психологічних захисних механізмів ці теорії не приділяли необхідної уваги тому, як розвивається копінг протягом життєвого шляху особистості.

Існує науковий консенсус, що копінг та розвиток у своїй основі взаємопов'язані, але всебічні огляди за цією проблемою ще рідкісні — більшість досліджень зосереджені на окремих вікових групах. Як зазначають Е. Скіннер та К. Едж [26], копінг і індивідуальний розвиток особистості історично вивчалися в різних дослідницьких парадигмах. Копінг, на думку цих авторів, розглядався переважно, як стала особистісна характеристика, що описує індивідуальні розбіжності у вразливості стосовно суттєвих травматичних життєвих подій і реакцій на них. Тоді як метою спеціалістів у віковій психології є виявлення нормативних і систематичних змін з віком. Таким чином, вивчення сталих індивідуальних розбіжностей в реакціях на травматичну ситуацію не надавало дослідникам можливості описати універсальні вікові зміни в нормальних популяціях.

З такою точкою зору авторів можна погодитись лише частково, адже найбільш відома концепція копінгу — трансакційна теорія Р. С. Лазаруса є процесно орієнтованим підходом, а копінг розглядається як «постійно змінювані когнітивні і поведінкові зусилля, докладені людиною для того, щоб подолати специфічні зовнішні і/або внутрішні вимоги, які оцінюються як надмірні (такі, що напружують) або такі, що перевищують ресурси людини» [22, с. 141], тобто як переважно ситуативний феномен. Але не вдаючись в причини того, що копінг і індивідуальний розвиток особистості історично вивчалися в різних дослідницьких парадигмах, можна зазначити, що інтеграція цих парадигм є актуальною задачею для теоретичної психологічної науки. Варто додати, що окремі спроби методологічної інтеграції наведені в роботах Н. Гармезі і М. Раттера [14], К. Олдвін [7], Е. Скіннер і М. Циммер-Гембек [27], О. В. Куфтяк [4] та деяких інших авторів.

Виходячи з вищесказаного була сформульована **мета даної статі**: освітити концептуально єдиний погляд на розвиток копінгу протягом життєвого шляху особистості, який починає складатися у сучасній психологічній науці.

Виклад основного матеріалу дослідження. Першим і головним питанням, яке виникає перед спеціалістами з вікової психології, що займаються проблемою копінгу, є вікова періодизація формування поведінки подолання. Всеосяжну модель вікових змін у засобах копінгу пропонують Е. Скіннер і М. Циммер-Гембек [28]. Вони простежують копінг від його виникнення у віці 0–1,5 року до його остаточного формування у якості інтегрованої саморегуляції у віці 18–22 років (табл. 1). Дослідники розглядають розвиток копінгу у просторі трьох складових: природа копінгу, роль соціальних партнерів та природа регуляції. Слід зазначити, що природа копінгу в онтогенезі змінюється від рефлекторної до тієї, що базується на довготермінових цілях. Роль соціальних партнерів змінюється від без-

посереднього здійснення копінг-дій замість дитини до їх рекомендабельної функції. Природа регуляції трансформується від міжособистісної корегуляції до інтегрованої саморегуляції. Кожен віковий період пов'язаний з включенням у спектр копінг-реакцій певного виду копінгу. Наприклад, проактивний копінг виникає у віці 10–12 років.

Таблиця 1

Вікові зміни у засобах копінгу (за Е. Скіннер і М. Циммер-Гембек, 2011)

Вік	Природа копінгу	Роль соціальних партнерів	Природа регуляції
0–1,5 року	Від рефлексів до координованої схеми дій	Здійснювати копінг-дії, багаторазово з'ясувати на тому, як дитина виявляє свої наміри	Міжособистісна корегуляція
2–5 років	Використання довільних прямих дій	Бути доступними для безпосередньої допомоги та участі	Міжособистісна саморегуляція
6–8 років	Використання когнітивних засобів	Співробітничати і підтримувати копінг-зусилля	Координована саморегуляція
10–12 років	Використання метакогнітивних засобів	Нагадувати про копінг	Проактивна саморегуляція
14–16 років	Грунтується на особистих цінностях	Убезпечувати копінг	Ідентифікаційна саморегуляція
18–22 років	Грунтується на довготермінових цілях	Рекомендувати певний копінг	Інтегрована саморегуляція

О. В. Куфтяк [4] стверджує, що «закладання» і диференціація стійкого стилю поведінки подолання відбувається в період молодшого шкільного віку, що надалі визначає вектор розвитку особистості як адаптивної чи неадаптивної.

Так вона посилюється на дослідження динаміки процесу становлення поведінки подолання у дітей у віці 7–11 років, що проведено Г. В. Смирною [5]. За даними автора, період 7–11 років — період формування копінг-стилю дитини, що характеризується нерівномірністю і гетерохронністю. Від молодшого шкільного віку до молодшого підліткового встановлюється більш зрілий, цільний і соціально прийнятний копінг-стиль, орієнтований на вирішення проблеми. З дорослішанням вибір захисної поведінки стає більш усвідомленим, убик більшої конструктивності, що свідчить про розвиток регуляторного досвіду. Вік 8 і 11 років відзначається авторами як критичний у становленні копінг-стилю. У 8 років відбувається зниження частоти використання більшості копінг-стратегій, що пов'язане із процесом адаптації до школи. В 11 років відбувається дезорганізація або зрив уже «напрацьованих» механізмів захисної поведінки у зв'язку з початком нової вікової кризи.

Т. Л. Крюкова [2] у дослідженні вікових, статевих і кроскультурних факторів вибору поведінки подолання труднощів виявила зміни копінгу в процесі дорослішання (у період від 14 до 19 років). У групі юнаків 17–19 років у порівнянні із підлітками 14–16 років частіше використовується стратегія вирішення проблеми, рідше — стратегії духовності та звертання до друзів. До позитивних змін віднесені зниження вибору в процесі дорослішання непродуктивних стратегій. У дівчат у віці від 14–16 до 17–19

років відбувається збільшення виразності значень стратегії вирішення проблеми, а також стратегій професійної допомоги і духовності. Серед негативних тенденцій відзначається підвищення використання дівчатами з віком непродуктивних стратегій: неподолання і самозвинувачення.

У лонгітудному дослідженні, проведеному І. І. Ветровою [1], вивчалася динаміка регуляції поведінки в підлітковому віці (від 14 до 18 років). Було встановлено, що в цілому стиль регуляції поведінки залишається стабільним. Підлітки частіше використовують продуктивні і соціальні копінг-стратегії (вирішення проблеми, соціальна підтримка, робота, досягнення, звертання до друзів, фокусування на позитиві та ін.), частота звертання до яких зростає з віком. Значний стрибок відзначається між 17 і 18 роками у бік більшої продуктивності копінг-стилю, що пов'язане зі зміною соціальної ситуації в розвитку (закінчення школи, вступ до вузу).

Е. Скіннер і М. Циммер-Гембек [28] у своїй віковій періодизації особливу увагу приділяють соціальним копінг-ресурсам. Це відопідає ресурсним теоріям копіngu, які припускають, що існує деякий комплекс стрижневих ресурсів, які «скеровують» або направляють загальний фонд ресурсів. Тобто ключовий ресурс — це головний засіб, що контролює й організовує розподіл інших ресурсів [18]. Розглянемо, як протягом життєвого шляху особистості змінюється внесок соціальних копінг-ресурсів у подолання.

Починаючи з середини першого року життя, діти часто покладаються на своїх батьків, очікуючи від них прямого сприяння у копіngu і саморегуляції [19], а також бачать в них взірці того, як реагувати на нові стресові ситуації [11].

М. Льюїс та Д. Ремзі [23] описали чотири основних способи, за якими батьки можуть допомогти немовляті впоратися зі стресом. Вони можуть: (1) захистити від стресу; (2) полегшити реакції на стресори; (3) сприяти індивідуальним ресурсам, таким як самокомпетентність і благополуччя, що підтримують копінг і сприяють відновленню; і (4) забезпечити позитивні уявлення про інших і про себе, що може допомогти під час стресу.

У період з 6 до 18 місяців діти становляться більш схильними долучатися до регуляторної поведінки, що спрямовується іншими. Вони безпосередньо шукають допомоги з боку оточення задля регуляції їхніх власних реакцій на стресові події [10].

Важливість сигналів з боку дітей і реакцій тих, хто про них піклується, проілюстровано в дослідженнях прив'язаності, стресу і регуляції. Емоційна чутливість батьків до дитячих стресів може, наприклад, включати в себе спроби заспокоїти і допомогти дитині впоратися зі стресом. Емоційна чутливість свідчить про стан стосунків між батьками та дитиною і відображає ступінь батьківської відповідальності і дитячої безпеки. Багато досліджень прив'язаності були спрямовані на вивчення того, як батьки заспокоюють дітей в стресових умовах. Реакції батьків на дитячий стрес вважаються важливою частиною копінг-ресурсів дитини, і батьківським «соціальним регулюванням» у ранньому дитинстві [15]. Інші автори називають цей процес корегуляцією, яка вважається необхідною передумовою розвитку власної саморегуляції у дітей [24].

У дошкільному віці у дітей починається формуватися здатність до надійного довільного контролювання копінг-поведінки [21]. На цьому етапі батьки продовжують виступати ресурсами для подолання і регуляції в умовах стресу, а інші особи, наприклад, інші дорослі, однолітки, брати і сестри можуть також відіграти важливу роль у цих процесах [29].

Дорослі за допомогою власного копінгу моделюють копінг своїх дітей. Досліджено зв'язок між способами подолання, що використовуються батьками, і способами подолання їх дітей у відповідь на хронічні захворювання, гострі стресори і побутові проблеми. Використання дітьми копінгу, що уникає, прямо пов'язане з проявами стратегій відкинення і відмови, і зворотно пов'язане з використанням матір'ю когнітивної реструктуризації [20]. Крім того, у батьків, які активно долають власні стреси, наприклад, за допомогою перегляду значення ситуації, фокусування на позитиві і використання соціальної підтримки, діти, як правило, схильні наближуватися до проблем, а не уникати їх.

Починаючи з підліткового віку подолання вже являє собою організований патерн реакцій, з використанням як особистісних, так і соціальних копінг-ресурсів. Підлітки і зрілі індивіди використовують більш широкий діапазон копінг-стратегій, ніж діти, і це сприяє кращій їх адаптації у середовищі [30]. Вони формують нові близькі стосунки, які стають основою для вирішення життєвих проблем [13]. Такі близькі, глибоко особисті стосунки забезпечують задоволення і підтримку і стають своєрідною зоною безпеки під час труднощів. Відчуття близькості, прив'язаності і надійності союзу є одними з ключових елементів стосунків високої якості, які допомагають долати життєві труднощі.

Цей феномен отримав назву «діадний копінг». Розвиток діадного копінгу відбувається у зв'язку з цілою низкою індивідуальних і ситуативних чинників, таких як поведінка, темперамент, історія стосунків та історія подолання кожного з партнерів по діаді, тип стресу і особливості стресору, а також соціально-культурний контекст [9]. З усіх чинників особливо важливими для діадного копінгу є тривалість стосунків і вік. Довгострокові стосунки є більш якісними і приносять більше задоволення, так що вони створюють краще підґрунтя для діадного подолання [9].

Хоча вік членів пари часто не відокремлюють від тривалості стосунків, цей параметр також може бути важливим. Молоді пари не можуть мати однаковий досвід подолання стресу і вони можуть відчувати значний стрес у сумісному житті в перший раз. Це може викликати більші проблеми у подоланні та регуляції для кожного члена діади та погіршити ефективність діадного копінгу. По мірі накопичення досвіду може відбутися розбіжність у копінг-стратегіях, але це не є дезадаптивною ознакою, а навпаки. Наприклад, виявлено, що молоді пари більш конгруентні у копінг-стратегіях, в той час як серед літніх пар копінг-стратегії у більшості взаємно доповнюють одна одну [8].

В цілому, з віком і в процесі розвитку стосунків окремі члени стають більш звиклими до діадних стресорів і більш обізнані з реакціями і потребами партнерів. Як описано Р. Діксоном [12], пари, що мають тривалі

стосунки, здатні ефективно спілкуватися і об'єднувати свої ресурси для компенсації індивідуальних ресурсних дефіцитів у зіткненні з когнітивними завданнями, що потребують значної наполегливості. Дослідження показали, що дієва співпраця дозволяє подружжям з більшим досвідом сімейного життя краще виконувати складні сумісні завдання, порівняно з іншими парами такого ж віку, і досягати результатів на рівні молодих пар.

У похилому віці копінг та регуляція можуть бути випробувані новими і значними стресорами, а також змінами в ресурсах діадного копіngu. Хоча є багато стресів, які більш поширені у літніх, ніж у молодих людей (наприклад, проблеми зі здоров'ям), втрата партнера є однією з найбільш значних у житті стресових подій, пов'язаних зі старінням. Це викликане не тільки емоційним стресом, але й тим, що вдівство зазвичай супроводжується втратами важливих копінг-ресурсів, які не так легко замінити [17]. Хоча стосунки в парі можуть виступати як найбільш важливі копінг-ресурси для багатьох людей, особливо для чоловіків [16], немало людей більшу частину свого життя покладаються на батьків та друзів. Частково це пов'язано з високим рівнем розлучень і розриву стосунків, тривалим періодом у житті без прийняття шлюбу чи без встановлення постійних стосунків з партнером.

Хоча в жодному дослідженні ще не обговорювалася тема розвитку процесів діадного копіngu після смерті довгострокового партнера, одним зі способів пристосуватися до вдівства є збільшення підтримки дитини, зокрема, для жінок з більш низьким рівнем освіти [17]. Дослідження також свідчать, що зі збільшенням віку індивіду соціальні мережі можуть зменшитись у розмірах, але рівень соціальної підтримки — ні [16]. Для багатьох людей, які мають справу зі значними змінами у житті, нові джерела підтримки, як здається, можуть заповнити цю прогалину, але цілком імовірно, що розробка нових ресурсів діадного копіngu — це адаптивний процес, який не відбувається швидко і легко [16].

Як відзначають Т. Л. Крюкова і О. С. Ритова [3], специфіка копіngu у людей похилого віку полягає в тому, що, насамперед, люди похилого віку використовують обмежену кількість стратегій, і це стратегії відволікання типу (відволікання, соціальне відволікання). По-друге, більшість людей похилого віку володіє такою копінг-стратегією, як пошуком і використання соціальної підтримки, тобто здатністю знаходити ресурс в оточуючих людях, взаємодії з ними. По-третє, частині людей похилого віку властивий румінативний копінг. Це жалібні міркування та рефлексія, які стають нав'язливими, повторюваними і які пов'язані із занепокоєнням або похмурими думками. По-четверте, навіть невеликі стресори людям похилого віку здаються значними. При цьому їх копінг не стає продуктивнішим, внаслідок чого люди похилого віку відчувають своє безсилля перед стресорами.

У літературі, присвяченій дорослому періоду в житті індивіду, є дані, що вплив соціальної підтримки (і порушення цього впливу) може змінюватися з віком, але докази цього сумнівні. В цілому, дослідження показали, що соціальна підтримка має сильний вплив у похилому віці. Наприклад,

В. Адамс і Дж. Джексон [6] виявили, що контакт з сім'єю і друзями сильніше впливає на суб'єктивне благополуччя людей старшого віку, ніж молодшого та середнього віку.

Висновки

Отже, на сучасному етапі розвитку психології інтеграція досягнень загальної та вікової психології дозволила сформулювати уявлення про вікову періодизацію копінгу, виокремити особливості копінг-стратегій на різних стадіях життєвого шляху особистості. Також залучення підходів ресурсних теорій копінгу дало можливість проаналізувати у віковому аспекті роль соціальних факторів у подоланні життєвих труднощів. Особливе місце у вивченні динаміки копінгу у дорослих індивідів займає конструкт «діадний копінг», який об'єднує в собі прив'язаність, подолання стресу і міжособистісне спілкування.

В підсумку, ми вважаємо, що ефективний копінг має вирішальне значення для підтримки психічного і фізичного здоров'я на всіх етапах життя. Тим не менш залишається багато питань щодо концептуалізації та вимірювання зазначених у статті конструктів у способи, відповідні віку досліджених. Сучасні дослідження дали широке, але іноді й контроверсійне уявлення про вікову динаміку копінгу, і подальші розвідки у цьому напрямку повинні збагатити наше розуміння цього феномена і його впливу на благополуччя особистості протягом її життєвого шляху.

Список використаних джерел та літератури

1. Ветрова И. И. Сравнение динамики психологических механизмов регуляции поведения (совладания, психологических защит и контроля поведения) / И. И. Ветрова // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. — 2009. — Т. 15, № 4. — С. 23–32.
2. Крюкова Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения / Т. Л. Крюкова // Психологический журнал. — 2008. — Т. 2, № 2. — С. 88–95.
3. Крюкова Т. Л. Совладание у пожилых людей: изменяются ли копинг-стратегии с возрастом? / Т. Л. Крюкова, Е. С. Рытова // Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе: Материалы II Международной научно-практической конференции Кострома, 23–25 сентября 2010 г. — 2010. — Т. 1. — С. 153–156.
4. Куфтяк Е. В. Факторы становления совладающего поведения в детском и подростковом возрасте / Е. В. Куфтяк // Психологические исследования. — 2012. — № 2(22). — С. 4.
5. Смирнова А. В. Половозрастные и семейные факторы становления совладающего поведения у детей младшего школьного возраста : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Смирнова Анна Владимировна. — Санкт-Петербург, 2010. — 281 с.
6. Adams V. H. The contribution of hope to the quality of life among aging African Americans: 1980–1992 / V. H. Adams, J. S. Jackson // International Journal of Aging and Human Development. — 2000. — V. 50. — P. 279–297.
7. Aldwin C. M. Stress, coping, and development : an integrative perspective / C. M. Aldwin. — New York : Guilford Press, 1994. — 331 p.
8. Aldwin C. M. Coping and self-regulation across the life span / C. M. Aldwin, E. A. Skinner, M. J. Zimmer-Gembeck, A. Taylor // Handbook of life-span development / K. Fingerma, C. Berg, J. Smith, T. Antonucci. — New York, NY: Springer Publishing Company, 2010 — P. 563–590.
9. Berg C. A. A developmental-contextual model of couples coping with chronic illness across the adult life span / C. A. Berg, R. Upchurch // Psychological Bulletin. — 2007. — V. 133. — P. 920–954.

10. Braungart-Rieker J. M. Infants' responses to frustrating situations: Continuity and change in reactivity and regulation / J. M. Braungart-Rieker, C. A. Stifter // *Child Development*. — 1996. — V. 67. — P. 1767-1779.
11. Diamond L. M. Emotion regulation across the life span: An integrative perspective emphasizing self-regulation, positive affect, and dyadic processes / L. M. Diamond, L. G. Aspinwall // *Motivation and Emotions*. — 2003. — V. 27. — P. 125-156.
12. Dixon R. A.. Exploring cognition in interactive situations: The aging of N+1 minds / Social cognition and aging // T. M. Hess, F. Blanchard-Fields. — San Diego, CA: Academic Press, 1999. — P. 267-290.
13. Feeney J. A. Adult attachment and relationship functioning under stressful conditions: Understanding partners' responses to conflict and challenge / J. A. Feeney // *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* // W. S. Rholes, J. A. Simpson. — New York: Guilford Publications, 2004. — P. 339-364.
14. Garmezy N. Stress, Coping, and Development in Children Baltimore, Maryland / N. Garmezy, M. Rutter // Johns Hopkins University Press, 1988. — 364p.
15. Gunnar M. R. Stress neurobiology and developmental psychopathology / M. R. Gunnar, D. Vazquez // *Developmental psychopathology*. — Hoboken, NJ: Wiley, 2006. — V. 2. — P. 533-577.
16. Gurung R. A. R. Accounting for changes in social support among married older adults: Insights from the MacArthur Studies of Successful Aging / R. A. R. Gurung, S. E. Taylor, T. E. Seeman // *Psychology and Aging*. — 2003. — V. 18. — P. 487-496.
17. Ha J. Older adults' perceptions of intergenerational support after widowhood: How do men and women differ? / J. Ha, D. Carr, R. L. Uts, R. Nesse // *Journal of Family Issues*. — 2006. — V. 27. — P. 3-30.
18. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress / S. E. Hobfoll // *American Psychologist*. — 1989. — V. 44(3). — P. 513-524.
19. Holodynski M. Development of emotions and emotion regulation / M. Holodynski, W. Friedlmeier. — New York: Springer, 2006. — 265 p.
20. Kliewer W. Socialization of coping with community violence: Influences of caregiver coaching, modeling, and family context / W. Kliewer, K. A. Parrish, K. W. Taylor, K. Jackson, J. M. Walker, V. A. Shivvy // *Child Development*. — 2006. — V. 77. — P. 605-623.
21. Kopp C. B. Emotion-focused coping in young children: self and self-regulatory processes / C. B. Kopp // *New directions for child and adolescent development*. — 2009. — V. 124. — P. 33-46.
22. Lazarus R. S. Stress, appraisal, and coping / R. S. Lazarus, S. Folkman. — New York: Springer, 1984. — 444 p.
23. Lewis M. Environments and stress reduction / M. Lewis, D. Ramsay // *Soothing & stress*. — Mahwah, NJ: Erlbaum, 1999. — P. 171-192.
24. Mikulincer M. Attachment bases of emotion regulation and posttraumatic adjustment / M. Mikulincer, P. R. Shaver, N. Hoshch // *Emotion regulation in couples and families* / D. K. Snyder, J. A. Simpson, J. N. Hughes, 2006. — Washington, DC: American Psychological Association. — P. 77-99.
25. Murphy L. B. The widening world of childhood / L. B. Murphy // *New York Basic Books*, 1962. — 399 p
26. Skinner E. Reactions on Coping and Development across the Lifespan / E. Skinner, K. Edge // *International journal of behavioral development*. — 1998. — V. 22 (2). — P. 357-366.
27. Skinner E. A. The Development of Coping / E. A. Skinner, M. J. Zimmer-Gembeck // *Review of Psychology*. — 2007. — V. 58. — P. 119-144.
28. Skinner E. A. Perceived control and the development of coping / E. A. Skinner, M. J. Zimmer-Gembeck // *The Oxford handbook of health, stress and coping* / S. Folkman, P. E. Nathan. — New York: Oxford University Press, 2011. — P. 35-62.
29. Zimmer-Gembeck M. J. The socialization of adolescent at home and school / M. J. Zimmer-Gembeck, E. M. Locke // *Journal of Adolescence*. — 2007. — V. 30. — P. 1-16.
30. Zimmer-Gembeck M. J. Adolescents' coping with stress: Development and diversity / M. J. Zimmer-Gembeck, E. A. Skinner // *Prevention Research*. — 2008. — V. 15. — P. 3-7.

References

1. Vetrova I. I. Sravnenie dinamiki psihologicheskikh mehanizmov reguljaciji povedenija (sovladaniya, psihologicheskikh zashhit i kontrolja povedenija). Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N. A. Nekrasova. — 2009. — T. 15, № 4. — S. 23–32.
2. Krjukova T. L. Chelovek kak subekt sovladajushhego povedenija. Psihologicheskij zhurnal. — 2008. — T. 2, № 2. — S. 88–95.
3. Krjukova T. L. Sovladanie u pozhilyh ljudej: izmenjajutsja li koping-strategii s vozrastom? Psihologija stressa i sovladajushhego povedenija v sovremennom rossijskom obshhestve . Materialy II Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii (Kostroma, 23–25 sentjabrja 2010) — 2010. — T. 1. — S. 153–156.
4. Kuftjak E. V. Faktory stanovlenija sovladajushhego povedenija v detskom i podrostkovom vozraste. Psihologicheskie issledovanija. — 2012. — № 2(22). — S. 4.
5. Smirnova A. V. Polovozrastnye i semejnye faktory stanovlenija sovladajushhego povedenija u detej mladshogo shkol'nogo vozrasta : diss. kand. Psihol. nauk : 19.00.13 — Sankt-Peterburg, 2010. — 281 s.
6. Adams V. H. The contribution of hope to the quality of life among aging African Americans: 1980–1992 / V. H. Adams, J. S. Jackson // International Journal of Aging and Human Development. — 2000. — V. 50. — P. 279–297.
7. Aldwin C. M. Stress, coping, and development : an integrative perspective / C. M. Aldwin. — New York : Guilford Press, 1994. — 331 p.
8. Aldwin C. M. Coping and self-regulation across the life span / C. M. Aldwin, E. A. Skinner, M. J. Zimmer-Gembeck, A. Taylor // Handbook of life-span development / K. Fingerma, C. Berg, J. Smith, T. Antonucci. — New York, NY: Springer Publishing Company, 2010 — P. 563–590.
9. Berg C. A. A developmental-contextual model of couples coping with chronic illness across the adult life span / C. A. Berg, R. Upchurch / Psychological Bulletin. — 2007. — V. 133. — P. 920–954.
10. Braungart-Rieker J. M. Infants' responses to frustrating situations: Continuity and change in reactivity and regulation / J. M. Braungart-Rieker, C. A. Stifter // Child Development. — 1996. — V. 67. — P. 1767–1779.
11. Diamond L. M. Emotion regulation across the life span: An integrative perspective emphasizing self-regulation, positive affect, and dyadic processes / L. M. Diamond, L. G. Aspinwall // Motivation and Emotions. — 2003. — V. 27. — P. 125–156.
12. Dixon R. A.. Exploring cognition in interactive situations: The aging of N+1 minds / Social cognition and aging // T. M. Hess, F. Blanchard-Fields. — San Diego, CA: Academic Press, 1999. — P. 267–290.
13. Feeney J. A. Adult attachment and relationship functioning under stressful conditions: Understanding partners' responses to conflict and challenge / J. A. Feeney // Adult attachment: Theory, research, and clinical implications // W. S. Rholes, J. A. Simpson. — New York: Guilford Publications, 2004. — P. 339–364.
14. Garmezy N. Stress, Coping, and Development in Children Baltimore, Maryland / N. Garmezy, M. Rutter // Johns Hopkins University Press, 1988. — 364p.
15. Gunnar M. R. Stress neurobiology and developmental psychopathology / M. R. Gunnar, D. Vazquez // Developmental psychopathology . — Hoboken, NJ: Wiley, 2006. — V. 2. — P. 533–577.
16. Gurung R. A. R. Accounting for changes in social support among married older adults: Insights from the MacArthur Studies of Successful Aging / R. A. R. Gurung, S. E. Taylor, T. E. Seeman // Psychology and Aging. — 2003. — V. 18. — P. 487–496.
17. Ha J. Older adults' perceptions of intergenerational support after widowhood: How do men and women differ? / J. Ha, D. Carr, R. L. Uts, R. Nesse // Journal of Family Issues. — 2006. — V. 27. — P. 3–30.
18. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress / S. E. Hobfoll // American Psychologist. — 1989. — V. 44(3). — P. 513–524.
19. Holodynski M. Development of emotions and emotion regulation / M. Holodynski, W. Friedlmeier. — New York: Springer, 2006. — 265 p.

20. Kliewer W. Socialization of coping with community violence: Influences of caregiver coaching, modeling, and family context / W. Kliewer, K. A. Parrish, K. W. Taylor, K. Jackson, J. M. Walker, V. A. Shivry // *Child Development*. — 2006. — V. 77. — P. 605-623.
21. Kopp C. B. Emotion-focused coping in young children: self and self-regulatory processes / C. B. Kopp // *New directions for child and adolescent development*. — 2009. — V. 124. — P. 33-46.
22. Lazarus R. S. Stress, appraisal, and coping / R. S. Lazarus, S. Folkman. — New York: Springer, 1984. — 444 p.
23. Lewis M. Environments and stress reduction / M. Levis, D. Ramsay // *Soothing & stress*. — Mahwah, NJ: Erlbaum, 1999. — P. 171-192.
24. Mikulincer M. Attachment bases of emotion regulation and posttraumatic adjustment / M. Mikulincer, P. R. Shaver, N. Hoesch // *Emotion regulation in couples and families* / D. K. Snyder, J. A. Simpson, J. N. Hughes, 2006. — Washington, DC: American Psychological Association. — P. 77-99.
25. Murphy L. B. The widening world of childhood / L. B. Murphy // *New York Basic Books*, 1962. — 399 p
26. Skinner E. Reactions on Coping and Development across the Lifespan / E. Skinner, K. Edge // *International journal of behavioral development*. — 1998. — V. 22 (2). — P. 357-366.
27. Skinner E. A. The Development of Coping / E. A. Skinner, M. J. Zimmer-Gembeck // *Review of Psychology*. — 2007. — V. 58. — P. 119-144.
28. Skinner E. A. Perceived control and the development of coping / E. A. Skinner, M. J. Zimmer-Gembeck // *The Oxford handbook of health, stress and coping* / S. Folkman, P. E. Nathan. — New York: Oxford University Press, 2011. — P. 35-62.
29. Zimmer-Gembeck M. J. The socialization of adolescent at home and school / M. J. Zimmer-Gembeck, E.M. Locke // *Journal of Adolescence*. — 2007. — V. 30. — P. 1-16.
30. Zimmer-Gembeck M. J. Adolescents' coping with stress: Development and diversity / M. J. Zimmer-Gembeck, E. A. Skinner // *Prevention Research*. — 2008. — V. 15. — P. 3-7.

Родина Н. В.

доктор психологических наук,
профессор кафедры социальной и прикладной психологии
Одесского национального университета имени И. И. Мечникова

РАЗВИТИЕ КОПИНГА НА ПРОТЯЖЕНИИ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ

Резюме

Статья посвящена проблеме развития копинга на протяжении жизненного пути личности. Существует научный консенсус, что копинг и развитие в своей основе взаимосвязаны, тем не менее всесторонние обзоры по этой проблеме еще редки — большинство исследований сосредоточены на отдельных возрастных группах. Парадигма возрастной психологии использовалась для раскрытия относительной эффективности преодоления стресса и роли в этом социальных ресурсов. Очерчиваются дальнейшие направления исследований копинга на протяжении жизненного пути.

Ключевые слова: копинг, индивидуальное развитие, жизненный путь личности, возрастная периодизация копинга, социальные копинг-ресурсы, диадный копинг.

N. V. Rodina

Doctor of Sciences in Psychology,
Professor, Department of Social and Applied Psychology
Odessa I. I. Mechnikov national university, Odessa, Ukraine

DEVELOPMENT OF COPING ACROSS THE LIFE SPAN OF PERSONALITY

Abstract

The article is dedicated to problem of the development of coping across the life span of personality. Despite consensus that coping and individual development are inherently inter-connected, comprehensive reviews are rare — most studies have focused on particular age groups. A developmental framework was used to issue of relative efficiency in coping with stress and role of social resources in it. Different theoretical models of age-related changes in the means of coping age periodization formation of coping behavior suggest were discussed. Many studies of attachment have focused on how parents of children calm in stressful situations. The reactions of parents on children's stress are considered an important part of coping resources of the child and the parent «social control» in early childhood. Other authors call this process coregulation, which is considered a necessary prerequisite for the development of their own self-regulation in children. The phenomenon known as «dyadic coping» and its development were described. In this field remain many questions about the conceptualization and measurement provided in the article constructs in ways appropriate age studied. Future directions in the study of life-span coping have also outlined.

Key words: coping, individual development, life span of personality, age periodization of coping, social coping resources.

Стаття надійшла до редакції 09.04.2014