

МОЖЛИВОСТІ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ КОУПІНГ-СТРАТЕГІЙ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З РІЗНИМ РІВНЕМ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ

Крапива Марія Сергіївна

*здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти,
викладачка кафедри практичної психології,
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка
м. Київ, Україна*

Денис Ірина Володимирівна

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти,
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка
м. Київ, Україна*

Сучасні соціально-економічні умови та тривалий воєнний стан в Україні суттєво підвищують рівень стресового навантаження на молодь. Юнацький вік є критичним етапом онтогенезу, коли відбувається інтенсивне формування ідентичності особистості та професійного самовизначення. У період юнацтва особливості вибору коупінг-стратегій особистістю можуть безпосередньо бути пов'язаними із успішністю соціально-психологічної адаптації та побудови подальшої життєвої траєкторії.

Коупінг-поведінка розглядається як динамічний процес когнітивних і поведінкових зусиль, спрямованих на управління стресом. У межах нашого дослідження ми покладаємося на концепцію Дж. Амірхана, яка виокремлює три базові стратегії коупінгу: вирішення проблем, пошук соціальної підтримки та уникання. Стратегія вирішення проблем передбачає активний спосіб боротьби зі стресом, що буде проявлятися у пошуку можливих рішень щодо подолання наслідків дії стресору. Стратегія соціальної підтримки являє собою спосіб досягнення психоемоційного гомеостазу шляхом віднайдення підтримки у соціумі, групі або серед окремих референтних осіб. Стратегія вирішення проблем та соціальної підтримки вважаються конструктивними в межах теорії Дж. Амірхана. Уникання, як коупінг-стратегія, розглядається як неконструктивний спосіб подолання стресу, що спрямований на зниження рівня емоційного перенапруження шляхом відходу від реальності, переключення або

відволікання, що має тимчасовий ефект і не вирішує проблемної ситуації [3, с. 1068].

М. Крапива визначає коупінг-стратегії як структурний елемент долаючої поведінки особистості, що характеризується високим рівнем усвідомленості та активним типом реагування на стресогенну ситуацію [2, с. 111]. Можемо також говорити про тісний взаємозв'язок атрибутивного стилю особистості та коупінг-стратегій як ключових компонентів ресурсного потенціалу студентської молоді в умовах хронічного стресу, спричиненого військовими діями в Україні [1, с. 1351].

Логіка нашого майбутнього емпіричного дослідження коупінг-стратегій осіб юнацького віку з різним рівнем соціально-психологічної адаптації передбачає використання такого психодіагностичного інструментарію: Методика «Індикатор коупінг-стратегій» Дж. Амірхана (в адаптації М. Крапиви); Методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда; Шкала задоволеності життям Е. Дінера (в адаптації А.Стаднік, Ю. Мельник); Шкала стресостійкості К. Коннора та Дж. Девідсона (CD-RISC-10) (в адаптації Н. Школіна, І. Шаповал, І. Орлової, І. Кедик та М. Станіславчука). Отримані дані в ході дослідження будуть опрацьовані за допомогою методів математичної статистики, а саме методів описової статистики, а також кореляційного аналізу.

Отримані результати щодо дослідження коупінг-стратегій осіб юнацького віку з різним рівнем соціально-психологічної адаптації стануть основою для розробки програми розвитку адаптивної коупінг-поведінки для юнаків з низьким рівнем адаптованості в соціальному середовищі.

Література:

1. Клібайс Т., Іваницька О., Миколенко Н. Зв'язок атрибутивного стилю та коупінг-стратегій як основа ресурсного потенціалу студентської молоді. *Перспективи та інновації науки. Серія «Психологія»*. 2025. № 53(7). С. 1349–1359.
2. Крапива М. С. Адаптація методики Дж.Амірхана «Індикатор коупінг-стратегій». *Вісник Львівського університету. Серія : Психологічні науки*. 2025. № 26. С. 110–117.
3. Amirkhan J.H. A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990. № 59(5), 1066–1074.