

Сімак А. А.

РЕАЛІЗАЦІЯ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ В ПЕРІОД НОРМАТИВНОЇ КРИЗИ

У статті представлено феномен копінг-поведінки як модус емоційно-поведінкових інтеракцій суб'єкта із критичними життєвими ситуаціями. Фокусується увага на змістовому наповненні етіологічного поля в період нормативної вікової кризи як необхідної умови для розгортання копінг-механізмів. Розкриваються особливості використання копінг-рефрену та специфіка створення механізму інтеркаляції. Обґрунтовується значення тригерного фактору в реалізації копінгових стратегій на різних етапах переживання кризи вікового розвитку.

В статье представлено феномен копинг-поведения как модус эмоционально-поведенческой интеракции субъекта с критическими жизненными ситуациями. Фокусируется внимание на содержательном наполнении этиологического поля в период нормативного возрастного кризиса как необходимого условия для разворачивания копинг-механизмов. Раскрываются особенности использования копинг-рефрену и специфика создания механизма интеркаляции. Определяется значение триггерного фактора в реализации копинговых стратегий на разных этапах переживания кризиса возрастного развития.

Realisation of coping-behavior in a period of normative crisis. The article deals with the phenomenon of coping-behavior as a modus of emotional-behavioral interactions of a subject with critical living situations. The attention is focused on a content of etiological field in period of a normative age crisis as a necessary condition for the development of coping-mechanisms. There are revealed peculiarities of coping-refren employment and foundation of intercalation mechanism. The meaning of a trigger factor in realization of coping strategies on different stages of surviving the age crisis development is substantiated.

Попри значущість проблеми на сьогодні й досі відкритим та погано вивченим залишається питання змісту психологічного механізму переживання криз особистістю з огляду на те, що дослідників стадіальних концепцій в першу чергу цікавить опис стадій, а не сам механізм їх зміни, тому в аспекті даної проблематики постає низка запитань. Які якісно інші механізми необхідні для перетворення тієї частини суб'єктивної дійсності, що суперечать попередньому досвіду людини? За допомогою яких механізмів долається кризовий період? Які характерні ознаки даного механізму переходу та зміни стадій? На цих питаннях фокусувалися такі вчені, як Л. Мерфі (у форматі копінг-поведінки), К. Поліванова, О. Хухлава (у форматі вікових криз) тощо.

Вважаємо за необхідне обґрунтувати, що нормативна криза як вид типової, генетично зумовленої критичної ситуації є тригерним фактором запуску копінг-стратегій. Проілюструвати реалізацію копінг-механізмів у рамках стадіальної концепції криз, за Дж. Капланом. Експлікувати специфіку моделювання комплектуючих векторів копінг-стратегій як прояву механізму інтерналізації та їх вплив на вихід із зони переживання кризи.

Для досягнення даної мети було здійснено огляд теоретичних підходів до визначення копінг-поведінки, типології критичних ситуацій та проаналізовано погляди вчених на нормативну кризу. Ми маємо на меті сконструювати пояснювальну модель використання копінг-стратегій у процесі переживання особистістю нормативної кризи, а також механізмів її переходу/виходу із зони кризи.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Вивчення форм поведінки, що спрямовані на подолання труднощів, на подолання кризових, стресових ситуацій, конфлікту тощо, в зарубіжній психології проводиться в рамках досліджень копінг-механізмів або копінг-поведінки. Дефініційний формат копіngu вперше був ініційований Л. Мерфі у 1962 році в дослідженнях способів опанування дітьми вимог, що висувуються перед ними кризами розвитку, до яких належали й активні зусилля особистості, спрямовані на оволодіння складною ситуацією чи проблемою [8, с. 295].

На сьогодні широке розповсюдження отримала запропонована Р. Лазарусом та С. Фолкманом концепція копінг-

поведінки. Так, Р. Лазарус визначає копінг-механізми як стратегії дій, що використовуються людиною в ситуаціях психологічної загрози фізичному, особистісному та соціальному благополуччю при зіткненні індивіда з небезпечною або вимогами, які він нездатен подолати за допомогою раніше засвоєних та звичних форм поведінки; вирішення такого роду проблем потребує формування нових підходів у вигляді конструктивних здогадок, подальшого розвитку тих здібностей, які вже є або актуалізації латентних, раніше невідомих можливостей особистості [6, с.18]. На думку С. Фолкмана, копінг являє собою перманентно змінювані когнітивні та поведінкові спроби, спрямовані на подолання специфічних зовнішніх та/або внутрішніх вимог, які оцінюються як надзвичайні або такі, що перевищують ресурси людини [12, с. 231-237].

Окрім цього, вчені, викристалізувавши поняття психологічного подолання як когнітивних та поведінкових спроб особистості керувати специфічними зовнішніми або внутрішніми вимогами, визначили і спектр активності та пасивності форм копінг-поведінки, які спрямовані на редукцію впливу стресогенного чинника. Так, активна форма копінг-поведінки або активне подолання визначається ними, як поведінка, що має на меті нейтралізацію або зміну інтенсивного впливу стресогенної ситуації, послаблення стресового зв'язку особистості з власним фізичним або соціальним середовищем; пасивна копінг-поведінка або пасивне подолання визначається як інтрапсихічні способи подолання стресу з використанням різного арсеналу механізмів психологічного захисту, що спрямовані на редукцію емоційної напруги, а не на зміну стресогенної ситуації [13, с. 282-325]. У свою чергу, Н. Сирота та В. Ялтонський під копінгом розуміють когнітивно-поведінковий досвід людини, який нагромаджується нею в процесі формування її особистості при зіткненні із середовищними стресогенними факторами [9, с. 53 - 60].

Н. Відерман, розглядаючи основні підходи в дослідженні копінг-поведінки, виділяє три з них, на думку вченого, основних. Перший характерний для психоаналітичної школи, в якому копінг-процеси розглядаються як Его-процеси, що в своїй основі спрямовані на продуктивну адаптацію особистості в складних ситуаціях. Функціонування копінг-

процесів передбачає включення моральних, соціальних та мотиваційних структур особистості для подолання проблеми. У випадку нездатності особистості до адекватного подолання проблеми включаються захисні механізми, які сприяють пасивній адаптації. Захисні механізми визначаються як ригідні, дезадаптивні способи подолання проблеми, що перешкоджають адекватній орієнтації індивіда в реальності. На думку вченого, копінг та захист функціонують на основі тотожних Его-процесів, але є різноспрямованими механізмами у подоланні проблем. Другий підхід визначає копінг через якості особистості, які передбачають використання відносно постійних варіантів відповіді на стресогенні ситуації. У третьому підході копінг розглядається як динамічний процес, що визначається суб'єктивністю переживань ситуації [2, с. 52-53].

Таким чином, дефініція “копінг” використовується для опису способів поведінки людини в різних складних життєвих ситуаціях у відповідності з її значимістю в житті індивіда та його особистісно-середовищними ресурсами, які і визначають його поведінку. Крім цього, копінг охоплює досить широкий спектр людської активності – від безсвідомих психологічних захистів до цілеспрямованого подолання кризових ситуацій. Слід зауважити, що кінцевою метою копінг-поведінки і одночасно критерієм її ефективності вважається редуція стресогенного впливу ситуації, її подолання та вихід на нормальний рівень функціонування [7, с. 20-30].

Враховуючи той факт, що копінг, визначаючи емоційно-поведінкові реакції людини різного роду в континуумі конструктивності/деструктивності, включає всі види інтеракцій суб'єкта із критичними, складними життєвими ситуаціями варто зосередитися на змістовому наповненні ситуаційного поля, що є необхідною умовою для використання копінг-механізмів. Тому, на нашу думку, вікову (нормативну) кризу в контексті використання того чи іншого виду копіngu, необхідно кваліфікувати як тригерний фактор, що забезпечує зміну наявного стану особистості на інший – активний функціональний чи пасивний дисфункціональний стан та сприяє запуску копінг-поведінки, впливаючи на вибір людиною тих чи інших копінг-стратегій. Щоб обґрунтувати механізм дій такого феномену, як “копінг”, необхідно насамперед

описати етіологічне поле, на якому відбувається породження даного феномену, а саме – розглянути копінг-поведінку в контексті критичної ситуації. Для цього окреслимо деякі, хоч і контрверсійні уявлення вчених стосовно розуміння феномену критичної ситуації.

Будь-яка критична кризова ситуація, на думку Є. Туманової, передбачає наявність об'єктивних обставин та певного ставлення до неї людини залежно від ступеня їх значущості, що супроводжується емоційно-поведінковими реакціями різного характеру та ступеня інтенсивності [10, с. 7]. У свою чергу, Р. Харе складні критичні ситуації кваліфікує як проблемні епізоди життя, наголошуючи на тому, що в них активність людини максимальна, і саме в ці періоди у неї є більше можливостей діяти не за правилами, а за планом; у проблемному епізоді людина певним чином інтерпретує ситуацію і у відповідності з обраним нею рішенням діє [2, с. 22-23]. Ф. Василюк наголошує, що існують чотири ключові поняття, якими в сучасній психології описуються критичні життєві ситуації: це поняття стресу, фрустрації, конфлікту та кризи [1, с.31-32].

Як бачимо, одним із понять, за допомогою якого описується критична життєва ситуація, є поняття кризи. Слід зауважити, що розуміння кризи в психології досить багатоаспектне, починаючи від нормативного, зумовленого віковим розвитком, даного феномену і закінчуючи аналізом його біографічного, екзистенційного тлумачення. У контексті даного дослідження основний наголос зробимо на нормативній кризі.

Теоретично життєві події можуть кваліфікуватися як такі, що призводять до кризи, якщо вони створюють потенційну або актуальну загрозу задоволенню фундаментальних потреб і при цьому утворюють перед індивідом проблему, яку він не може вирішити за короткий час звичним способом. Згідно з Дж. Якобсоном, прикметною рисою теорії криз є те, що вони розглядають людину в її власній екологічній перспективі, в її природному людському оточенні та підкреслюють не тільки можливі патологічні наслідки кризи, але і можливості зростання та розвитку особистості [1, с. 45-47].

Слід прояснити, що в широкому розумінні криза трактується як стан людини, який виникає при блокуванні її цілеспрямованої життєдіяльності зовнішніми по відношенню

до її особистості причинами, або внутрішніми, зумовленими зростанням, розвитком особистості та її переходом до іншого життєвого циклу (дискретний момент розвитку особистості в такому розумінні кризи переживаються кожною людиною) [8, с. 305-306].

На думку Г. Крайга, під кризою слід розуміти певний відрізок часу в життєвому циклі організму, коли якийсь середовищний чинник здатний викликати певний ефект, тобто, як пояснює вчений, є періоди переважаючого розвитку якоїсь здатності або властивості особистості, і зовнішній вплив на організм в цей період або травмує, або, навпаки, сприяє розвитку цієї здатності чи властивості [5, с. 14]. О. Хухлайова описує кризу як зіткнення двох реальностей: психічної реальності людини з її системою світогляду, патернами поведінки тощо і тією частиною об'єктивної дійсності, яка суперечить її попередньому досвіду. Як пояснює О. Хухлаєва, ця дійсність вже сприйнята людиною, але ще не перетворена з огляду на те, що зараз її перетворення або неможливе, або ускладнене, оскільки для такого перетворення потрібні якісно інші механізми, в даний момент відсутні [11, с. 48].

Враховуючи те, що розуміння кризи в психології багатаспектне, необхідно виділити основні ідеї, щодо яких існує консенсус. І в зарубіжній, і у вітчизняній психології підкреслюється неминучість криз, хоча продовжуються дискусії з приводу механізмів криз, їх прив'язаності до віку, до конкретних подій тощо. Слід зауважити, що традиційне розуміння кризи в психології пов'язано з розумінням розвитку (становлення) особистості через вікові (нормативні) кризи, які неминуче виникають на життєвому шляху людей, під час яких спрямованість та зміст задає адаптація біологічного матеріалу до великих систем – соціальної та культурної. При цьому під розвитком розуміється перехід людини від одного вікового етапу до іншого, між якими існують розриви, що переживаються як кризи. У процесі цих стрибків розвитку відбувається переструктурування внутрішнього світу, руйнування попередньої форми взаємин людини з навколишнім світом та формування нової системи взаємостосунків, що супроводжується значними психологічними труднощами, які характеризуються сплутаністю та дезорганізацією. Результатом стрибка є нова смислова структура,

що викристалізувалася в процесі важливої духовної роботи: виявлення суперечностей, переоцінки цінностей тощо [4, с. 18-19].

Загалом у вітчизняній психології існують дві принципові позиції в розумінні нормативних криз. Перша позиція – Л. Виготського та Д. Ельконіна, яка полягає у визнанні нормативних криз необхідними моментами розвитку, в яких відбувається особлива психологічна робота, що складається з двох протилежно спрямованих, але єдиних у своїй основі перетворень: виникнення новоутворення (перетворення структури особистості) і виникнення нової ситуації розвитку (перетворення соціальної ситуації розвитку). Позиція О. Леонтєва та Л. Божович полягає у визнанні якісних перетворень, що супроводжують зміну провідної діяльності і пов'язану з нею систему ставлень, при цьому акцент робиться на зовнішніх умовах, соціальних, а не психологічних механізмах розвитку.

У зарубіжній психології розрізняють також декілька уявлень стосовно природи нормативної кризи. Позиція Ж. Піаже та Л. Кольберга виходить із розуміння кризи як зміни деякої структури, організованості, хоча сам Ж. Піаже не досліджував спеціально механізм зміни стадій, а тільки вказав на те, як це може виглядати в експерименті. Реконструюючи позицію Ж. Піаже, Я. Боом моделює своє бачення кризи як психологічного механізму виникнення істотно нового і особливу увагу звертає на механізм "рефлексивної абстракції", що визначається ним момент зміни позиції активно діючого суб'єкта. Виявлення власної логічної структури, що використовується для експлікації явищ, рефлексія цієї структури є необхідною умовою переходу на новий рівень, що вимагає реорганізації когнітивної діяльності [3, с. 81-82, 102; 5, с.6]. Розуміння кризи як органічної частини процесу розвитку особистості присутнє також у працях психологів екзистенційно-гуманістичного та трансперсонального напрямків – Р. Ассаджіолі, С. Грофа, А. Маслоу, К. Юнга тощо, – криза розглядається цими вченими в аспекті духовного зростання людини. На думку С. Грофа, стан кризи може бути достатньо складним, але він має величезний еволюційний та цілющий потенціал, що може призвести до сприятливих змін особистості та вирішення важливих життєвих проблем [5, с. 18].

Як бачимо, для багатьох теорій особливо важливим конструктором є поняття структури. Слід зауважити, що загальний алгоритм розвитку з врахуванням криз виглядає так: спочатку відбувається зростання та наповнення цієї структури, з одного боку, а з іншого боку, відбувається нагромадження неузгодженостей, тих аспектів, що не вписується в структуру, і тоді, коли неузгодженостей більше, ніж структурованого, настає наступна криза [4, с. 18]. При патологічному перебігу кризи може відбуватися викривлення нормальної динаміки, “застрягання” на якомусь етапі кризи і, як наслідок, – ущербність новоутворень кризи. Можуть розвиватися і компенсаторні механізми, які деформують подальший нормальний розвиток у стабільному періоді [5, с.20]. Окрім цього, затяжна, хронічна криза несе в собі загрозу соціальної дезадаптації, суїциду, нервово-психічного або психосоматичного страждання; хронізація кризи характерна для людей з вираженою акцентуацією характеру та незрілим світоглядом, або односпрямованістю (негармонійністю) життєвих установок, саме такі люди можуть сприймати кризу не тільки як складний та відповідальний період в житті, але як безвихідь, що робить подальше життя марним [8, с. 305-306].

Нову концепцію кризи, відмінну від традиційного бачення, пропонує О. Коструб. Так, учений пояснює, що в ситуації, коли зовнішні структури дробляться, переміщуються та розпадаються, втрачаючи свою універсальність, період стабільної структури скорочується, і людина практично постійно знаходиться в стані сплутаності та дезорієнтації (традиційний механізм реалізації кризи), тобто в перманентній кризі. О. Коструб стверджує, що людина постійно перебуває в процесі розвитку і, відповідно, безперервно створює свої межі у взаємозв'язку з іншими, що також мають своє унікальне призначення і є частинами великої живої системи. Процес пошуку та осмислення себе в русі, осмислення світу, що змінюється у його взаємозв'язках, відбувається перманентно, і саме цей процес супроводжується відчуттями сплутаності та дезорганізації. Як зауважує вчений, цей факт є природним та нормальним, оскільки для людини немає єдиного готового шляху, і кожний новий крок у невідоме становить унікальний шлях, але якщо відбувається заци-

клювання на якомусь одному патерні дії, який фіксується в певній структурі, то саме цей факт відображає кризу. А всяка зупинка руху, припинення обмінів, втрата різноманітності і є головною небезпекою для життя, тобто, те, що традиційна психологія називала "кризою", по суті, є фазою розвитку, а те, що вважалося "етапом", – і є криза для сучасної людини [4, с. 18-19].

Основний матеріал та результати дослідження. Функції копінг-поведінки як механізму розв'язання нормативної кризи проаналізуємо в рамках стадіальної концепції кризи Дж. Каплана. Учений вважає, що нормативна криза проходить чотири послідовні стадії (етапи). Предметом нашого дослідження є знаходження пропущених зон або механізмів переходу від однієї стадії до іншої. Отже, перша стадія (етап) кризи, за Дж. Капланом, характеризується первинним зростанням напруги, що стимулює звичні способи вирішення проблем; друга стадія призводить до подальшого зростання напруги в умовах, коли ці способи виявляються безрезультатними; третя проявляється у ще більшому зростанні напруги і потребує мобілізації зовнішніх та внутрішніх джерел; четверта настає тоді, коли всі застосовані дії виявилися нерезультативними, і характеризується дезорганізацією особистості, підвищенням тривоги та депресії, почуттям безпорадності та безнадійності. Як зауважує вчений, криза може закінчитися на будь-якій стадії, якщо небезпека зникає або знаходиться вирішення проблеми [1, с.45-47].

Концепцію Дж. Каплана, на наш погляд, необхідно доповнити механізмами виходу із зони кризи, що може відбутися на будь-якому етапі, та механізмами переходу від одного етапу до іншого (рис. 1).

Таким чином, ми вважаємо, що моделювання та реалізація копінг-стратегій відбувається на двох стадіях (етапах) – першій та третій. Щоб визначити, як відбувається входження в зону кризи та актуалізується перший етап кризи, необхідно сфокусуватися на процесі запуску тригерного механізму, ще до вступу суб'єкта у зону кризи, тобто на вихідному стані. Зазначимо, що такого роду стан може мати будь-які поведінкові, емоційні та функціональні прояви, не спричинені даною кризою. Відповідно перший етап кризи запускає тригерний механізм первинного порядку, і стан суб'єкту змі-

нюється на інший функціональний чи дисфункціональний, різка зміна умов свідчить про вступ суб'єкта у зону першого етапу кризи, що проявляється в первинному зростанні напруги, яка релевантна кризовій ситуації, а це, в свою чергу, призводить до актуалізації деяких звичних способів подолання, що є в арсеналі суб'єкта, за допомогою яких раніше вирішувалися подібні проблеми. Якщо система копінгових стратегій та тактик, на думку суб'єкта, є релевантною у цій ситуації, то він реалізує копінг-рефрен (копінг, що повторюється, стратегії якого раніше були змодельовані суб'єктом і колись вже використовувалися, можливо, неодноразово).

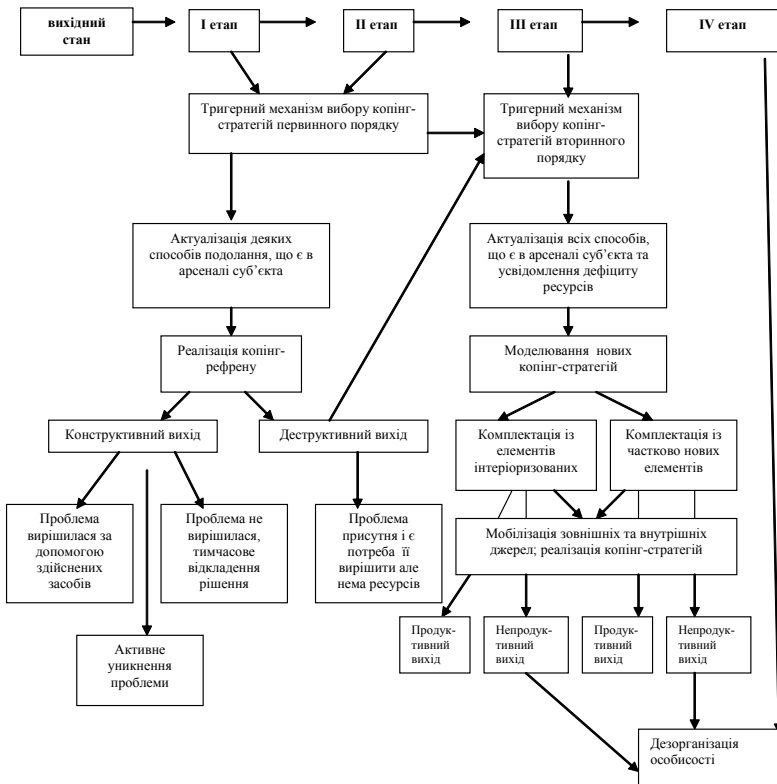


Рис. 1. Психологічні механізми вибору копінг-стратегій у процесі переривання нормативної кризи

Після реалізації копінг-рефрену можливі дві лінії розвитку виходу із ситуації кризи – конструктивний та деструктивний. У свою чергу, якщо копінг-рефрен призводить до конструктивного виходу, – це означає, що або проблема вирішилася за допомогою саме цих стратегій подолання (суб'єктом були використані адаптивні копінг-стратегії), або проблема не була нейтралізована і залишилася не вирішеною (суб'єктом були використані відносно адаптивні копінг-стратегії, напр., тимчасова відмова від вирішення проблеми, делегування відповідальності за вирішення проблеми іншим тощо), або було здійснено активне уникнення (суб'єкт використав дезадаптивні стратегії подолання, напр., відмова від вирішення проблеми, уникнення думок про неприємності, навмисна недооцінка неприємностей тощо). Слід зауважити, що під конструктивністю виходу ми розуміємо цілковитий вихід суб'єкта із зони кризи, при цьому зовсім неважливо, з яким результатом був здійснений вихід (вирішилася проблема чи ні), важливим є сам факт виходу і небажання докладати зусиль (тимчасово або зовсім) для подальшого подолання кризової ситуації.

Друга лінія розвитку виходу із ситуації кризи – деструктивний вихід, під яким ми розуміємо, по-перше, вихід не із зони кризи взагалі, а тільки вихід із зони першого етапу кризи та перехід у наступний, тобто деструктивність пролонгується у часі, і, по-друге, деструктивний вихід характеризується резистентністю суб'єкта до змістового наповнення ситуації кризи, тому і відбувається запуск тригерного механізму вторинного порядку. Таким чином, деструктивний вихід характеризується наявністю проблеми, але при цьому в суб'єкта є потреба та прагнення її вирішити, тільки не вистачає особистісних або/та середовищних ресурсів, і фактично друга лінія виходу кваліфікується як другий етап кризи, за Дж. Капланом. Це означає, що суб'єктом було усвідомлено неможливість вирішення проблеми за допомогою стратегій копінг-рефрену, що, в свою чергу, призводить до подальшого зростання напруги в умовах, коли дані способи виявляються безрезультатними, що і спричиняє запуск тригерного механізму вторинного порядку, який змінює не вихідний стан суб'єкта, а функціональний стан, що переважав в рамках першого етапу. Коли актуалізується тригерний меха-

нізм вторинного порядку – це фактично реалізація третього етапу кризи за Дж. Капланом – її функціональний зміст полягає у мобілізації зовнішніх та внутрішніх джерел активності. Але перш ніж мобілізувати ці джерела, їх потрібно або віднайти серед великої кількості способів подолання проблем, або при усвідомленні дефіциту ресурсів моделювати нові копінг-стратегії в додачу до тих, що були суб'єктом раніше інтеріоризовані й автоматично відтворювалися. Саме моделювання нових копінг-стратегій може розгортатися у двох напрямках: перший – комплектація нових стратегій із раніше інтеріоризованих структурних елементів, що належали до стратегій звичних способів вирішення проблем в певних ситуаціях (мається на увазі перестановка складових у копінг-стратегіях, тобто, деякі елементи однієї структури копінг-стратегії вилучаються з неї та включаються до іншої, причому нішу вилучених елементів заповнюють інші констеляції). Для цього використовуються копінг-стратегії, які зовсім не релевантні даній ситуації; інший вектор реалізується у механізмі інтеркаляції (поява нових структур, процесів у системі, що вже склалася), відбувається комплектація зовсім нових стратегій подолання з цілком нових елементів, які не були інтеріоризовані особистістю (чужих, зовнішніх або потенційних) – це один спектр комплектації, або частково з елементів нових та інтеріоризованих – це другий спектр комплектації. Відповідно, тільки після цього відбувається мобілізація зовнішніх та внутрішніх джерел, що укомплектувалися особистістю в необхідній їй комбінації, та реалізація даних копінг-стратегій.

Після реалізації копінг-стратегій можливі чотири лінії розвитку виходу із ситуації кризи, а саме: дві пари продуктивних і непродуктивних рішень нормативної кризи, кожне з яких розвивається із певного вектору. Слід уточнити, що обидві продуктивні лінії, незалежно від того, з яких комплектуючих векторів вони походять, характеризуються абсолютним виходом із зони кризи, хоча можливі варіанти використання частково адаптивних копінг-стратегій (див. експлікацію конструктивного виходу із зони кризи у першому етапі). Що стосується непродуктивних виходів, з обох комплектуючих векторів, вони призводять до переходу на четвертий етап кризи, що характеризується дезорганізаці-

єю особистості, підвищенням тривоги та депресії, почуттям безпомічності та безнадійності.

Отже, поняття “копінг” використовується для опису способів поведінки людини в різних складних життєвих ситуаціях. Необхідною умовою для актуалізації копінг-механізмів виступає змістове наповнення ситуаційного поля, що кваліфікується як складна критична ситуація, а одним із ключових понять, яким у сучасній психології описуються критичні життєві ситуації, – це поняття вікової (нормативної) кризи. Тому в контексті копінгового феномену цю кризу необхідно кваліфікувати як тригерний фактор, що забезпечує перехід наявного стану особистості в інший функціональний стан. При цьому особистість проявляє себе як суб’єкт використання готових (звичних), або самостійно сконструйованих копінг-стратегій, що зумовлюють вихід із кризи на її ранніх етапах (конструктивне розв’язання нормативної кризи), або затяжний характер кризи з можливим продуктивним чи непродуктивним виходом.

Література

1. Василюк Ф. Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. – М.: МГУ, 1984. – 200 с.
2. Духновский С. В. Психологическое сопровождение подростков в критических ситуациях. – Курган, 2003. – 124 с.
3. Йонт У. Р., Созданы чтобы учиться. Введение в педагогическую психологию для системы христианского образования. – СПб.: “Библия для всех”, 2001. – 375 с.
4. Коструб Е. П. Работа с жизненными кризисами в идеологии развития // Экстрим и Контроль: психологический бунт и правила поведения, духовные кризисы и рост, предельные переживания и ориентация в экстремальных ситуациях. – Харьков, 2005. – С. 18-19.
5. Малкина-Пых И. Г. Кризисы подросткового возраста. – М.: Эксмо, 2004. – 384 с.
6. Мамайчук И.И. Экспертиза личности в судебно-следственной практике. – СПб.: Речь, 2002. – 255 с.
7. Нартова-Бочавер С. К. “Coping behavior” в системе понятий психологии личности. // Психологический журнал. – Т. 18. – № 5, 1997. – С. 20-30.
8. Психотерапевтическая энциклопедия // Под ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб.: Питер, 2002. – 1024 с.

9. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. // Обзор психиатрии и мед. психологи. 1993. – №1. – С. 53-60.

10. Туманова Е. Н. Помощь подростку в кризисной ситуации жизни. – Саратов, 2002. – 124 с.

11. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. – М.: Академия, 2001. – С. 48 – 59.

12. Losoya S., Eisenberg N., Fabes R.A. Developmental issues in the study of coping // International Journal of Behavioral Development, 1998, 22 (2), 231–237.

13. Lazarus R.S., Folkman S. Coping and adaptation. – P. 282 – 325.