

**Олефір В.О.**

## Інтелектуальні та особистісні передумови саморегуляції вибору копінг-стратегій

*Олефір Валерій Олександрович, кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології  
Українська інженерно-педагогічна академія, м. Харків, Україна*

**Анотація.** У статті представлені результати дослідження впливу двох латентних змінних: 1) інтелектуального потенціалу і 2) особистісного потенціалу, що функціонують як регулятивна система, і пророкують успішність адаптації особистості до впливів зовнішнього світу, усвідомлюваного як психологічне благополуччя. Виявлено медіаторний ефект копінг-стратегій на критеріальну змінну “Психологічне благополуччя”.

**Ключові слова:** інтелектуально-особистісний потенціал, копінг-стратегії, психологічне благополуччя

**Вступ.** У сучасному повсякденному житті люди часто зіштовхуються із різного роду ситуаціями, які пред’являють підвищені вимоги до їх оптимального функціонування. Такі ситуації отримали назву стресових. Подолання (копінг) або пристосування до стресових ситуацій змушують суб’єкта задіяти інтелектуальні та особистісні ресурси. Суб’єктивним індикатором успішності процесу подолання ситуацій, що вимагають підвищеної напруги ресурсів, є відчуття психологічного благополуччя.

Незважаючи на багаточисельні дані, що підтверджують важливість інтелектуальних, особистісних характеристик і стратегій подолання стресу, існує не так багато знань про комбінований вплив цих змінних у поясненні психологічного благополуччя. Дослідження того як особистість і копінг взаємодіють у прогнозуванні психологічного благополуччя людини є досить актуальною проблемою.

**Огляд публікацій по темі.** Благополуччя розуміється як комплексний конструкт, який стосується оптимального досвіду та функціонування. Сучасне поле досліджень благополуччя структуроване у два традиційних підходи – гедоністичний та евдемоністичний [10; 22]. У гедоністичному підході акцент робиться на суб’єктивному благополуччі, який надає особливого значення таким конструктам як щастя, позитивний афект, низький негативний афект і задоволеність життям [9; 14]. У евдемоністичному підході дослідження благополуччя зосереджені на позитивному психологічному функціонуванні і розвитку людини [23, 27].

Незважаючи на те, що гедоністичний та евдемоністичний підходи є концептуально різними, результати емпіричних досліджень, вказують на те що, конструкти евдемонії та гедонії в значній мірі перекриваються [11, 12, 19].

Поряд з пошуками відповіді на питання як люди переживають своє життя позитивним, дослідження благополуччя зосереджується і на питанні чому одні люди більш благополучні ніж інші. Після багаторічних досліджень, психологи прийшли до розуміння, що зовнішні чинники часто пояснюють лише невелику частку дисперсії в показниках благополуччя. Тому багато дослідників звернулися до розгляду особистісних змінних в якості предикторів благополуччя.

Мета-аналітичні дослідження [8; 24] були спрямовані на з’ясування взаємозв’язків між особистісними диспозиціями, представленими моделлю Великої п’ятірки, і показниками суб’єктивного і психологічного благополуччя. Отримані результати свідчать, що суб’єктивне благополуччя сильно передбачали особистісні риси, які в значній мірі залежать від темпера-

менту (тобто екстраверсії і нейротизму) і помірно передбачали особистісні диспозиції, які в значній мірі знаходяться під впливом навколишнього середовища (сумлінність, доброзичливість і відкритість досвіду). Також встановлено, що показники психологічного благополуччя в більшій мірі пов’язані з факторами Великої п’ятірки ніж суб’єктивне благополуччя [25].

Копінг визначається як “постійно мінливі когнітивні і поведінкові зусилля індивіда з метою управління специфічними зовнішніми і внутрішніми вимогами, які надмірно напружують або перевищують ресурси людини” [13, с. 141].

На ранній стадії розвитку своєї теорії подолання стресу Лазарус і Фолкмен розмежовували епізодичні фактори, що впливають на копінг, з особистісними рисами, що представляють стійкі диспозиції і самим копінгом, який розуміється як специфічна поведінка в конкретних ситуаціях. Однак, як виявилось, люди відносно стабільно віддають перевагу і використовують специфічну поведінку подолання труднощів у широкому діапазоні ситуацій [5]. З тих пір було здійснено чимало спроб, щоб концептуалізувати і дослідити відношення між особистістю і копінгом.

Коннор-Сміт та Флесбарт [6] провели мета-аналітичне дослідження взаємозв’язків між особистістю та копінгом. В результаті було виявлено, що копінг-стратегії, що спрямовані на взаємодію зі стресором, позитивно пов’язані з екстраверсією, відкритістю досвіду і сумлінністю, а копінг-стратегії, орієнтовані на уникання стресорів, позитивно пов’язані з нейротизмом і негативно із доброзичливістю та сумлінністю.

Ряд досліджень були спрямовані на вивчення взаємозв’язків копінгів з більш вузькими характеристиками особистості. В мета-аналітичному огляді [19] було виявлено, що диспозиціональний оптимізм позитивно пов’язаний з активними стратегіями подолання з метою усунення, зменшення або управління стресорами або емоціями і негативно – зі стратегіями уникнення подолання стресу, що прагнуть ігнорувати, уникати, або віддалятися від стресорів або емоцій.

Одним із психологічних механізмів, який відіграє вирішальну роль в регуляції поведінки є сприйманий контроль. Дослідження Цукермана і Ганьє [28] було спрямоване на виявлення взаємозв’язку сприйманого контролю, який автори розмежували на реалістичний та нереалістичний, та копінг-стратегіями. Автори показали, що переконання в реалістичному контролі позитивно корелювали з тим, що вони назвали адаптивним кластером оволодіння – самопомога, спроби вирішення проблеми, пристосування і негативно корелювали зі стратегіями, що були віднесені до мало

адаптивного кластеру оволодіння, – уникнення і самопокарання.

В якості предиктора копінг-поведінки неодноразово розглядалася і сприймана самоефективність. Результати емпіричних досліджень підтвердили припущення про те, що люди з високим рівнем самоефективності будуть проявляти більшу активність в подоланні важких ситуацій, продовжувати боротися, навіть стикаючись з невдачами, а особистості з низькими показниками самоефективності будуть намагатися мінімізувати свої зусилля і відійти від проблеми [16, 20, 26].

У області поведінки оволодіння одним із найбільш складних і невизначених є питання про дослідження характеру взаємозв'язків загальних інтелектуальних здібностей та стратегій оволодіння. В отриманих дослідниками даних зафіксовані різні, інколи такі, що суперечать один одному, зв'язки між інтелектуальними властивостями та вибором стратегій оволодіння [1, 3, 4].

З іншого боку, сам копінг розглядається як важливий предиктор благополуччя. Так, було встановлено, що використання суб'єктивно ефективніших стратегій опанування пов'язане з щастям і задоволеністю життям [15]. У іншій роботі показано, що активні спроби вирішити проблему в більшій мірі пов'язані з психологічним здоров'ям і успішною адаптацією до стресору ніж стратегії, спрямовані на відхід, усунення, уникнення проблемної ситуації [18].

У мета-дослідженні взаємозв'язків між копінгом і благополуччям виявлено, що розміри ефекту, як правило, знаходяться в межах від невеликого до помірного. Характерно, що копінг більш сильно пов'язані з психологічними результатами, ніж показниками фізичного здоров'я. Зокрема, у одному із мета-аналізів були розглянуті відношення між активним копінгам та психосоціальним здоров'ям серед молоді [7]. Результати іншого мета-аналітичного дослідження [21] показали, що зосереджені на проблемі копінг позитивно корелював з загальними наслідками для здоров'я, тоді як звикання, конфронтація, дистанціювання, самовладання, пошук соціальної підтримки, прийняття на себе відповідальності, запобігання і прийняття бажаного за дійсне негативно корелювали з загальними наслідками для здоров'я.

В цілому великий обсяг досліджень показує, що продуктивні копінг-стратегії чинять позитивний вплив на настрій і фізичне благополуччя по відношенню до широкого спектру стресових факторів. Непродуктивні стратегії подолання можуть давати короткострокові вигоди, такі як звільнення від негативних емоцій та/або негайне зниження негативного настрою, але можуть привести до довгострокових порушень настрою і фізичного здоров'я.

Таким чином, проведений аналіз відношень особистості, копіngu та благополуччя, показує, що:

- як окремі дослідження, так і мета-аналізи свідчать про невеликі або середні розміри ефектів між вказаними змінними;
- у переважній більшості досліджень особистість представлена факторами Великої п'ятірки. Лише в окремих дослідженнях розглядалися характеристики особистості, які формуються прижиттєво під впливом подій, з якими зіштовхуються люди, та забезпечують гнучкість реакцій на ситуацію (атрибутивні схеми:

самоефективність, оптимізм/песимізм, каузальні орієнтації; стратегії: модус контролю за дією, життєстійкість, толерантність до невизначеності);

- рівневі та стильові властивості інтелекту, як предиктори поведінки оволодіння, демонструють низьку консистентність від дослідження до дослідження;
- вивчалися окремі зв'язки між вказаними змінними, але не досліджувалась поєднана дія особистості і копінгів у зв'язку з психологічним благополуччям.

Ми вважаємо, що необхідні нові дослідження в яких би вивчалися взаємодії між змінними “вищого порядку” (латентними змінними), які інтегрують аналізовані змінні.

В даному дослідженні в якості латентної змінної, яка, як передбачається, визначатиме психологічне благополуччя буде використовуватись конструкт “інтелектуально-особистісний потенціал” (ІОП) Використовуючи конфірматорний факторний аналіз (КФА) нами була верифікована його структурна модель [2]. Компонентами конструкту “інтелектуальний потенціал” стали показники психометричного інтелекту за Амтхауером та основних когнітивних стилів – полезалежність / поленезалежність, рефлексивність/імпульсивність, гнучкість/ригідність пізнавального контролю. Конструкт “особистісний потенціал” утворили фактори першого порядку – це фактор “самовизначення”, індикаторами якого є толерантність до невизначеності та автономна каузальність; фактор “реалізації”, включає показники самоефективності, орієнтації на дію в ситуації невдачі та орієнтації на дію при реалізації; третій фактор – фактор “збереження”, який утворили змінні – життєстійкість та оптимістичний атрибутивний стиль.

Гіпотетично можна виділити три можливих способи взаємодії між ІОП, копінгам та психологічним благополуччям (ПБ): 1) медіаторний – ІОП впливає на вибір групи копінг-стратегій, які в свою чергу, впливають на ПБ; 2) модераторний – копінг може підсилювати / послаблювати зв'язок ІОП з ПБ; 3) комбінований – медіаторно-модераторний вплив ІОП та копіngu на ПБ.

Аналіз концептуальних та емпіричних передумов дозволяє припустити медіаторну модель, в якій копінг-стратегії являються змінними (факторами-медіаторами), що опосередковують вплив ІОП на ПБ.

**Мета** дослідження – вивчити поєднаний вплив інтелектуальних та особистісних складових регуляції вибору суб'єктом способів вирішення важких ситуацій (копінг-стратегій) у зв'язку із рівнем психологічного благополуччя, як індикатора їх ефективності.

У емпіричному дослідженні перевірялася наступна гіпотеза. Існують дві пов'язаних між собою латентних змінних, що функціонують як регулятивна система, які пророкують стійкість психіки до впливів зовнішнього світу, а успішність адаптації до них усвідомлюється як психологічне благополуччя: 1) інтелектуальний потенціал, 2) особистісний потенціал. Дві латентні змінні – копінг, орієнтований на взаємодію з стресором та копінг, орієнтований на уникання стресору опосередковують вплив ІОП на ПБ.

**Матеріали і методи.** Учасники. У дослідженні взяли участь студенти вищих навчальних закладів м. Харкова у кількості 350 чоловік (196 – чоловічого і 124 жіночої статі). Середній вік випробовуваних 21,3 роки (SD = 2,6).

*Процедура.* Всі випробовувані проходили тестування за комплексом психодіагностичних методик. Поряд з методиками оцінки показників ІОП [2], використовувались:

1. Опитувальник “Шкали психологічного благополуччя” К. Ріфф, адаптований Л.В. Жуковською та Є.Г. Трошихіною. Опитувальник включає в себе 54 пунктів, які оцінюють благополуччя за шістьма параметрами: Автономність, Управління оточенням, Особистісне зростання, Позитивні відношення з іншими людьми, Життєві цілі, Самоприйняття. Кожен параметр включає 9 пунктів, оцінених за шкалою Лайкерта з п’ятьма градаціями (1 = категорично не згоден, 5 = повністю згоден).

2. Опитувальник «Способи поведінки оволодіння» Р. Лазаруса. (WCQ – Ways of Coping Questionnaire; Folkman & Lazarus, 1988). Методика призначена для визначення копінг-механізмів, способів подолання труднощів у різних сферах психічної діяльності, копінг-стратегій.

Методика була розроблена Р. Лазарусом і С. Фолкман і адаптована Т.Л. Крюковою. Цей варіант WCQ містить 50 питань, що становлять вісім шкал: Конфронтаційний копінг, Дистанціювання, Самоконтроль, Пошук соціальної підтримки, Прийняття відповідальності, Втеча-уникнення, Планування вирішення проблеми, Позитивна переоцінка.

**Результати та їх обговорення.** Оцінка надійності за внутрішньою узгодженістю шкал (“альфа” Кронбаха –  $\alpha$ ) для опитувальника “Шкали психологічного благополуччя” К. Ріфф становить  $\alpha = 0,89$  для всього опитувальника. Для шкал  $\alpha$ -Кронбаха знаходилась в межах від  $\alpha = 0,64$  до  $\alpha = 0,72$ . Оцінка надійності за внутрішньою узгодженістю шкал опитувальника WCQ була в межах від  $\alpha = 0,71$  до  $\alpha = 0,81$ .

Результати кореляційного аналізу між показниками ІОП, копінг-стратегій та ПБ свідчать про наявність статистично значущих позитивних, але слабких та помірних зв’язків між цими змінними. Всі взаємозв’язки явилися очікуваними та піддаються осмисленій інтерпретації.

Ми провели багатовимірний аналіз з використанням LISREL 9.10 для того, щоб визначити внесок параметрів ІОП та копінг-стратегій у передбачення ПБ. Результати багатовимірного регресійного аналізу в цілому підтверджують результати кореляційного аналізу. Але є й відмінність, яка полягає в тому, що до регресійних рівнянь зі статистично значущими  $\beta$ -коефіцієнтами ввійшли лише ті показники ІОП, які мали найбільші кореляції із прогнозованими показниками. Передбачувана здатність регресійних рівнянь без “поправки на затухання” є невисокою (6% – 25%), але вона суттєво зростає, коли затухання враховується (від 16% до 74%).

Ми виходили з припущення, що стратегії подолання утворюють дві групи. Перша – це копінг-стратегії орієнтовані на активну взаємодію зі стресором, а друга – орієнтовані на уникнення взаємодії зі стресором. Результати КФА підтвердили двох факторну структурну модель копінг-стратегій з наступними показниками відповідності моделі емпіричним даним:

$\chi^2/df = 0,90$ ; CFI = 1,00; RMSEA = 0,00 (90%-ий довірчий інтервал: 0,000-0,053).

Для верифікації висунутої гіпотези на основі отриманої матриці інтеркореляцій ми побудували структурну модель, яка інтегрує вісім латентних змінних. Результати структурного моделювання представлені на рис. 1. Показники узгодженості емпіричних даних і структурної моделі наступні:  $\chi^2/df = 0,067$ ; CFI = 0,984; RMSEA = 0,017 (90%-ий довірчий інтервал: 0,000-0,033).

Дві головні латентні змінні, “Інтелектуальний” та “Особистісний потенціали”, були пов’язані між собою ( $r = 0,28$ ;  $p < 0,010$ ) і визначали психологічне благополуччя.

Інтерес для нас представляють прямі та непрямі ефекти між латентними змінними. Спочатку розглянемо прямі та непрямі ефекти інтелектуального потенціалу (ІП) на залежні змінні. Так, значення прямого ефекту ІП на ПБ в стандартизованому виді дорівнює 0,21 ( $p = 0,043$ ). Це означає, що два суб’єкти, які відрізняються на одну стандартну одиницю за ІП, але рівні за оцінками копіngu “взаємодія зі стресором”, відрізняються 0,21 одиниць за ПБ. Або, іншими словами, збільшення на одну стандартну одиницю ІП, при контролі копіngu “взаємодія зі стресором”, веде до збільшення ПБ на 0,21 стандартну одиницю. Тобто, спостерігається позитивний статистично значущий вплив ІП на ПБ.

Копінг “взаємодія зі стресором” статистично значуще позитивно впливає на ПБ ( $\beta = 0,33$ ;  $p = 0,004$ ). Отже, виражена поведінка суб’єкта, яка спрямована на вирішення стрес-ситуації за допомогою планування, вироблення можливих рішень, логічного аналізу та оцінки варіантів, реалізації рішень і стійкій зосередженості на задачі позитивно впливає на ступінь успішності подолання важких життєвих ситуацій у процесі адаптації.

Виявлено статистично значущий вплив фактору ІП на усвідомлений вибір копіngu “взаємодія зі стресором” ( $\beta = 0,32$ ;  $p = 0,006$ ). Тобто, виражений рівень ІП сприяє вибору активних стратегій подолання стресової ситуації. В контексті нашого дослідження це: планування ( $\beta = 0,64$ ), конфронтація ( $\beta = 0,56$ ), соціальна підтримка ( $\beta = 0,56$ ), самоконтроль ( $\beta = 0,64$ ), позитивна переоцінка ( $\beta = 0,48$ ). Всі  $\beta$ -ваги статистично значущі при  $p < 0,001$ . Дещо несподіваним виявився значущий вплив цієї змінної на вибір копіngu “уникання стресору” ( $\beta = 0,25$ ;  $p = 0,030$ ). Ймовірно, що вибір цих стратегій подолання може призводити до короткострокової вигоди, наприклад уникання негативних емоцій, швидке зниження негативного настрою. Але латентна змінна “копінг, орієнтований на уникання стресору” не має значущого впливу на психологічне благополуччя ( $\beta = 0,01$ ;  $p = 0,930$ ), що свідчить про відсутність в довгостроковій перспективі ефекту цих стратегій подолання важких життєвих ситуацій.

В структурній моделі, найбільш цікавою є медіаторна частина моделі, або непрямий ефект. Одна з причин інтересу до тестування опосередкування пов’язана зі спробою зрозуміти механізм, за допомогою якого вихідна змінна впливає на наслідок.

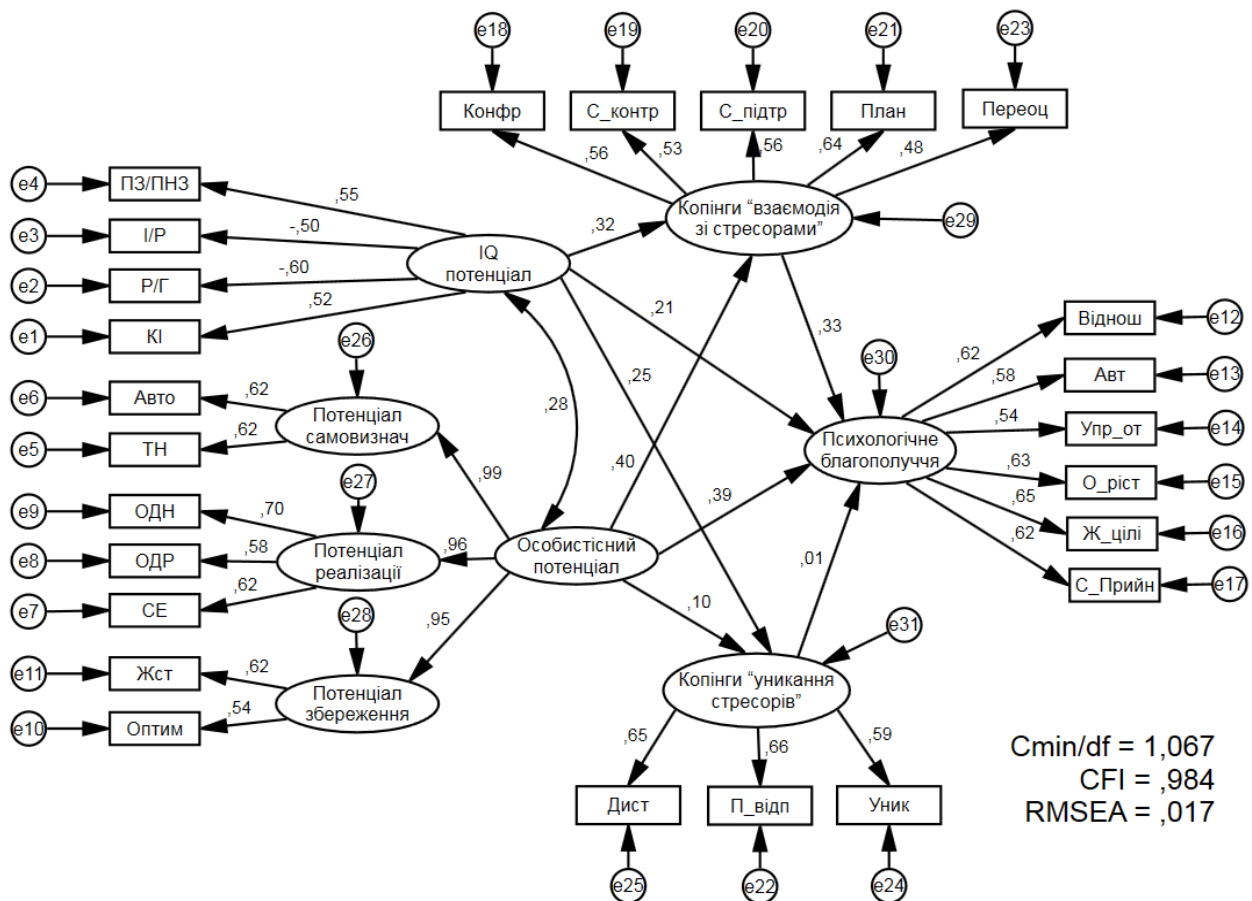


Рис. 1. Модель взаємодії інтелектуально-особистісного потенціалу, копінг-стратегій та психологічного благополуччя

В нашій структурній моделі непрямий ефект відображає відношення між незалежною латентною змінною – “інтелектуальний потенціал” і залежною латентною змінною – “психологічне благополуччя”, що опосередковане однією латентною змінною – “копінг, орієнтований на взаємодію зі стресором”. Непрямий ефект в нестандартизованому вигляді дорівнює 0,13. Оцінка статистичної значущості ефекту за тестом Соубела дорівнює  $t_{sob} = 1,99$  ( $p = 0,047$ ). Отже, в нашому випадку мова йде про присутність часткового опосередкування, тому що прямий ефект при цьому не стає нульовим.

Опосередкований ефект ІП на ПБ дорівнює 0,02 і є незначущим, що вказує на відсутність статистично значущого впливу на психологічне благополуччя латентної змінної “інтелектуальний потенціал” через опосередкування копінгом “уникання стресору”.

Отже, механізм впливу ІП на ПБ полягає в тому, що суб’єкт на основі сприйняття, оцінки і розуміння ситуації, обирає копінг-стратегії спрямовані на активні спроби вирішити проблему, що дозволяє йому успішно адаптуватися до стресору. Успішність подолання життєвих ситуацій у процесі адаптації відображається у свідомості як психологічне благополуччя.

Прямі ефекти для іншої ключової латентної змінної – “особистісний потенціал” (ОП) виявилися наступними. Рівень вираженості ОП чинить позитивний статистично значущий вплив на ПБ ( $\beta = 0,39$ ;  $p = 0,001$ ), впливає на вибір копінг “взаємодія зі стресором” ( $\beta = 0,40$ ;  $p = 0,001$ ) і не впливає на вибір копінг “уникання стресору”. Інтерпретувати вплив ОП на ПБ слід наступним чином: збільшення на одну стандарт-

ну одиницю величини ОП, при контролі копінг “взаємодія зі стресором”, приведе до збільшення ПБ на 0,39 стандартних одиниць. Відповідно, збільшення на одну стандартну одиницю величини ОП вестиме до зростання на 0,40 стандартних одиниць частоти вибору копінг “взаємодія зі стресором”. Тобто, чим вище значення у суб’єкта діяльності латентної змінної “особистісний потенціал”, тим більше психологічно благополучним він себе відчуває, частіше обирає активні стратегії подолання стрес-ситуації.

Опосередкований копінг “взаємодія зі стресором” вплив особистісного потенціалу на психологічне благополуччя є статистично значущим ( $t_{sob} = 2,24$ ;  $p = 0,025$ ) і дорівнює 0,165 і, навпаки, опосередкування копінг “уникання стресору” є статистично не значущим ( $t_{sob} = 0,09$ ;  $p = 0,921$ ) і дорівнює 0,001.

В цілому латентні змінні-предиктори, “інтелектуальний потенціал” та “особистісний потенціал” прогнозують, відповідно 34% і 55,5% варіативності залежних латентних змінних – “копінг, орієнтований на взаємодію зі стресором” і “психологічне благополуччя”.

**Висновки.** У емпіричному дослідженні вдалося встановити відокремлений вплив компонентів ІОП та стратегій подолання стресу на окремі показники ПБ, а також вплив компонентів ІОП на вибір стратегій подолання стресу. На рівні окремих змінних ці впливи виражаються у наступному.

Більш високий рівень психометричного інтелекту та полenezалежність супроводжуються підвищенням рівня ПБ.

Найбільш тісні зв'язки виявилися між показниками особистісного потенціалу та шкалами ПБ, які вимірюють екзистенційні аспекти благополуччя – самоприйняття, життєві цілі та особистісне зростання.

Копінг-стратегії, дистанціювання, втеча-уникання та прийняття відповідальності, не мають статистично значущого впливу на ПБ суб'єкта навчальної діяльності.

Більш високий рівень розвитку психометричного інтелекту суттєво знижує частоту звертання до стратегії втеча-уникання, але сприяє більш частішому використанню позитивної переоцінки та пошуку соціальної підтримки; виражена полнезалежність впливає на більш частий вибір стратегії самоконтроль, а гнучкість пізнавального контролю – пошуку соціальної підтримки.

Високий рівень вираженості змінних, що складають особистісний потенціал, більш сильно сприяє вибору таких копінг-стратегій, як самоконтроль, конфронтаційний копінг, пошук соціальної підтримки, планування вирішення проблеми та позитивна переоцінка і меншій готовності вдаватися до стратегій: дистанціювання, втеча-уникання, прийняття відповідальності.

Змінними-предикторами ІОП в регресійних рівняннях пояснюється від 11% до 25% дисперсії критеріаль-

них змінних – показників ПБ, але від 36% до 74% коли в коефіцієнти кореляції вносилася “поправка на затухання”. Копінг-стратегії пояснюють від 10% до 18% варіативності залежних змінних – показників ПБ і від 33% до 72% з корекцією на надійність вимірювання змінних як предикторних, так і наслідкових. Змінні ІОП передбачають вибір копінг-стратегій від 6% (16% без “затухання”) до 11% (41% без “затухання”).

Виділено дві латентні змінні стратегій подолання стресу. Перша змінна – це “Копінг, орієнтований на взаємодію зі стресором”, утворена стратегіями: пошук соціальної підтримки, конфронтаційний копінг, планування вирішення проблеми, самоконтроль, позитивна переоцінка. Друга латентна змінна – “Копінг, орієнтований на уникання стресору”, до якої ввійшли стратегії: дистанціювання, втеча-уникання та прийняття відповідальності. Фактори корелюють один з одним.

Встановлено як прямий ефект впливу латентних змінних, “Інтелектуального” та “Особистісного потенціалу”, на критеріальну латентну змінну “Психологічне благополуччя”, так і опосередкований “Копінгом, орієнтованим на взаємодію зі стресором”, механізм пояснення латентної змінної “Психологічного благополуччя”.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Корнилова Т.В. Интеллектуально-личностный потенциал человека в стратегиях совладания // Вестник Московского ун-та. Сер. 14. Психология. – 2010. – № 1. – С.46-57.
2. Олефір В.О. Интеллектуально-особистісний потенціал: структура та діагностика // Вісник ХНПУ. Психологія. Том 2. – Вип. 44. – Харків: ХНПУ, 2012. – С. 150-160.
3. Хазова С.А. Роль когнитивных факторов в совладании с жизненными трудностями // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А.Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. – С. 274-289.
4. Холодная М. А., Алексапольский А.А. Интеллектуальные способности и стратегии совладания // Психологический журнал. – 2010. – Том 31. – № 4. – С. 59-68.
5. Carver C.S., Scheier M.F., Weintraub J.K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 56(2). – P. 267-283.
6. Connor-Smith J.K., Flachsbart C. Relations between personality and coping: a meta-analysis // Journal of Personality and Social Psychology. – 2007. – № 93. – P.1080-1107.
7. Clarke A.T. Coping with interpersonal stress and psychosocial health among children and adolescents: a meta-analysis // Journal of Youth Adolescence. – 2006. – Vol. 35(1). – P. 10-23.
8. DeNeve K. M., & Cooper, H. The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and well-being // Psychological Bulletin. – 1998. – Vol. 124. – P. 197-229.
9. Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. – 1984. – Vol. 95. – № 3. – P. 542-575.
10. Keyes C. L.M. The mental health continuum: From languishing to flourishing in life // Journal of Health and Social Behavior, 2002. – Vol. 43. – P. 207-222.
11. Keyes C.L.M., Shmotkin D., Ryff C.D. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions // Journal of Personality and Social Psychology. – 2002. – Vol. 82. – P. 1007-1022.
12. King L.A., Hicks J.A. Whatever happened to “what might have been”? Regrets, happiness, and maturity // American Psychologist. – 2007. – Vol. 62(3). – 625-636.
13. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. – New York: Springer Publishing Company, 1984. – 445 p.
14. Lyubomirsky S., King L., Diener E. The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success // Psychological Bulletin. – 2005. – Vol.131(6). – P. 803-855.
15. MacCrae R. Personality, coping and coping effectiveness in an adult sample / R. MacCrae, P. Costa // Journal of Personality. – 1986. – Vol. 54 (2). – P. 385-405.
16. McNatt B. D., Judge T. A. Self-Efficacy Intervention, Job Attitudes and Turnover: a Field Experiment with Employees in Role Transition // Human Relationship. – 2008. – Vol. 61. – P. 783-810.
17. Moos R.H. , Holahan C.J. Dispositional and Contextual Perspectives on Coping: Toward an Integrative Framework // Journal of Clinical Psychology. – 2003. – Vol. 59. – P. 1387-1403.
18. Nave S.C., Ryne S.A., David C. Beyond self-report in the study of hedonic and eudaimonic well-being: Correlations with acquaintance reports, clinician judgments and directly observed social behavior // Journal of Research in Personality. – 2008. – № 42. – P. 643-659.
19. Nes L.S., Segestroom S.C. Dispositional optimism and coping: a meta-analytic review // Personality and Social Psychology Review. – 2006. – Vol. 10. – P. 235-251.
20. Nicholls A.R., Polman R.C., Levy E.B. The Mediating Role of Coping: a Cross-Sectional Analysis of the Relationship between Coping Self-Efficacy and Coping Effectiveness among Athletes // International Journal of Stress Management. – 2010. – Vol. 17. – № 3. – P. 181-192.
22. Penley J.A., Tomaka J., Wiebe J.S. The association of coping to physical and psychological health outcomes: a meta-analytic review // Journal of Behavioral Medicine. – 2002. – Vol. 25. – № 6. – P. 551-603.
23. Ryan R.M., Deci E.L. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being // Annual Review of Psychology. – 2001. – Vol. 52. – P. 141-166.
24. Ryff C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 57. – P. 1069-1081.
25. Steel P., Schmidt J., & Shultz J. Refining the Relationship Between Personality and Subjective Well-Being // Psychological Bulletin. – 2008. – Vol. 134. – № 1. – P. 138-161.

26. Schmutte P.S., Ryff C.D. Personality and well-being: Reexamining methods and meanings // Journal of Personality and Social Psychology. – 1997. – Vol. 73(3). – P. 549-559.
27. Schwarzer R., Boehmer S., Luszczynska A., Mohamed N. E., Knoll N. Dispositional self-efficacy as a personal resource factor in coping after surgery // Personality and Individual Differences. – 2005. – Vol. 39. – P. 807-818.
28. Waterman A.S. Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment // Journal of Personality and Social Psychology. – 1993. – 64, P. 678–691.
29. Zuckerman M., & Gagné M. The COPE revised: Proposing a 5-factor model of coping strategies // Journal of Research in Personality. – 2003. – Vol. 37. – № 3. – P. 169-204.

#### REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

1. Kornilova T.V. Intellectual and personal potential human coping strategies // Bulletin of Moscow University. Ser. 14. Psychology. - 2010. - № 1. - P. 46-57.
2. Olefir V.O. Intellectual and personal potential, structure and diagnostics // Bulletin HNPU. Psychology. Volume 2 - Issue. 44. - Kharkov: HNPU., 2012. – P. 150-160.
3. Khazova S.A. The role of cognitive factors in coping with life's difficulties // Coping behavior: Current status and prospects / ed . A.L. Zhuravlev , T.L. Kryukova, Ye.A. Sergiyenko. – M.: Publishing House "Institute of psychology RAS", 2008. – P. 274-289.
4. Kholodnaya M.A., Aleksapol'skiy A.A. Intellectual abilities and coping strategies // Psychological Journal. – 2010. – Vol. 31. – № 4. – P. 59-68.

#### **Olefir V.A. Intellectual and personal preconditions of self-selection of coping strategies**

**Abstract.** The article presents the results of studies of the effect of two latent variables: 1) the intellectual potential and 2) personal potential, functioning as a regulatory system, and predicting successful adaptation to the impacts of the individual outside world, and realize how psychological well-being. Identified mediation effect of coping strategies on a criterion variable “Psychological well-being”.

**Keywords:** *intellectual and personal potential, coping strategies, psychological well-being*

#### **Олефир В.А. Интеллектуальные и личностные предпосылки саморегуляции выбора копинг-стратегий**

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования влияния двух латентных переменных: 1) интеллектуального потенциала и 2) личностного потенциала, функционирующих как регулятивная система, и предсказывающих успешность адаптации личности к воздействиям внешнего мира, осознаваемого как психологическое благополучие. Выявлен медиаторный эффект копинг-стратегий на критериальную переменную “Психологическое благополучие”.

**Ключевые слова:** *интеллектуально-личностный потенциал, копинг-стратегии, психологическое благополучие*