

Успешность совладающего поведения подростков, предпочитающих творческие стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций

Е. Г. СУРКОВА, Н. Н. ВЛАСОВА

(МОСКОВСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ)

В статье анализируется связь между творческим потенциалом подростков и их успешностью в разрешении трудных жизненных ситуаций. Выделены три типа преодолевающего поведения подростков: эволюционно-положительный, гомеостатический и эволюционно-отрицательный.

Ключевые слова: совладание, трудные жизненные ситуации, развитие личности.

Множеством авторов, изучающих совладание человека с жизненными трудностями, указывается на то, что такое поведение может носить творческий характер и резюми-

руется, что человек «совладающий», т. е. справляющийся с жизненными трудностями, является творцом, а не продуктом собственной биографии (Крюкова, 2005; Сергиенко, 2007;

Знаков, 2003). При этом, несмотря на то что современными исследователями совладающее поведение относится к малоизученным жизнетворческим дарованиям личности (Анцыферова, 1994), ее конструктивным силам (Абульханова, 2000), инициирующим преобразующую активность человека, связанную с творческим порождением новых выходов и решений проблемной ситуации (Крюкова, 2008), практически не существует научных публикаций, в которых процесс совладания исследуется как творческий акт, а творчество — как один из механизмов этого процесса.

Лица с высоким творческим потенциалом, используя качественно иные, творческие стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций, в большей степени способны к совладанию с трудностями, приводящему не только к сохранению ресурсов, но и к их приумножению (Сирота, Ялтонский, 2003). Человек, сталкиваясь с серьезными жизненными трудностями, творчески их разрешающий, имеет возможность использовать их как своеобразный трамплин для дальнейшего личностного роста.

Одна из немногих теоретических моделей совладающего поведения, в рамках которых делаются предположения о том, что под воздействием жизненных кризисов могут возникать положительные психологические изменения как результат борьбы с травмирующим событием, является модель посттравматического роста (Tedeschi, Calhoun, 2004). Достижение более высокого уровня функционирования в определенных областях, в ситуации переживания глубоко травмирующего события, обретение новых ресурсов, использование травматической ситуации как возможности для дальнейшего развития в современной литературе принято называть посттравматическим или стресс-индуцированным личностным ростом.

Трудная жизненная ситуация, инициируя процесс творчества совладающего субъекта, позволяет ему, относясь к ней как к препятствию на пути самореализации, актуальной проблеме, испытанию или угрозе, изменяясь под воздействием ситуации и изменяя ее своим воздействием, наряду с разрешением ситуа-

ции, в качестве награды за «мужество быть» (термин Пауля Тиллиха) ощутить субъективно иное качество жизни (Суркова, 2011).

Сторонники модели посттравматического личностного роста классифицируют виды совладания по результату, предложив три основных вида совладания — эволюционное отрицательное, гомеостатическое, эволюционное положительное (Aldwin, 1994). Мы предполагаем, что для каждого вида совладания можно выделить наиболее характерную для него копинг-стратегию. Связь между видом совладания и преобладающими стратегиями совладания можно представить следующим образом (см. табл. 1).

На наш взгляд, среди личностных детерминант, в значительной степени влияющих на выбор субъектом того или иного вида совладания, важнейшей является его способность преобразовать кризисную ситуацию в проблемную, требующую творческого разрешения. Данная способность может проявиться при следующих обстоятельствах: во-первых, если человек, преодолевающий трудную жизненную ситуацию, ощущает себя субъектом совладания, в этом случае, вероятно, в значимой для себя ситуации он склонен будет активнее справиться со сложившейся проблемой; во-вторых, если эту свою активность он склонен проявлять творчески. Таким образом, все известные копинг-стратегии (существует немало различных их видов и классификаций) можно разделить на три группы:

— Пассивные — выражающиеся в поведении, спровоцированном ощущением собственной неспособности совладать с жизненной проблемой даже в плане выбора собственной стратегии поведения.

— Активные — проявляющиеся в поведении, продиктованном стремлением влиять на происходящее как минимум в плане осознанного выбора стратегии совладания; данный вид копинг-стратегий предполагает активные, целенаправленные, но достаточно стандартные действия со стороны субъекта совладания.

— Творческие копинг-стратегии, так же как и активные, проявляясь в поведении, продиктованном стремлением справиться с труд-

Таблица 1

КЛАССИФИКАЦИЯ СТРАТЕГИЙ СОВАЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ
ПО РЕЗУЛЬТАТУ И ВИДАМ СОВАЛАДАНИЯ

<i>Стратегии</i> <i>Характеристики</i>	<i>Пассивная</i>	<i>Активная</i>	<i>Творческая</i>
Характеристика	Стремление сохранить имеющиеся ресурсы путем сокращения активности	Активное использование имеющихся физических и психических ресурсов для решения проблемы	Трудная ситуация становится стимулом для процесса жизнетворчества, который мобилизует все имеющиеся ресурсы
Основной процесс	Энергосбережение	Адаптация	Стресс-индуцированный личностный рост
Особенности восприятия ситуации	Реализуется при восприятии ситуации как непреодолимой либо не представляющей субъективной значимости	Наиболее распространенный вид эффективного совладания, реализуется в ситуациях, воспринимаемых как трудные, но определенные и преодолимые	Вид совладания, требующий глубоких личностных изменений, может реализовываться в субъективно высокозначимых ситуациях, воспринимающихся как «очень трудные», «на данный момент не имеющие выхода», неопределенные
Вид совладания, в котором преимущественно реализуется	Эволюционно-отрицательный — возвращение на более низкий уровень функционирования	Гомеостатический — возвращение к основной линии функционирования	Эволюционно-положительный — выход на более высокий уровень функционирования
Результат	Несовладание с проблемой в конкретной жизненной сфере. В зависимости от значимости ситуации и особенностей личности субъекта может приводить к развитию депрессии, ПТСР, зависимостей, психосоматических заболеваний либо восприниматься как конструктивный — «радость неудач»	Разрешение проблемной ситуации, приобретение нового жизненного опыта, связанного с преодолением проблемы	Глубокие личностные изменения, личностный рост, который, в свою очередь, и приводит к разрешению проблемной ситуации на ином уровне

ной ситуацией, предполагают, в отличие от последних, творческий подход к совладанию с жизненной проблемой.

По нашему предположению, эволюционно-положительный вид совладания может быть реализован только при обязательном использовании творческих стратегий; гомеостатический вид совладания предполагает преимущественное использование активных стратегий

совладания; эволюционно-отрицательный вид совладания — преимущественное использование пассивных стратегий.

Таким образом, реализация той или иной стратегии совладания в большой мере зависит от степени значимости для субъекта совладания ситуации, его убежденности в возможности ее преодоления и готовности к личностным изменениям.

Для исследования связи между творческим потенциалом личности, жизнестойкостью и успешностью совладающего поведения мы выбрали подростковый возраст, так как этот период, на наш взгляд, является яркой иллюстрацией моделей совладающего поведения, описывающих процесс совладания с трудностями в контексте стресс-индуцированного личностного роста. Подростковый возраст является периодом, существенно влияющим на дальнейшее развитие человека, а проявляемое в этот период противопоставление себя взрослым, активное завоевание новой позиции является продуктивным процессом в плане формирования личности (Реан, 2005).

Выборка: 58 учеников десятых классов средней общеобразовательной школы г. Москвы, из них — 31 мальчик и 27 девочек.

Целью нашего исследования было исследовать взаимосвязь между успешностью совладания, личностными характеристиками подростков и их склонностью к выбору той или иной стратегии совладания.

Нами был использован следующий психодиагностический инструментарий: методика «Самооценка творческих способностей» Е. Туник (Туник, 1997), тест жизнестойкости Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой, представляющий собой адаптацию опросника Hardiness Survey (Леонтьев, Рассказова, 2006; Мадди, 2005), метод экспертной оценки и авторская проективная методика «Афоризмы», направленная на изучение склонности к творческой стратегии совладания с трудностями.

Для создания этой методики мы проанализировали несколько сотен афоризмов знаменитых творческих людей прошлого и настоящего, так или иначе посвященных преодолению жизненных трудностей и систематизировали их следующим образом:

— высказывания, предлагающие пассивную стратегию преодоления трудностей. В эту группу вошли, например, такие: «Весь мир — театр, мы все — актеры поневоле, Всесильная Судьба распределяет роли, И небеса следят за нашей игрой!» (П. Ронсар);

— высказывания, предполагающие активную стратегию преодоления трудностей. При-

мером может быть высказывание П. Козьло: «Вперед нас ведут не резоны и доводы, а воля и желание»;

— высказывания, предполагающие признавание развивающей, творческой роли трудных жизненных ситуаций. Пример: «Проигравшие используют жизненные ситуации для оправдания неудач, а победители используют жизненные ситуации как причины преуспеть» (Р. Кийосаки).

Отобрав 39 наиболее ярких высказываний, мы предложили их подросткам со следующей инструкцией: «Перед Вами ряд высказываний известных людей прошлого и настоящего, посвященных поведению человека в сложных жизненных ситуациях. Среди них нет более или менее верных, каждое имеет смысл в конкретных обстоятельствах. Просим Вас, на основании СОБСТВЕННОГО жизненного опыта оценить по пятибалльной системе, насколько каждый из афоризмов описывает лично Ваш опыт, связанный с жизненными трудностями (1 — абсолютно непохоже, 2 — иногда бывает и так, 3 — частично, 4 — в значительном количестве случаев, 5 — да, чаще всего)».

На первом этапе, для того чтобы исследовать связь между особенностями копинг-поведения и способностью подростков справляться с жизненными трудностями, мы использовали *метод экспертной оценки*. В качестве экспертов выступили учителя школы, хорошо знающие детей на протяжении длительного времени (от 2 до 6 лет). Каждого ребенка оценивали 10 экспертов, которым было предложено оценить по пятибалльной системе способность подростка справляться с жизненными трудностями в выделенных жизненных областях (см. табл. 2).

Зафиксирован приблизительно одинаковый уровень успешности преодоления жизненных трудностей у подростков мужского и женского пола.

В результате сравнения показателей жизнестойкости и уровня развития творческих способностей у девочек и мальчиков подросткового возраста выявлено единственное достоверное различие, касающееся показателя «принятие риска». Девочки показали достоверно более высокие показатели ($p < 0,05$,

Таблица 2

СПОСОБНОСТЬ ПОДРОСТКОВ СПРАВЛЯТЬСЯ С ЖИЗНЕННЫМИ ТРУДНОСТЯМИ
(метод экспертной оценки)

Области совладания	Мальчики <i>n</i> = 31		Девочки <i>n</i> = 27	
	среднее значение	стандартное отклонение	среднее значение	стандартное отклонение
«Учеба»	3,45	0,85	3,85	0,72
«Общение с одноклассниками»	3,87	0,96	3,96	0,89
«Взаимоотношения с учителями»	3,90	0,79	3,96	0,65
«Трудности в семье»	3,90	0,79	3,93	0,73
«Внеклассная деятельность»	3,90	0,79	4,07	0,73

исследование достоверности различий проводилось с помощью U-критерия, Манна-Уитни).

Большая склонность к принятию риска у девочек говорит о большей открытости окружающему миру, большей готовности дейст-

вовать в отсутствие надежных гарантий успеха. Это может быть связано с психологической гибкостью девочек, их большей уверенностью в том, что во всем, что происходит, можно найти положительные моменты, их меньшей нацеленностью на обязательное до-

Таблица 3

ОЦЕНКА РАЗЛИЧИЙ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И ТВОРЧЕСКОГО
ПОТЕНЦИАЛА МЕЖДУ МАЛЬЧИКАМИ И ДЕВОЧКАМИ

Критерий	Мальчики		Девочки	
	среднее значение	стандартное отклонение	среднее значение	стандартное отклонение
«жизнестойкость» (тест Леонтьева)	81,65	16,97	88,07	17,96
«вовлеченность» (тест Леонтьева)	33,64	8,69	37,26	7,98
«контроль» (тест Леонтьева)	31,55	6,72	32,19	8,21
«принятие риска» (тест Леонтьева)	15,94	4,88	19,00*	4,76
«любопытность» (тест Е. Туник)	18,32	2,71	17,70	3,47
«воображение» (тест Е. Туник)	21,26	26,91	16,00	3,54
«сложность мышления» (тест Е. Туник)	18,68	2,90	18,63	3,98
«способность к риску» (тест Е. Туник)	19,26	2,49	18,74	2,80
«суммарный показатель креативности» (тест Е. Туник)	72,55	9,46	70,30	10,63

* Различие достоверно при $p < 0,05$.

стижение единственно возможной цели, более творческим подходом к преодолению повседневных трудностей (Суркова, 2004). Данное убеждение, на наш взгляд, является частью «женского», более гибкого и менее агрессивного типа взаимоотношений с окружающим миром, хотя такое объяснение, безусловно, требует своего научного подтверждения.

На втором этапе исследования нас интересовало, существует ли связь между способностью справляться с жизненными трудностями и изучаемыми нами личностными детерминантами. Для этой цели нами использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена (см. табл. 4).

Любознательность и сложность мышления положительно связаны с успешностью совладания с жизненными трудностями у подростков во всех изучаемых сферах, хотя это может объясняться не только связью между способностью к преодолению жизненных трудностей и творческими способностями в целом, но и тем, что данные категории, безусловно, в большей степени ценятся педагогами.

Такой критерий, как «воображение», вообще не обнаружил значимых корреляционных связей с измеряемыми нами показателями успешности совладания. Можно предположить, что данный показатель при рассмотрении его изолированно, а не в совокупности всех остальных творческих способностей связан скорее с защитным поведением.

Также нами выявлена связь между жизнестойкостью подростков и их способностью справляться с жизненными трудностями. Эта связь носит достоверный характер и касается всех областей совладания, которые мы выделили.

На третьем этапе нашего исследования мы изучали склонность подростков к использованию той или иной из выделенных нами копинг-стратегий. Мы разделили всех подростков на три группы по преимущественному выбору пассивной, активной или творческой стратегии совладания для описания собственного жизненного опыта. Подростки, показавшие равное предпочтение двум или трем стратегиям, в данном анализе не участвовали. Далее, с помощью метода «критерий Крускала — Уоллиса» мы исследовали значимость различий между группами по всем изучаемым нами критериям.

Как видно из табл. 5, наиболее высокий уровень способности к совладанию с трудными жизненными ситуациями с высоким уровнем достоверности продемонстрировали подростки, избравшие преимущественно стратегию, предполагающую творческое отношение к проблеме. Наиболее низкие результаты в этом плане продемонстрировали подростки, предпочитавшие выбирать для описания собственного жизненного опыта пассивные стратегии.

Подростки, избравшие для описания собственного жизненного опыта преодоления труд-

Таблица 4

ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ СПОСОБНОСТЬЮ СПРАВЛЯТЬСЯ С ЖИЗНЕННЫМИ ТРУДНОСТЯМИ И УРОВНЕМ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ПОДРОСТКОВ

Экспертная оценка	Показатели творческих способностей (Е. Туник)		
	«любознательность»	«способность к риску»	«сложность мышления»
«учеба»	$r=0,35^{**}$	—	$r=0,43^{***}$
«общение со сверстниками»	$r=0,56^{***}$	$r=0,33^*$	$r=0,48^{***}$
«взаимоотношения с учителями»	$r=0,55^{***}$	$r=0,38^{**}$	$r=0,40^{**}$
«трудности в семье»	$r=0,39^{**}$	$r=0,42^{***}$	$r=0,42^{**}$
«внеклассная деятельность»	$r=0,27^*$	—	$r=0,38^{**}$

Здесь и в таблице 5: * — различие достоверно при $p < 0,05$, ** — различие достоверно при $p < 0,01$, *** — различие достоверно при $p < 0,001$.

Таблица 5

РАЗЛИЧИЯ В УРОВНЕ КРЕАТИВНОСТИ, ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И СПОСОБНОСТИ К СОВАЛАДАНИЮ С ЖИЗНЕННЫМИ ТРУДНОСТЯМИ У ПОДРОСТКОВ, ИЗБРАВШИХ ПРЕИМУЩЕСТВЕННО ТВОРЧЕСКУЮ, АКТИВНУЮ И ПАССИВНУЮ СТРАТЕГИИ СОВАЛАДАНИЯ

<i>Психологические характеристики</i>	<i>Преобладание творческой стратегии</i>	<i>Преобладание активной стратегии</i>	<i>Преобладание пассивной стратегии</i>
«Жизнестойкость» (Тест Леонтьева)*	90	82	66,5
«Вовлеченность» (Тест Леонтьева)*	37,4	35,3	25,1
«Контроль» (Тест Леонтьева)	33,5	31,8	524,7
«Принятие риска» (Тест Леонтьева)*	19	15	14
«Любознательность» (Е. Туник)***	19,1	15,2	17,8
«Воображение» (Е. Туник)	17	26	15,5
«Сложность мышления» (Е. Туник)**	20	16,8	17
«Тенденция к риску» (Е. Туник)***	19,7	16,8	20,7
«Креативность» (Е. Туник)***	76	61,7	68,3
Способность справляться с трудностями в различных жизненных сферах	—	—	—
Учебные ситуации***	4	3	2,8
Общение с одноклассниками***	4,4	3	2,8
Общение с учителями***	4,3	3,3	3,3
Трудности в семье**	4,2	3,4	3,5
Трудности вне дома и семьи***	4,3	3,5	3,3

ных жизненных ситуаций афоризмы, в которых описывалось творческое преодоление трудностей, отличаются более высоким уровнем вовлеченности, высоким уровнем принятия риска, любознательности и сложности мышления. Мы предполагаем, что именно высокий уровень вовлеченности детерминирует более высокую значимость жизненных обстоятельств в той или иной сфере, требующих совладания. Вероятно, выделенная нами специфика подхода к совладанию с жизненными трудностями у подростков этой группы имеет прямое отношение к способности таких детей к стресс-индуцированному личностному росту.

Подростки, описывающие свой опыт преодоления трудностей преимущественно через

афоризмы с описанием активных стратегий, тоже показали высокие результаты по критерию «вовлеченность», но при этом низкие по категориям «любознательность», «сложность мышления», «тенденция к риску».

Подростки, описывающие свой жизненный опыт преимущественно пассивными стратегиями, продемонстрировали самый низкий уровень по критерию «вовлеченность» и самые низкие результаты по оценке их возможности справляться с жизненными трудностями. Эти же подростки продемонстрировали интересную тенденцию, которую мы условно назвали «подростковый фатализм»: самый высокий уровень тенденции к риску — стремления совершать рискованные поступки при

низком уровне принятия риска, способности принять новый опыт, даже если он не окажется положительным.

Выводы исследования. 1. Реализация того или иного вида совладания связана с использованием специфических копинг-стратегий. Эволюционно-положительный вид совладания может быть реализован личностью при использовании творческих стратегий и в итоге приводит к разрешению проблемной ситуации и личностному росту; гомеостатический вид совладания предполагает использование активных стратегий и приводит к разрешению проблемной ситуации и приобретению нового опыта в конкретной жизненной сфере; эволюционно-отрицательный вид совладания предполагает преимущественное использование пассивных стратегий и может быть эффективным как механизм энергосбережения.

2. Существует связь между личностными особенностями, свойственными творческой личности, и способностью справляться с жизненными трудностями у подростков. Подростки с высоким уровнем любознательности и высоким уровнем сложности мышления лучше справляются с трудностями во всех сферах их жизнедеятельности. Способность избирать решения, связанные с риском, повышает успешность преодолевающего поведения подростков в областях, в основном не связанных со школой. Не обнаружено прямой связи между уровнем развития воображения и успешностью преодоления жизненных трудностей, данный показатель, при рассмотрении его изолированно, связан скорее с защитным поведением.

3. Существует связь между способностью справляться с трудными жизненными ситуациями у подростков и их жизнестойкостью, она носит высокодостоверный характер и касается всех жизненных сфер подростков.

Наиболее высокий уровень способности к совладанию с трудными жизненными ситуациями продемонстрировали подростки, избравшие для описания своего жизненного опыта афоризмы, предполагающие использование ими преимущественно творческих копинг-стратегий, а более низкий — подростки, описывающие свой опыт совладающего поведения преимущественно пассивными копинг-стратегиями.

4. Подростки, для которых в большей степени характерно использование творческих копинг-стратегий, продемонстрировали наиболее высокий уровень жизнестойкости и креативности; подростки, чаще избирающие активные копинг-стратегии, продемонстрировали высокий уровень вовлеченности, но более низкий уровень креативности; подростки, описывающие свой жизненный опыт преимущественно пассивными стратегиями, при достаточно высоком уровне любознательности и высоком уровне склонности в риск продемонстрировали самый низкий уровень жизнестойкости как по общему показателю, так и по отдельным шкалам, высокий уровень спонтанности при низком уровне стремления к творческой переработке полученного опыта.

5. Девочки подросткового возраста в большей степени открыты окружающему миру и готовы действовать в отсутствие надежных гарантий успеха. Это может быть связано с психологической гибкостью девочек, их меньшей нацеленности на обязательное достижение единственно возможной цели.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Абульханова, К. А. (2000) Рубинштейновская категория субъекта и ее различные методологические значения // Проблема субъекта в психологической науке / отв. ред. А. В. Брушлинский, М. И. Воловикова, В. Н. Дружинин. М. : Академический проект. С. 13–26.

Анцыферова, Л. И. (1994) Личность в трудных жизненных условиях : переосмысление, преобразование жизненных ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. Т. 15. № 1. С. 3–18.

Знаков, В. В. (2003) Психология субъекта как методология понимания человеческого бытия // Психологический журнал. Т. 24. № 2. С. 95–106.

Крюкова, Т. А. (2005) Психология совладающего поведения в разные периоды жизни : автореф. дис. ... д-ра психол. наук. М.

Крюкова, Т. А. (2008) Человек как субъект совладающего поведения // Психологический журнал. Т. 29. № 2. С. 88–95.

Леонтьев, Д. А., Рассказова, Е. И. (2006) Тест жизнестойкости. М. : Смысл.

Мади, С. Р. (2005) Смыслообразование в процессах принятия решения // Психологический журнал. Т. 26. № 6. С. 87–101.

Реан, А. А. (2005) Психология человека от рождения до смерти. Полный курс психологии развития. СПб. : Прайм-Еврознак.

Сергиенко, Е. А. (2007) Субъектная регуляция и совладающее поведение // Психология совладающего поведения : материалы Международной науч.-практ. конф. / отв.ред. Е. А. Сергиенко, Т. Л. Крюкова. Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова. С. 64–66.

Сирота, Н. А., Ялтонский, В. М. (2003) Профилактика алкоголизма и наркомании : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М. : Изд. центр «Академия».

Суркова, Е. Г. (2004) Преодоление трудных жизненных ситуаций младшими школьниками : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М.

Суркова, Е. Г. (2011) Творческая парадигма процесса совладания с трудными жизненными ситуациями // Знание. Понимание. Умение. № 2. С. 222–228.

Туник, Е. Е. (1997) Психодиагностика творческого мышления. Креативные тесты. СПб. : СПбУПМ.

Aldwin, C. M. (1994) Stress, Coping and Development : An Integrative Perspective. New York : Guilford Press.

Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. (2004) Posttraumatic Growth : Conceptual Foundations and Empirical Evidence // Psychological Inquiry. Vol. 15. P. 1–18.

THE SUCCESS OF THE COPING BEHAVIOUR OF TEENAGERS WHO PREFER CREATIVE STRATEGIES TO OVERCOME DIFFICULT LIFE SITUATIONS

E. G. Surkova, N. N. Vlasova

(Moscow University for the Humanities)

The relationship between the creative potential of teenagers and their success in the resolution of difficult reality situations are analyzed in the article. Three types of teenagers' coping behavior are distinguished: evolutionary and positive, homeostatic and evolutionary and negative ones.

Keywords: coping, difficult life situations, personality development, the types of coping, passive coping strategies, active coping strategies, creative coping strategies, stress-induced personal growth, hardness, creative potential of personality.

BIBLIOGRAPHY (TRANSLITERATION)

Abul'khanova, K. A. (2000) Rubinshteinovskaia kategoriia sub'ekta i ee razlichnye metodologicheskie znacheniiia // Problema sub'ekta v psikhologii

logicheskoi nauke / otv. red. A. V. Brushlinskii, M. I. Volovikova, V. N. Druzhinin. M. : Akademicheskii proekt. S. 13–26.

Antsyferova, L. I. (1994) Lichnost' v trudnykh zhiznennykh usloviiaxh : pereosmyslivanie, preobrazovanie zhiznennykh situatsii i psikhologicheskaiia zashchita // Psikhologicheskii zhurnal. T. 15. № 1. S. 3–18.

Znakov, V. V. (2003) Psikhologiiia sub'ekta kak metodologiiia ponimaniia chelovecheskogo bytiia // Psikhologicheskii zhurnal. T. 24. № 2. S. 95–106.

Kriukova, T. L. (2005) Psikhologiiia sovladaiushchego povedeniia v raznye periody zhizni : avtoref. dis. ... d-ra psikhol. nauk. M.

Kriukova, T. L. (2008) Chelovek kak sub'ekt sovladaiushchego povedeniia // Psikhologicheskii zhurnal. T. 29. № 2. S. 88–95.

Leont'ev, D. A., Rasskazova, E. I. (2006) Test zhiznestoikosti. M. : Smysl.

Maddi, S. R. (2005) Smysloobrazovanie v protsessakh priniatiia resheniia // Psikhologicheskii zhurnal. T. 26. № 6. S. 87–101.

Rean, A. A. (2005) Psikhologiiia cheloveka ot rozhdeniia do smerti. Polnyi kurs psikhologii razvitiia. SPb. : Praim-Evroznak.

Sergienko, E. A. (2007) Sub'ektnaia reguliatsiia i sovladaiushchee povedenie // Psikhologiiia sovladaiushchego povedeniia : materialy Mezhdunarodnoi nauch.-prakt. konf. / otv.red. E. A. Sergienko, T. L. Kriukova. Kostroma : KGU im. N. A. Nekrasova. S. 64–66.

Sirota, N. A., Ialtonskii, V. M. (2003) Profilaktika ka alkogolizma i narkomanii : ucheb. posobie dlia stud. vyssh. ucheb. zavedenii. M. : Izd. tsentr «Akademiiia».

Surkova, E. G. (2004) Preodolenie trudnykh zhiznennykh situatsii mladshimi shkol'nikami : avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. M.

Surkova, E. G. (2011) Tvorcheskaia paradigma protsessa sovladaniia s trudnymi zhiznennymi situatsiiami // Znanie. Ponimanie. Umenie. № 2. S. 222–228.

Tunik, E. E. (1997) Psikhodiagnostika tvorcheskogo myshleniia. Kreativnye testy. SPb. : SPbUPM.

Aldwin, C. M. (1994) Stress, Coping and Development : An Integrative Perspective. New York : Guilford Press.

Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. (2004) Posttraumatic Growth : Conceptual Foundations and Empirical Evidence // Psychological Inquiry. Vol. 15. P. 1–18.