

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2024, Том 12, № 3 / 2024, Vol. 12, Iss. 3 <https://mir-nauki.com/issue-3-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/64PDMN324.pdf>

5.3.2. Психофизиология (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Бехтер, А. А. Предикторы проактивного совладающего поведения в подростковом возрасте: результаты эмпирического исследования / А. А. Бехтер // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 3. —

URL: <https://mir-nauki.com/PDF/64PDMN324.pdf>

For citation:

Bekhter A.A. Predictors of proactive coping behavior in adolescence: results of an empirical study. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(3): 64PDMN324. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/64PDMN324.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

Бехтер Анна Александровна

ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет», Хабаровск, Россия

Доцент

Кандидат психологических наук, доцент

E-mail: Behter2004@mail.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=677842

Предикторы проактивного совладающего поведения в подростковом возрасте: результаты эмпирического исследования

Аннотация. В статье обсуждается проблема проактивного совладающего поведения через призму изменения подросткового возраста. Автором ставится вопрос о наличии личностных ресурсов у подростков, позволяющих осуществлять имеющиеся проактивные стратегии. Представлены методики для оценки проактивного совладающего поведения у подростков, а также личностных свойств (тревожность, реактивные стратегии, способность к прогнозированию), обуславливающих его становление: опросник проактивного копинга Е.П. Белинской и др. (в адаптации для подростков Бехтер А.А.), методика «Стиль саморегуляции поведения — СМПД-М1» В.И. Моросановой, опросник Регуш Л.А. «Уровень прогнозирования», классическая социально-ситуационная шкала тревожности О. Кондаша (в адаптации А.М. Прихожан). В исследовании участвовали 237 подростков (117 девочек и 120 мальчиков) в возрасте 11–15 лет ($M = 13,2$; $SD = 1,41$), обучающиеся в лицеях г. Хабаровска. На основе результатов исследования выявлено, что мальчики в большей степени продуктивны в стратегиях планирования и моделирования деятельности, менее тревожны по сравнению с девочками. Полученные отрицательные корреляции между разными видами тревожности, стратегиями проактивного преодоления параметрами саморегуляции. Определены главные предикторы, усиливающие стратегию проактивного совладания — это мужской пол, превентивное преодоление и стратегическое планирование. То, что превентивное преодоление как одна из базовых стратегий «запасливости» человека, и стратегическое планирование проявились как положительные предикторы в нашей регрессионной модели наряду с мужским полом, это может косвенно указывать на активное развитие форм проактивного совладания в подростковом возрасте. Результаты исследования могут быть полезны школьным психологам, родителям подростков, исследователям в области возрастной психологии и психологии совладающего поведения личности.

Ключевые слова: проактивное совладающее поведение личности; подростковый возраст; школьная тревожность; саморегуляция; эмпирическое исследование

Введение

Подростковый возраст бесспорно является одним из самых сложных возрастных периодов человека. Помимо основных ключевых проблем у подростков (изменение тела, возникновение протестных реакций, желания обрести самостоятельность и прочее), существует проблема в формировании навыка прогнозирования трудной ситуации на основе образа будущего и возможности заранее к ней подготовиться, то есть проактивизировать свое поведение [1–4]. Проактивное поведение как волевое поведение преодоления воображаемой трудной ситуации связано с элементами самоорганизации и саморегуляции, а также с феноменом положительного отношения к будущему [5–8]. В подростковом возрасте мы можем говорить только о предпосылках к становлению устойчивых форм проактивного совладающего поведения, так как личностные диспозиции находятся под влиянием «подросткового гормонального шторма». Одним из важных нерешенных вопросов остается вопрос о том, может ли проактивное совладающее поведение быть связано с учебной деятельностью и с чувствами, связанными с переживанием школьной ситуации учебы, в частности с тревожностью. Часто подростки дистанцируются от учебной деятельности, у них снижается успеваемость, перестают ходить в школу, чем вызывают большое беспокойство у родителей и учителей. Наше исследование призвано установить связи между стратегиями проактивного совладающего поведения и видами школьной тревожности, параметрами саморегуляции, способности к прогнозированию и определить предикторы проактивного совладания подростков. Это поможет прояснить, является ли ситуация учебной деятельности важным звеном в становлении проактивных стратегий у подростков или же является лишь переменным условием для формирования личностных диспозиций проактивного совладания.

В подростковом возрасте мы наблюдаем трансформацию совладающего поведения: на смену детским механизмам психологической защиты (отрицание, регрессия) постепенно, но неравномерно, формируются более стабильные стратегии преодоления стресса (планирование решения проблемы, поиск социальной поддержки, положительная переоценка проблемы) и «взрослые» механизмы защиты (рационализация, проекция, интеллектуализация) [3; 4; 9]. В этом процессе личностные ресурсы в начале подросткового возраста находятся под влиянием психофизиологических изменений, что осложняет становление зрелых и конструктивных форм совладания. Постепенно формируется достаточный уровень самоконтроля и саморегуляции поведения, позволяющие использовать предпочтительно когнитивные стратегии совладания взамен эмоциональным [10; 11]. Изучение проактивного совладания подростков в период пандемии показало, что их психологическое благополучие в большей степени зависит от межличностных отношений с родителями [12], уровня саморегуляции и самоуверенности [13], самоконтроля [13; 14], эмоциональной саморегуляции [13] и возможности обращения за социальной поддержкой [14–17]. При благоприятных вышеперечисленных условиях проактивное совладающее поведение позволяет подросткам избегать депрессии и негативных эмоциональных состояний. Привязанность и комфортная среда, обусловленные продуктивными взаимоотношениями с близкими, формируют устойчивые формы проактивного совладания.

Предмет исследования — предикторы проактивного совладающего поведения в подростковом возрасте. Гипотеза исследования включала предположение о том, что в подростковом возрасте существуют особые предикторы (тревожность, реактивные стратегии, прогнозирование, уровень успеваемости), которые обуславливают реализацию имеющихся проактивных стратегий поведения у подростков.

Методика проведения исследования

Выборка исследования. В исследовании приняло 237 человек (117 девочек и 120 мальчиков) в возрасте 11–15 лет ($M = 13,2$; $SD = 1,41$). Сбор данных проводился путем заполнения бланков диагностических методик в группах. В исследовании участвовали

подростки двух лицеев города Хабаровска (МАОУ «Лицей инновационных технологий», МАОУ «Ступени»). В качестве основного инструмента оценки измерения стратегий проактивного совладающего поведения использовался опросник проактивного копинга Е.П. Белинской и др. (адаптированный для подростков А.А. Бехтер) [18; 19], для оценки личностных детерминант (важных свойств, участвующих в формировании стратегий проактивного совладания) применялись методика «Стиль саморегуляции поведения — СМПД-М1» В.И. Моросановой [20; 21], опросник Регуш Л.А. «Уровень прогнозирования» [22], классическая социально-ситуационная шкала тревожности О. Кондаша (в адаптации А.М. Прихожан).¹

Для обработки результатов исследования была использована программа MS Excel, Japovi 2.3.21. Для установления взаимосвязи применялся ранговый коэффициент Спирмена, для выявления предикторов — метод иерархической регрессии.

Результаты исследования

Анализ основных описательных статистик общей выборки 237 человек показал, что распределение далеко от нормального, так как результат асимметрии и эксцесса превышает допустимый диапазон (от -2 до 2). Описательные статистики представлены в таблице 1.

Таблица 1

Описательные статистики исследуемых параметров

	Среднее	Медиана	Дисперсия	Асимметрия	Эксцесс
Опросник проактивного копинга в адаптации Е.П. Белинской и др.					
Проактивный копинг	37,30	37	72,9	-0,866	2,685
Рефлексивный копинг	30,19	30	50,2	-0,674	1,361
Планирование	9,50	9	11,1	0,172	0,147
Превентивный копинг	27,08	28	46,3	-1,167	3,407
Поиск инструментальной поддержки	18,33	18	32,0	-0,379	1,308
Поиск эмоциональной поддержки	11,27	11	17,7	0,176	-0,191
Методика ССУД-М В.И. Моросановой					
Планирование	4,68	5	4,44	0,01	-0,67
Моделирование	5,25	5	4,06	-0,08	-0,77
Программирование	5,37	6	3,14	-0,38	-0,45
Оценивание	4,42	4	4,26	0,19	-0,75
Гибкость	5,11	5	4,13	0,06	-0,52
Самостоятельность	4,98	5	3,81	0,07	-0,88
Надежность	4,19	4	3,04	0,33	-0,13
Ответственность	3,87	4	4,41	0,18	-0,59
Общий уровень саморегуляции	30,85	30	73,94	0,41	0,01
Классическая социально-ситуационная шкала тревожности О. Кондаша (в адаптации А.М. Прихожан)					
Школьная тревожность	3,99	3	10,31	0,69	-0,95
Самооценочная тревожность	3,06	2	5,35	1,02	0,23
Межличностная тревожность	3,23	2	6,44	0,91	-0,39
Магическая тревожность	2,52	1	6,86	1,65	1,66
Общая школьная тревожность	3,08	2	7,02	1,11	0,09
Методика Регуш Л.А. «Способность к прогнозированию»					
Уровень прогнозирования	10,1	10	5,84	-0,49	-0,06

Составлено автором

¹ Классическая социально-ситуационная шкала тревожности О. Кондаша (в адаптации А.М. Прихожан) взята с информационного сайта <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2015/10/19/diagnostika-trevozhnosti-a-m-prihozhan> (дата обращения 01.06.2024).

Анализируя показатели по среднему, можем отметить, что в нашей выборке подростков в большей степени выражен проактивный копинг, моделирование и программирование, школьная тревожность. Статистический анализ позволил установить гендерные отличия по исследуемым параметрам (табл. 2).

Таблица 2

Гендерные различия по исследуемым параметрам

Показатели	Средние значения		U-критерий Манна — Уитни	Уровень статистической значимости (p)
	мужской пол	женский пол		
Моделирование	5,78	4,66	833	0,004**
Оценивание результата деятельности	4,94	3,85	884	0,011**
Гибкость	5,63	4,54	881	0,010**
Поиск эмоциональной поддержки	11,76	13,31	958	0,045**
Самооценочная тревожность	2,32	3,85	801	0,001**
Межличностная тревожность	2,15	4,39	668	0,000**
Магическая тревожность	1,94	3,14	951	0,020**
Общий уровень тревожности	2,28	3,93	876	0,007**

Критерия U — Манна — Уитни ($n = 237$; * — $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$). Составлено автором

Так, девочки и мальчики достоверно отличаются по параметрам саморегуляции (моделирование, оценивание результатов деятельности, гибкость), поиску эмоциональной поддержки и показателям тревожности (общей школьной, самооценочной, межличностной, магической). По средним показателям заметно, что девочки более тревожны (в отношении межличностного взаимодействия особенно), больше склонны искать поддержку, не так активно проявляют гибкость в ситуации. В свою очередь мальчики обладают более высокими баллами по моделированию, гибкости и оцениванию результатов своей деятельности, что позволяет говорить о своеобразном «деятельностном» акценте саморегуляции.

Корреляционный анализ показал наличие отрицательных связей между показателями саморегуляции и параметрами общей школьной тревожности, проактивного копинга (табл. 3). Мы приводим связи только между параметрами методик, исключая логически ожидаемых внутренних корреляции в опросниках.

Таблица 3

Значимые взаимосвязи между показателями саморегуляции, проактивного копинга и общей школьной тревожности

Показатель	Гибкость	Надежность	Оценивание результатов	Программирование	Общий показатель саморегуляции
Превентивный копинг	-0,212*	—	—	—	—
Поиск инструментальной поддержки	—	-0,210*	—	—	—
Школьная тревожность	-0,363***	—	-0,360***	—	-0,216*
Самооценочная тревожность	-0,359***	-0,201*	-0,324**	—	-0,305**
Межличностная тревожность	-0,385***	—	-0,365***	—	-0,338***
Магическая тревожность	-0,403***	—	-0,293**	-0,238*	-0,291**
Общая школьная тревожность	-0,418***	—	-0,374***	—	-0,345***

Коэффициент ранговой корреляции Спирмена, $n = 237$; * — корреляция значима на уровне 0,05; ** — корреляция значима на уровне 0,01; *** — корреляция значима на уровне 0,001. Составлено автором

Так, превентивный копинг отрицательно связан с гибкостью ($r = -0,212$ при $p < 0,05$), что очевидно указывает на при накоплении ресурсов (например, при наличии денежных средств) снижается перестраивать свое поведение у подростков. А поиск инструментальной поддержки (от социальных сетей) страдает от недостаточной надежности как способности противостоять помехам и препятствиям ($r = -0,210$ при $p < 0,05$).

Данная отрицательная взаимосвязь говорит в пользу того, что подростки, не обладающие устойчивостью саморегуляции в ситуации напряжения в большей степени склонны искать помощь через социальные сети. На этом фоне закономерна отрицательная связь самооценочной тревожностью с надежностью ($r = -0,210$ при $p < 0,05$) как утвердительно проявление связи возрастающего тревожного отношения к себе со снижением устойчивости саморегуляции в учебной деятельности.

Показатель гибкости как способности перестраивать свое поведение в напряженной ситуации отрицательно связан со школьной тревожностью ($r = -0,363$ при $p < 0,001$), с самооценочной тревожностью ($r = -0,359$ при $p < 0,001$), межличностной ($r = -0,385$ при $p < 0,001$), магической тревожностью ($r = -0,403$ при $p < 0,001$) и общим показателем школьной тревожности ($r = -0,418$ при $p < 0,001$). Это указывает на то, что тревожность, возникающая на все происходящие события (в отношении себя, других, учебной деятельности) и особенно магическая тревожность (вера в потусторонние силы) тормозит способность быть гибким в ситуации в силу большого эмоционального переживания.

Также показатель оценивания результатов отрицательно связан с показателями школьной тревожности: со школьной ($r = -0,360$ при $p < 0,001$), с самооценочной ($r = -0,324$ при $p < 0,01$), межличностной ($r = -0,365$ при $p < 0,001$), магической тревожностью ($r = -0,293$ при $p < 0,001$) и общим показателем школьной тревожности ($r = -0,374$ при $p < 0,001$). Здесь мы также наблюдаем дезорганизующий эффект тревожности как состояния, мешающего адекватно и правильно оценивать результаты своей деятельности.

Вероятно поэтому, генерализованный эффект магической тревожности связан с последующими трудностями программирования ($r = -0,238$ при $p < 0,05$). Логичным и закономерным являются отрицательные взаимосвязи между показателями школьной тревожности (школьной, самооценочной, межличностной, магической) и общего параметра саморегуляции.

В иерархической регрессии для нашей выборки в качестве зависимой переменной выступило проактивное преодоление, в качестве независимых — демографические переменные (возраст и пол), стратегии рефлексивного и превентивного преодоления, стратегического планирования, поиска инструментальной и эмоциональной поддержки, способность к прогнозированию и параметры саморегуляции (табл. 4). Все переменные центрированы.

Нами были проверены статистики коллинеарности, чтобы предотвратить ситуацию пересечения независимых переменных. Значение показателя VIF варьируется от 1 до 1,67, что говорит о приемлемом значении и указывает на отсутствие значимой корреляции между предикторами в модели.

Но в силу коллинеарности нами были исключены показатели рефлексивного преодоления, показатели тревожности (школьной, самооценочной, межличностной, общего показателя), параметры саморегуляции (планирование, ответственность, самостоятельность, моделирование). Учитывая поправку на множественность гипотез, мы приводим в таблице R^2 , а скорректированный R^2 (R_{adj}). В данных для иерархической регрессии дихотомическая переменная пол закодирована следующим образом: 1 — девочки, 2 — мальчики.

Таблица 4

Предикторы проактивного совладающего поведения у подростков

Переменные	β	β	p	
1 шаг				
Пол (2-1)	0,795	0,093	0,572	F = 0,434 R _{adj} = 0,05 (модели 1–2) $\Delta R^2 = 0,257^{**}$
Возраст: 11–15	0,287	0,053	0,514	
2 шаг				
Пол:	2,353	0,275	0,580	F = 9,633 R _{adj} = 0,280 ^{**} (модели 2–3) $\Delta R^2 = 0,01$
Возраст: 11–15	0,486	0,090	0,227	
Превентивное преодоление	0,433	0,344	< 0,001	
Стратегическое планирование	0,560	0,218	0,005	
Поиск инструментальной поддержки	0,119	0,719	0,384	
Поиск эмоциональной поддержки	0,093	0,609	0,045	
3 шаг				
Пол (2-1)	2,374	0,287	0,056	F = 8,270 R _{adj} = 0,282 ^{**} (модели 3–4) $\Delta R^2 = 0,034$
Возраст: 11–15	0,474	0,880	0,238	
Превентивное преодоление	0,432	0,344	< 0,001	
Стратегическое планирование	0,561	0,219	0,005	
Поиск инструментальной поддержки	0,119	0,079	0,385	
Поиск эмоциональной поддержки	0,088	0,043	0,628	
Магическая тревожность	-0,128	-0,041	0,557	
4 шаг				
Пол (2-1):	2,433	0,286	0,041	F = 5,434 R _{adj} = 0,317 ^{**}
Возраст: 11–15	0,549	0,261	0,175	
Превентивное преодоление	0,405	0,322	< 0,001	
Стратегическое планирование	0,536	0,209	0,010	
Поиск инструментальной поддержки	0,164	0,108	0,237	
Поиск эмоциональной поддержки	0,151	0,074	0,409	
Магическая тревожность	-0,264	-0,084	0,262	
Способность к прогнозированию	0,314	0,087	0,226	
Программирование	0,513	0,108	0,168	
Оценивание	-0,219	-0,052	0,588	
Гибкость	-0,597	-0,142	0,150	
Надежность	0,411	0,082	0,362	

$n = 237$; * $p \leq 0,01$; ** $p \leq 0,05$. Составлено автором

Анализируя результаты иерархической регрессии, мы видим, что на первом шаге пол (мужской) и возраст не оказывают значимого влияния на проактивное преодоление (табл. 2). Введенные на втором шаге стратегии проактивного совладания превентивное преодоление и стратегическое планирование оказались значимы. Поиск поддержки как предиктор не оправдал себя в нашей подростковой модели проактивного совладания. На третьем шаге была введена магическая тревожность, которая также не проявила себя, на четвертом шаге введены показатели способности к прогнозированию и саморегуляции (программирование, гибкость, оценивание и надежность).

На первом шаге регрессии пол и возраст не имели значимых коэффициентов, но с введением на втором шаге стратегий превентивного преодоления и стратегического планирования, поиска поддержки, самым значимым предиктором с положительным весом оказывается именно превентивное преодоление как стратегия накопления ресурсов ($\beta = 0,322$ при $p < 0,001$). Вторым по значимости положительного влияния идет мужской пол ($\beta = 0,286$ при $p < 0,041$), который проявился именно благодаря введению показателей саморегуляции в нашей модели. И замыкает список предикторов с положительным вкладом стратегическое

планирование ($\beta = 0,021$ при $p = 0,01$), но также весомым. В целом, прирост R_{adj} показывает, что проактивного преодоления подвержено влиянию наших предикторов и объясняет на последнем шаге регрессии 26 % дисперсии от общей выборки.

Выводы

Проактивное совладающее поведение подростков находится на этапе становления от реактивных форм реагирования (классических копингов, ориентированных на решение проблемы «здесь и сейчас») в совокупности с механизмами защиты к проактивным формам преодоления, ориентированным на прогнозирование ситуации и желание получить новый опыт от нее. Предпосылками к развитию проактивного преодоления выступают личностных диспозиции, связанные с общей саморегуляцией, способностью к прогнозированию, отношением к школьной ситуации учебной деятельности, отношением к будущему [23; 24]. Несмотря на психофизиологические изменения и смену вида деятельности у подростков от учебной к межличностному общению), школьная жизнь остается важным фактором в созревании стратегий преодоления трудных ситуаций, в том числе и проактивных [23].

Наше исследование показало, что девочки по сравнению с мальчиками более тревожны в школьном пространстве, доверяют «волшебным» признакам ситуаций, в большей степени их волнуют межличностные отношения, что сказывается на способности к прогнозированию и планировании своей жизнедеятельности в целом. Мальчики в свою очередь более практичны, менее тревожны и более опытны в вопросах планирования, что обуславливает более успешную позицию в созревании проактивного преодоления.

Корреляционный анализ позволил нам выявить отрицательные взаимосвязи превентивного преодоления и поиска инструментальной поддержки с параметрами саморегуляции (гибкостью и надежностью соответственно). Неумение накапливать ресурсы в конечном счете может существенно снижать гибкость поведения и противостоять помехам не только в учебной деятельности, но и в целом. Остальные полученные отрицательные связи между видами школьной тревожности и параметров саморегуляции в целом говорят об известных фактах негативного влияния тревожности на способность к сосредоточению и управлению собственным состоянием. В этом проявляется и незрелость некоторых форм саморегуляции и заочно свидетельствует, что некоторые проактивные формы поведения могут находиться в зависимости от эмоционального состояния.

Важность превентивного преодоления как одной из базовых стратегий «запасливости» во взрослой жизни обнаруживается и в подростковом возрасте. Поскольку самой значимой из положительных предикторов оказывается именно эта стратегия. Наиболее выражено проактивное преодоление у мальчиков, что также говорит в пользу их преимущества в видах деятельности, связанными с планированием и моделированием. Менее выраженная школьная тревожность также позволяет мальчикам планировать эффективнее, не подвергая частому сомнению планы на будущее.

Стратегическое планирование как важный положительный предиктор у подростков с одной стороны идет в связке с полом и превентивным преодолением, с другой стороны — является доступной для возраста стратегией постановки задач. Стоит отметить, что рефлексивное преодоление не вошло в итоговую модель регрессии, поскольку по проблеме коллинеарности показывает выраженные связи с проактивным преодолением. Но именно стратегически выстроить свое поведение в этом возрасте усиливает проактивное преодоление в совокупности с имеющимся запасом ресурсов (например, денежных средств). И это на наш взгляд свидетельствует о современной тенденции, которая проникла в подростковое сознание о связывании своего будущего благополучие с уровнем накоплений.

Заключение

В статье представлены результаты эмпирического исследования проактивного совладающего поведения в подростковом возрасте, определены гендерные особенности проактивного преодоления и личностных ресурсов, помогающих созреть данному виду совладания. Также обнаруженные нами взаимосвязи позволяют утверждать, что в целом качество реализаций стратегий проактивного совладающего поведения у подростков могут страдать от различных видов тревожности и сниженной саморегуляции. Основными предикторами проактивного преодоления подростков является превентивная стратегия «запасливости» и уровень стратегического планирования, при этом у мальчиков-подростков шансов выстроить продуктивное поведение на будущее выше, чем у девочек.

Несмотря на полученные результаты, наше исследование имеет ряд ограничений. Не позволяющих генерализовать результаты, но расширяющих представления о сущности проактивного совладания у подростков. Такими ограничениями являются небольшие размеры выборки, уровень психического развития контингента (взяты подростки из лицеев). Так же мы допускаем, что в поиске предикторов мы не учитывали многие латентные факторы, которые могли бы также оказаться значимыми в реализации стратегии проактивного преодоления.

Перспектива исследования состоит в дальнейшем исследовании специфики подросткового проактивного совладающего поведения ан расширенной выборке, с привлечением расширенного диагностического инструментария.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бехтер, А.А. Исследование проактивного совладающего поведения и проактивных аттитюдов младших школьников: постановка проблемы // Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: сборник по материалам V Международной научной конференции / Отв. ред. М.В. Сапоровская, Т.Л. Крюкова, С.А. Хазова. Кострома: Изд-во Костром. гос. ун-та. — 2019. — Т. 1. — С. 314–318. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41181819> (дата обращения 10.05.2024).
2. Белогай, К.Н., Бугрова, Н.А. Образ будущего у старших подростков: межполовые различия / К.Н. Белогай, Н.А. Бугрова — DOI: 10.17759/psyedu.2020120107 // Психолого-педагогические исследования. — 2020 — Т. 12. — № 1. — С. 86–104. — URL: https://psyjournals.ru/journals/psyedu/archive/2020_n1/psyedu_2020_n1_Belogaia_Bugrova.pdf (дата обращения 10.05.2024).
3. Крюкова, Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: монография. // Кострома: КГУ имени А.Н. Некрасова. — 2010. — 296 с.
4. Рокицкая, Ю.А. Факторная структура копинг-поведения подростков / Ю.А. Рокицкая // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. — 2018. — № 3. — С. 220–233. — DOI: 10.25588/CSPU.2018.03.23 — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/faktornaya-struktura-koping-povedeniya-podrostkov> (дата обращения 11.05.2024).
5. Старченкова, Е.С. Концепция проактивного совладающего поведения / Е.С. Старченкова // Вестник Санкт-Петербургского университета. — 2009. — Сер. 12. — Вып. 2. — Ч. 1. — С. 198–205. — URL: https://vestnik.spbu.ru/pdf09/s12/s12v2_09_S.pdf (дата обращения 11.05.2024).

6. Starchenkova, E.S. Phenomenon of proactive coping behavior in occupational health psychology / E.S. Starchenkova // Organizational psychology. — 2020. — Т. 10. — № 4. — С. 156–183 — URL: [https://www.hse.ru/data/2021/01/04/1344426378/OrgPsy_2020_4\(8\)_Starchenkova\(156-183\).pdf](https://www.hse.ru/data/2021/01/04/1344426378/OrgPsy_2020_4(8)_Starchenkova(156-183).pdf).
7. Секацкая, Е.О. Исследование взаимосвязи проактивных копинг-стратегий с эмоциональным состоянием, временной перспективой и личностными характеристиками / Е.О. Секацкая // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12 — № 1 — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/59PSMN124.pdf> (дата обращения: 06.06.2024).
8. Schwarzer R. Stress, Resources, And Proactive Coping. // Applied Psychology — 2001 — Т. 50 — № 3 — С. 400–407.
9. Регуш, Л.А., Алексеева, Е.В., Веретина, О.Р., Орлова, А.В., Пежемская, Ю.С. Психологические проблемы подростков в реальной и виртуальной среде: методика исследования / Л.А. Регуш, Е.В. Алексеева, О.Р. Веретина и др. — DOI: 10.17759/chp.2023190111 // Культурно-историческая психология. — 2023. — Т. 19. — № 1. — С. 84–96.
10. Солдатова, Г.У., Рассказова, Е.И. Цифровая социализация российских подростков: сквозь призму сравнения с подростками 18 европейских стран / Г.У. Солдатова, Е.И. Рассказова — DOI: 10.17759/sps.2023140302 // Социальная психология и общество. — 2023. — Т. 14. — № 3. — С. 11–30. — URL: https://psyjournals.ru/journals/sps/archive/2023_n3/Soldatova_Rasskazova (дата обращения 20.05.2024).
11. Хазова С.А., Останина Н.В. Возрастная специфика совладающего поведения подростков / С.А. Хазова, Н.В. Останина // Сибирский педагогический журнал. — 2014. — № 1. — С. 180–185. — URL: <http://sp-journal.ru/article/2240> (дата обращения 20.05.2024).
12. Blomgren, A. Coping Strategies in Late Adolescence: Relationships to Parental Attachment and Time Perspective / Blomgren, A., Svahn, K., Elisabeth Åström E., Rönnlund, M. — DOI: 10.1080/00221325.2016.1178101 // J Genet Psychol. — 2016. — Т. 177. — № 3. — С. 85–96. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27177122/> (дата обращения 20.05.2024).
13. Sonia, K.R-N., Predicting Well-Being and Life Satisfaction in Colombian Adolescents: The Role of Emotion Regulation, Proactive Coping, and Prosocial Behavior. / Sonia, K.R-N., Sonia, C., Yvonne, C., Villada, G.J. — DOI: 10.7764/psykhe.29.2.1420 // Psykhe (Santiago). — 2020. — Т. 29. — № 2. — С. 1–16. — URL: <https://ojs.uc.cl/index.php/psykhe/article/view/23499> (дата обращения 20.05.2024).
14. Foster, S., Perceived Stress, Coping Strategies, And Mental Health Status Among Adolescents During The COVID-19 Pandemic In Switzerland: A Longitudinal Study. / Foster, S., Estévez, N., Walitza, S. — DOI: 10.1007/S00787-022-02119-Y // European Child And Adolescent Psychiatry. — 2022. — Т. 32. — № 13. — URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36515772/> (дата обращения 01.06.2024).
15. Huang, S., Coping Styles Among Chinese Adolescents: The Development And Validation Of A Smartphone Coping Style Scale. / Huang, S., Lai, X., Ke, L., Qin X., Yan, J., Xie, Y., Dai, X., Wang, Y. — DOI: 10.1080/17482798.2023.2239951. // Journal Of Children And Media. — 2023. — Т. 17 — № 14. — С. 448–505. — URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17482798.2023.2239951> (дата обращения 01.06.2024).

16. De Caroli, Prosocial Behavior and Moral Reasoning in Italian Adolescents and Young Adults. / De Caroli, M., Falanga, R., Sagone, E. — DOI: 10.12691/rpbs-2-2-3 // Research in Psychology and Behavioral Sciences. — 2014. — Т. 2. — №. 2. — С. 48–53. — URL: <https://pubs.sciepub.com/rpbs/2/2/3/index.html> (дата обращения 04.06.2024).
17. Белинская, Е.П., Опросник проактивного копинга: адаптация на неклинической выборке и прогностические возможности / Белинская, Е.П., Вечерин, А.В., Агадуллина, Е.Р. — DOI: 10.17759/psyclin.2018070312 // Клиническая и специальная психология. — 2018. — Т. 7. — № 3. — С. 192–211. — URL: https://psyjournals.ru/journals/cpse/archive/2018_n3/Belinskaya_et_al (дата обращения 04.06.2024).
18. Бехтер, А.А. Адаптация методики «Проактивное совладающее поведение на подростковой выборке: проверка внутренней согласованности, стандартизации, валидизации и тест-ретестовой надежности / А.А. Бехтер — DOI 10.33910/herzenpsyconf-2021-4-9 // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. — 2021. — Вып. 4. — С. 76–84. — URL: <https://herzenpsyconf.ru/wp-content/uploads/2021/12/9-2021.-Bekhter.pdf> (дата обращения 04.06.2024).
19. Моросанова, В.И., Бондаренко, И.Н. Диагностика саморегуляции человека. // М.: Когито-центр. — 2015. — 304 с. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430548> (дата обращения: 06.06.2024).
20. Моросанова, В.И., Ванин, А.В., Цыганов, И.Ю. Создание новой версии опросного метода «Стиль саморегуляции учебной деятельности — ССУДМ» / В.И. Моросанова, А.В. Ванин, И.Ю. Цыганов // Теоретическая и экспериментальная психология. — 2011. — № 1. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sozdanie-novoy-versii-oprosnogo-metoda-stil-samoregulyatsii-uchebnoy-deyatelnosti-ssudm> (дата обращения: 13.05.2024).
21. Регуш, Л.А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего / Л.А. Регуш. — СПб.: Речь, 2003. — 352 с.
22. Потанина, А.М., Моросанова, В.И. Психологические ресурсы успеваемости подростков: дифференциальные аспекты [Электронный ресурс] / А.М. Потанина, В.И. Моросанова — DOI: 10.17759/psyedu.2023150301 // Психолого-педагогические исследования. — 2023. — Т. 15. — № 3. — С. 6–22. — URL: https://psyjournals.ru/journals/psyedu/archive/2023_n3/Potanina_Morosanova (дата обращения: 13.05.2024).
23. Куфтяк, Е.В. Совладающее поведение в период взросления: соотношение механизмов психологических защит, реактивного и проактивного совладания / Е.В. Куфтяк // Методология, теория, история психологии личности / отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Никитина, Н.Е. Харламенкова. // М.: Институт психологии РАН, 2019. — С. 680–689. — URL: <http://www.ipras.ru/engine/documents/document13846.pdf> (дата обращения: 13.05.2024).
24. Lakhdar, G., Zenad, D. Stress, Coping and Proactive Coping: A Historical Review of Construct and Development, Algeria as a Model of Research // Studies in Health Psychology. — 2023. — Т. 8. — № 1. — С. 37–54 — URL: https://www.researchgate.net/publication/379805458_Stress_Coping_and_Proactive_Coping_A_Historical_Review_of_Construct_and_Development_Algeria_as_a_Model_of_Research (дата обращения: 04.06.2024).

Bekhter Anna Aleksandrovna

Pacific National University, Khabarovsk, Russia

E-mail: Behter2004@mail.ru

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=677842

Predictors of proactive coping behavior in adolescence: results of an empirical study

Abstract. The article discusses the problem of proactive coping behavior through the prism of changes in adolescence. The author raises the question of the presence of personal resources in adolescents that allow them to implement existing proactive strategies. The article presents methods for assessing proactive coping behavior in adolescents, as well as personal qualities (anxiety, reactive strategies, ability to predict) that determine its development: the proactive coping questionnaire by E.P. Belinskaya et al. (adapted for adolescents by A.A. Bekhter), the «Style of Self-Regulation of Behavior — SMPD-M1» technique by V.I. Morosanova, the «Level of Forecasting» questionnaire by L.A. Regush, and the classical socio-situational anxiety scale by O. Kondash (adapted by A.M. Prikhozhan). The study involved 237 adolescents (117 girls and 120 boys) aged 11–15 years ($M = 13,2$; $SD = 1,41$) studying in Khabarovsk lyceums. Based on the results of the study, it was revealed that boys are more productive in planning and modeling strategies of activity, less anxious compared to girls. The obtained negative correlations between different types of anxiety, proactive coping strategies, and self-regulation parameters. The main predictors that enhance the proactive coping strategy are male gender, preventive coping, and strategic planning. The fact that preventive coping as one of the basic strategies of human «thriftiness» and strategic planning appeared as positive predictors in our regression model along with male gender may indirectly indicate the active development of proactive coping forms in adolescence. The results of the study may be useful for school psychologists, parents of teenagers, researchers in the field of developmental psychology and psychology of coping behavior of the individual.

Keywords: proactive coping behavior of the individual; adolescence; school anxiety; self-regulation; empirical research