

УДК 159.9.072

**Битюцкая Е. В., Корнеев А. А.**

Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова  
125009, г. Москва, ул. Моховая, д. 11, стр. 9, Российская Федерация

## ДИАГНОСТИКА ВОСПРИЯТИЯ ЖИЗНЕННЫХ ТРУДНОСТЕЙ: СИТУАЦИОННЫЙ ОПРОСНИК «ТИПЫ ОРИЕНТАЦИЙ В ТРУДНОЙ СИТУАЦИИ»

### АННОТАЦИЯ

**Цель.** Анализ психометрических показателей ситуационной версии опросника «Типы ориентаций в трудной ситуации» (ТОРС).

**Процедура и методы.** Для оценки факторной структуры использовался конфирматорный факторный анализ. Для проверки показателей шкал применялись описательная статистика, коэффициент альфа Кронбаха, корреляционный анализ, тест Шапиро-Уилкса. Различия между мужчинами и женщинами определялись по t-критерию.

**Результаты.** Структурная модель ТОРС оценена на материале жизненных трудностей разного содержания и хорошо соответствует эмпирическим данным ( $n = 687$ ). Опросник продемонстрировал хорошие психометрические свойства. Полученный конструкт дифференцирует измерение «приближение к трудности – уход от неё» за счёт введения ориентаций, описывающих восприятие ситуации как комплекс когнитивных, эмоциональных, мотивационных компонентов (уровень цели, прогнозы, эмоции, направленность усилий и др.).

**Теоретическая и практическая значимость.** Опросник ТОРС, позволяющий выявлять значимые особенности восприятия разных типов жизненных трудностей, востребован в исследованиях динамических аспектов копинга.

### КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

трудная жизненная ситуация, копинг (совладание), восприятие ситуации, типы ориентаций в трудных ситуациях, образ мира, цель, ситуационный опросник

### БЛАГОДАРНОСТИ

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 20-013-00838 «Когнитивные, эмоциональные, поведенческие составляющие образа трудной жизненной ситуации».

### СТРУКТУРА

[Теоретическое введение и постановка проблемы](#)

[Модель типов ориентаций в трудных ситуациях](#)

[Две версии опросника для изучения типов ориентаций в трудных ситуациях](#)

[Методика](#)

[Процедура сбора данных и материал исследования](#)

[Обсуждение](#)

[Выводы](#)

**Bityutskaya E. V., Korneev A. A.**

*Lomonosov Moscow State University*

*11 str. 9 Mokhovaya ul., Moscow 125009, Russian Federation*

## DIAGNOSTICS OF PERCEPTION OF LIFE EVENTS: THE SITUATIONAL VERSION OF THE QUESTIONNAIRE “TYPES OF ORIENTATIONS IN DIFFICULT SITUATION”

### ABSTRACT

**Aim.** The purpose of the study is to analyze psychometric features of the situational version of the questionnaire “Types of Orientations in Difficult Situation”.

**Methodology.** Confirmatory factor analysis was used to assess the factor structure. The consistency of the scales was estimated using the Cronbach's alpha coefficient; correlations of the scales were estimated by Pearson's coefficient. Descriptive statistics, Shapiro-Wilks test of normality were used for analysis of the data distribution; differences between men and women were assessed by the t-test.

**Results.** The questionnaire structural model was evaluated in studying different difficult situations of 687 adults. This model fits well with empirical data. The questionnaire has good psychometric properties. The obtained construct differentiates two poles of the coping dimension “approach–avoidance” by introducing orientations that describe the perception of the situation as a complex of cognitive, emotional, motivational components (goal level, forecasting, emotions, focus of efforts, etc.).

**Research implications.** This questionnaire allows to identify significant characteristics of perception of different types of difficult life situations and can be used in studying the dynamic aspects of coping.

### KEYWORDS

difficult life situation, coping, perception of the situation, types of orientation in difficult situations, image of the world, goal, situational questionnaire

### ACKNOWLEDGMENTS

The reported study was funded by RFBR, project number 20-013-00838 “Cognitive, emotional, behavioral components of the image of a difficult life situation”

### ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ВВЕДЕНИЕ И ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ

В современных работах различные аспекты восприятия трудных жизненных ситуаций (ТЖС) рассматриваются в основном в контексте детерминант копинга. При этом одна из наиболее значимых тенденций связана с пониманием ситуационных детерминант как внешних (объективных) параметров. Эта линия исследований восходит к авторитетной теории стресса

и копинга Р. Лазаруса и С. Фолкман. В данной парадигме ситуация и её характеристики рассматриваются как стрессор / стрессовое жизненное событие / «свойства стимулов», определяемые человеком (посредством когнитивного оценивания) как угроза, потеря или вызов [29; 37].

Другой, более поздний подход, который изначально оттолкнулся от теории Р. Лазаруса и С. Фолкман, связан с изучением смысловых аспектов копинга [28; 33]. Так, в рамках «модели создания смысла» К. Парк и С. Фолкман описано взаимодействие между глобальным смыслом (global meaning), включающим глобальные убеждения, цели, чувство осмысленности жизни, и ситуационным смыслом (situational meaning). К нему относятся: значения, присвоенные событиям; дистресс, возникающий при расхождении между глобальным и оцениваемым значением; копинг-процесс (вос)создания смысла [33].

Третье направление, которое описывает воспринимаемые параметры стрессовых событий, связано с ментальными репрезентациями, определяющими копинг-стратегии. В этом контексте, например, изучаются: ментальные ресурсы человека [24]; воспринимаемый контроль [37]; субъективные представления о причинах и следствиях ситуации [39].

В целом для первого подхода характерно представление ситуации как воспринимаемого контекста, в рамках второго и третьего направлений рассматриваются отдельные параметры восприятия стрессовых событий. На наш взгляд, возможность более целостного понимания феномена восприятия ситуации как взаимодействия человека с миром связана с категорией «ТЖС».

Отметим, что в российской психологии, начиная с первых работ о совладании [1; 17], утвердилось понятие «ТЖС», которое не имеет полных аналогов в зарубежных публикациях и отличается от близких к нему понятий, используемых в англоязычной литературе: «негативное жизненное событие», «стрессовое жизненное событие» (negative life event; stressful life event) (см. обзор: [4]). Важный акцент при этом делается не на стрессогенности события, связанных с ним негативных эмоциях, а на трудности, следовательно, тех усилиях, которые направлены на контакт с ситуацией или уход от неё. Дихотомия приближение – уход (approach – avoidance) традиционно используется в психологии для классификации способов совладания [31; 35; 36]. В данном контексте видится интересным применить её к направленности сознания.

Кроме того, категория «ТЖС» позволяет реализовать исследования жизненных трудностей в опоре на ситуационный подход и понятие воспринимаемой ситуации [11; 12; 14; 18]. Такое определение опирается на методологические основания теории поля К. Левина, на понятие переживания Л. С. Выготского, что предполагает соединение объективного и

субъективного в восприятии жизненной среды [11]. Исходя из этого, ТЖС – это не субъект и внешние обстоятельства жизни, взятые по отдельности, а «человек, находящийся внутри ситуации и оценивающий, интерпретирующий, понимающий ее как трудную для себя» [13, с. 207]. При этом возникает вопрос: каковы элементы (структура), позволяющие операционализировать образ ТЖС?

Другой важный в контексте эмпирических исследований вопрос – это психологический инструментарий, используемый для изучения особенностей восприятия жизненных трудностей. Ранее мы выделили следующие используемые в психологии способы [7]. Для диагностики разных компонент репрезентации ТЖС применяются качественные методы [10; 24], отдельные шкалы в структуре опросников копинг-стратегий (например, проактивное и рефлексивное совладание [38], смысловой копинг [40]). В некоторых случаях авторы модифицируют факторную структуру имеющихся опросников совладающего поведения, чтобы показать специфику ментальной репрезентации, в частности субъективного контроля [23; 25]. К методикам диагностики представлений о ТЖС можно также отнести «метод виньеток», который предполагает анализ «гипотетической» стрессовой ситуации, вследствие чего имеет низкую экологическую валидность, и скорее приспособлен для изучения репертуара известных испытуемыми способов совладания со стрессом [27]. В целом специально разработанные стандартизированные опросники для изучения восприятия ТЖС редки, предназначены главным образом для диагностики когнитивного оценивания [2; 34], решения жизненных проблем [12], чаще всего охватывают отдельные аспекты репрезентации ТЖС.

Обозначенные в этом кратком обзоре проблемы формулируются следующим образом: 1) необходимость психологической модели, позволяющей операционализировать воспринимаемую ТЖС; 2) недостаток стандартизированных опросников для эмпирических исследований образа ТЖС. В данной статье предлагается вариант решения обозначенных проблем: в теоретическом аспекте – концептуальная модель типов ориентаций в трудных ситуациях; в методическом ключе – результаты апробации опросника.

### МОДЕЛЬ ТИПОВ ОРИЕНТАЦИЙ В ТРУДНЫХ СИТУАЦИЯХ

Теоретические основания этой модели были подробно рассмотрены ранее [5]. К ним относятся:

1. Понимание ситуации как пространства возможностей, возможных событий, а также значимая для такого подхода идея взаимодействия личности и ситуации: вероятное становится возможным, актуальным в процессе активности субъекта и его выборов [16; 19; 22].

2. Концепция образа мира А. Н. Леонтьева, которая предполагает описание динамической природы восприятия [15; 21]. К стабильной же части образа мира можно отнести убеждения, ожидания, усвоенные по мере накопления жизненного опыта модели и сценарии ситуаций, на которые опирается человек при взаимодействии с ситуацией [5].

3. Учёт объективной и субъективной трудности при определении ТЖС [9]: важны не только высокие требования среды, но и оценка субъектом своих возможностей и условий, а также его готовность (или неготовность) вплотную ресурсы в усилия.

4. Для определения ориентации в трудной ситуации используется идея комплекса взаимосвязанных когнитивных, мотивационных и эмоциональных компонентов, которая реализована, например, в когнитивной теории эмоций М. Арнолд [26].

Под типами ориентаций мы понимаем направленность сознания человека на контакт с трудной ситуацией (фокусирование на ней, обдумывание способов решения и т. д.) или на уход от трудности (избегание, бездействие, игнорирование). Типы ориентаций проявляются в ситуациях необходимости достижения значимой трудной цели. Каждый тип содержит набор ориентаций, сочетание которых позволяет описать восприятие человеком трудной ситуации, отношение к ней. К первому типу *Ориентации на сближение с трудностью* относятся драйв, тщательность, ориентации на возможности и на сигналы угрозы. Во второй тип *Ориентации на уход от трудности* входят избегание, бездействие, беспечность [5]. Ориентация на препятствия изначально была отнесена к первому типу; но при исследовании предпочитаемых (а не ситуационных) ориентаций были выявлены корреляции этой шкалы с показателями ориентаций и первого, и второго типов. Вероятно, это объясняется оценкой преодолемости препятствий. Поиск препятствий и расчёт сил на борьбу с ними может сочетаться с достижением цели, фокусированием внимания на трудности. Но при высокой выраженности этой ориентации и оценке препятствий как непреодолимых с большой вероятностью можно ожидать избегание трудности [6].

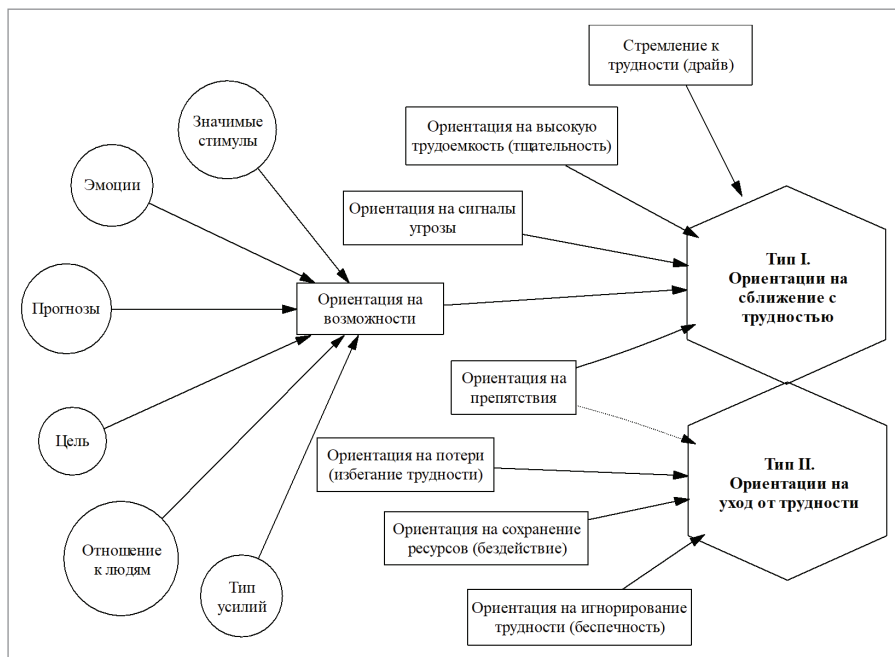
В свою очередь, каждая ориентация состоит из компонентов, содержание которых определяет её специфику. Эти структурные элементы отображены на рис. 1 (на примере ориентации на возможности), на нём же показано, какие ориентации относятся к первому и второму типам. Полное описание модели представлено в отдельной публикации [5]. Содержание ориентаций и структурных элементов, необходимое для анализа в контексте настоящей работы, дано в таблице 1.

Таблица 1 / Table 1  
 Концептуальная модель типов ориентаций (фрагмент модели) /  
 Conceptual model of orientation types (fragment of the model)

Тип 1. Ориентации на сближение, взаимодействие с трудностью				
Ориентации	Эмоциональные переживания в ситуации	Прогнозы	Цель	Усилия в соотношении с целью и требованиями ситуации
1. Стремление к трудностям (драйв)	Позитивные эмоции (интерес, любопытство, воодушевление), мотивирующие на активность	Привлекательный образ будущих трудностей: они сулят приключения, активность, интерес, победу, успех	Основная цель, заданная требованиями ситуации, «сдвигается» на самопознание, самосовершенствование	Усилия, избыточные по отношению к первоначальной цели
2. Ориентация на высокую трудоемкость (тщательность)	Увлеченность процессом реализации задачи	Антиципируются высокие результаты, которых необходимо достичь	Цели, связанные с достижением наилучшего результата	Максимальные затраты усилий; высокая настойчивость при достижении цели
3. Ориентация на сигналы угрозы	Мобилизующая напряженность	Преувеличивается трудность ситуации в будущем	Цель – предупредить развитие трудной ситуации, ее разрастание в проблему; либо заблаговременно решить задачу	Максимальные усилия, направленные на мониторинг ситуации, с тем, чтобы минимизировать затраты на преодоление последствий
4. Ориентация на возможности	Радость, удовольствие, триумф при достижении цели <sup>1</sup>	Предвосхищение позитивных вариантов развития ситуации сочетается с планированием путей достижения результата	Выбор оптимальных по трудности, соответствующих требованиям ситуации целей	Целенаправленность действий, анализ условий для достижения результата. Направленность на оптимальные затраты усилий (без перерасхода или снижения)
5. Ориентация на препятствия	Беспокойство, достаточно ли ресурсов на то, чтобы справиться с задачей	Ожидание опасности и противостояния других людей	Цель трудной ситуации смещается на отслеживание препятствий	Усилия направлены на поиск помех, препятствий и на борьбу с ними
Тип 2. Ориентации на уход, отдаление от трудности				
6. Ориентация на потери (избегание трудностей)	Высокий уровень тревоги в трудной ситуации	Прогнозируются отрицательные исходы ситуации	Цель смещается с решения трудной задачи на устранение тревоги, предотвращение потерь ресурсов	Усилия направлены на уход от цели
7. Ориентация на сохранение ресурсов (бездействие)	Стремление к экономии сил и комфортному ослабленному состоянию.	В силу дистанцирования от проблемы прогнозы не строятся	Отказ от цели, если требуется высокое напряжение усилий. Либо перевод цели из трудной в лёгкую.	Минимизация усилий: 1) через выбор легких целей; 2) некачественное выполнение работы; 3) перекладывание задачи на других людей
8. Ориентация на игнорирование трудности (беспечность)	Отсутствие эмоциональных сигналов о наличии трудности как показатель незначимости проблемы	Прогнозирование развития трудной ситуации отсутствует либо заменяется надеждой на разрешение ситуации. Решение трудной задачи постоянно откладывается на будущее	Цель трудной ситуации отсутствует, потому что сама трудность игнорируется	Усилия направляются на другие виды деятельности

Источник: [5].

<sup>1</sup> Соответствующее данному критерию утверждение не вводилось в ситуационную версию методики, потому что критерий описывает эмоции при достижении цели. Методика же предполагает анализ происходящей (т. е. незавершённой) ситуации, на этапе, когда задача ещё не решена.



**Рис. 1 / Fig. 1.** Структура типов и ориентаций в трудных ситуациях. Составлено Е. В. Битуюцкой / The structure of types and orientations in difficult situations. Compiled by E. V. Bituytskaya

## ДВЕ ВЕРСИИ ОПРОСНИКА ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ТИПОВ ОРИЕНТАЦИЙ В ТРУДНЫХ СИТУАЦИЯХ

В соответствии с предложенной концептуальной моделью было разработано два опросника, предназначенных для разных целей [5]. Методики разрабатывались для ситуаций, предполагающих достижение значимой трудной цели, которые можно обозначить как «трудная жизненная задача».

1. «Типы ориентаций в трудных ситуациях» ТОРС состоит из 72 пунктов, объединённых в 38 пар и оцениваемых по шкале Ликерта. С помощью данного опросника можно определить предпочитаемые ориентации испытуемого, что соотносится со стабильной составляющей образа мира.

2. Представленная в настоящей статье ситуационная версия ТОРС<sup>2</sup> включает 65 пунктов и предназначена для диагностики восприятия актуально происходящей в жизни респондента трудной ситуации, которую он описывает. С помощью ТОРС можно изучать также изменения в восприятии ситуации (при повторном использовании: тест-ретест), т. е. данная версия разработана для исследования динамических аспектов восприятия трудных ситуаций и совладания с ними.

<sup>2</sup> Аббревиатура расшифровывается следующим образом: Опросник ТОРС – Типы Ориентаций, Ситуационный.

Несмотря на то, что многие утверждения двух методик совпадают по смыслу, формулировки вопросов отличаются. При этом в основе обеих методик и структуры их шкал лежат единая концептуальная модель типов ориентаций и общие теоретические представления о воспринимаемой ТЖС.

Ранее были опубликованы данные о психометрической проверке опросника ТОРС, подтверждающие его надёжность и валидность [6; 7]. *Задачами настоящей работы* являются: 1) проверка соответствия структурной модели ТОРС эмпирическим данным; 2) оценка согласованности шкал ТОРС и их психометрических показателей. В более общем плане мы отвечаем на *исследовательский вопрос*: воспроизводится ли концептуальная модель типов ориентаций на ситуационном материале?

## МЕТОДИКА

**Участниками исследования** стали 687 респондентов, из них 266 мужчин (в возрасте 19 – 50 лет,  $M = 21.5$ ,  $SD = 5.1$  лет) и 421 женщина (19 – 52 лет,  $M = 25.7$ ;  $SD = 6.9$  лет) – студенты московских вузов, а также работающие специалисты с высшим и средним специальным образованием, жители Москвы и Московской области.

## ПРОЦЕДУРА СБОРА ДАННЫХ И МАТЕРИАЛ ИССЛЕДОВАНИЯ

Испытуемые были проинформированы о добровольном участии в исследовании, отвечали на вопросы методики индивидуально, получив бумажный или электронный бланк. Респонденты вначале описывали, как воспринимают и преодолевают свою актуальную ТЖС, по вопросам Методики структурированного описания ситуации, предполагающей ответы на открытые вопросы. Затем испытуемые анализировали эту ТЖС, заполняя ТОРС. В *инструкции* респонденту предлагалось: описать свою жизненную ситуацию, которая является трудной задачей, требующей решения в данный период времени; далее – соотнести с этой ситуацией представленные в бланке утверждения и оценить их по шкале от 0 до 3 баллов (0 – «совершенно неверно»; 1 – «скорее, неверно»; 2 – «скорее, верно»; 3 – «совершенно верно»). Каждому респонденту предоставлялась обратная связь по опросникам, содержащая индивидуальный профиль реагирования на ТЖС.

По итогам опроса мы получили описания ситуаций разных жизненных сфер: профессиональные и учебные трудности (реализация крупного проекта, поиск работы; сложный экзамен, написание и защита дипломной работы / диссертации, совмещение работы и учебы); материальные трудности (решение квартирного вопроса, увеличение доходов); внутриличностные задачи (самоопределение, жизненный выбор, дилемма и др.); ситуации межличностных отношений; проблемы здоровья.



## Процедура обработки данных

Оценка факторной структуры опросника проводилась с помощью конфирматорного факторного анализа. Так как в опроснике используется шкала Ликерта с четырьмя категориями ответа (от 0 до 3), мы применяли устойчивый к ненормальности распределения и предназначенный для оценки порядковых переменных метод взвешенных наименьших квадратов с поправками среднего и дисперсии (WLSMV) [32]. Оценка качества моделей осуществлялась с помощью квадратичной усреднённой ошибки аппроксимации (RMSEA) и критерия согласия модели (CFI), которые считаются основными параметрами оценки соответствия модели имеющимся данным. При этом модель считается хорошей при значениях RMSEA ниже 0,08, а CFI – больше 0,9. Для определения связей шкал применялся корреляционный анализ (коэффициент Пирсона). Для проверки показателей шкал использовались описательная статистика, тест Шапиро-Уилкса, коэффициент альфа Кронбаха. Различия между мужчинами и женщинами оценивались по t-критерию. Величина статистического эффекта при сравнении двух групп определялась с помощью коэффициента d Коэна (использовались границы: от 0,2 – слабый эффект, от 0,5 – средний, 0,8 и выше – сильный эффект).

## Результаты

Первым шагом проверки факторной структуры опросника было создание конфирматорной модели, в которой пункты были отнесены к шкалам в соответствии с ключами опросника<sup>3</sup> и допускались корреляции между факторами (шкалами). Показатели качества этой модели оказались неплохими, но недостаточно высокими: RMSEA = 0,054, CFI = 0,872,  $\chi^2(1194) = 3619,343$ .

Так как некоторые вопросы, помимо объединяющего их фактора, могут иметь дополнительную взаимосвязь за счёт схожих смыслов, на втором шаге мы добавили корреляции ошибок отдельных пунктов для 23 пар пунктов: 23–21; 25–23; 34–22; 35–2; 36–17; 36–35; 37–21; 44–34; 45–44; 46–19; 46–38; 49–31; 49–48; 51–31; 51–44; 54–42; 54–7; 58–2; 58–44; 58–56; 60–30; 60–54; 62–43. После этого оценки качества модели улучшились и стали соответствовать общепринятым критериям хорошей модели: RMSEA = 0,049, CFI = 0,900,  $\chi^2(1171) = 3068,835$ .

Факторные нагрузки пунктов, а также показатели надёжности – согласованности шкал представлены в таблице 2.

<sup>3</sup> Ключи опросника, т. е. соответствие пунктов шкалам, разрабатывались на основе концептуальной модели типов ориентаций в трудных ситуациях, а также предварительно выполненных процедур: проверки описательной статистики отдельных пунктов; оценки согласованности шкал с помощью процедуры «альфа Кронбаха шкалы после удаления пункта» и корреляционно-го анализа пунктов.

Таблица 2 / Table 2

Стандартизированные факторные нагрузки пунктов в конфирматорной модели, показатели согласованности шкал / Standardized factor loadings of items in the confirmatory model, indicators of scales consistency

№	Шкалы и пункты	Факторные нагрузки
Драйв (10 пунктов) $\alpha = .858$		
3	Приступая к решению этой задачи, я испытываю интерес, любопытство или воодушевление	.781
21	Преодоление этой трудности связано для меня с возможностью зарядиться позитивными эмоциями и энергией	.546
23	Я верю в то, что это событие принесёт мне новые возможности	.650
25	Преодоление этой трудности помогает мне узнать, на что я способен	.613
37	Преодолевая эту трудность, я ощущаю прилив сил	.735
38	Я предвосхищаю успех и чувство удовлетворенности от завершения этой ситуации	.679
43	Не будь подобных трудностей, мне было бы скучно	.589
51	Я уверен, что в этих условиях я справлюсь с задачей любой сложности	.624
54	Я принимаю вызов и активно включаюсь в преодоление трудности	.715
65	Выбирая один из вариантов развития ситуации, знаю, что я на верном пути	.664
Тщательность (5 пунктов) $\alpha = .680$		
16	Я стремлюсь к качественному выполнению этой задачи, требующему очень высоких затрат усилий	.680
30	Я много времени уделяю поиску возможностей и средств для решения задачи	.567
60	Для того чтобы решить эту задачу, я выкладываюсь на полную мощность	.630
62	Погружаясь в решение этой задачи, я увлекаюсь процессом ее выполнения	.489
64	Я продолжу попытки достижения цели даже при усилении трудности этой ситуации	.591
Ориентация на сигналы угрозы (5 пунктов) $\alpha = .650$		
2	Я отслеживаю малейшие сигналы, указывающие на угрозу	.534
9	Для меня важно не допустить усиления трудности, перерастания ситуации в проблему	.519
17	Я пытаюсь просчитать действия других участников ситуации, чтобы сделать условия более предсказуемыми	.581
40	Я анализирую, как изменить условия, чтобы они способствовали достижению цели	.361
59	Я ощущаю ограничение во времени и необходимость срочно что-то предпринять для преодоления трудности	.670
Ориентация на возможности (7 пунктов) $\alpha = .70$		
1	В этой ситуации я фокусируюсь на том, как оптимально распределить силы для достижения результата	.580
8	Я настроен на взаимодействие с каждым участником этой ситуации, даже если кто-то мне неприятен	.407
26	Я уверен, что окружение меня поддержит и даст необходимый ресурс	.427

Продолжение таблицы 2 на следующей странице

№	Шкалы и пункты	Факторные нагрузки
40	Я анализирую, как изменить условия, чтобы они способствовали достижению цели	.398
46	Я продумываю позитивные варианты разрешения этой ситуации и пути их реализации	.649
48	Я настроен на получение результата в назначенные сроки	.549
61	Думая о развитии этой ситуации, я ставлю цель и планирую ее достижение	.762
Ориентация на препятствия (5 пунктов) $\alpha = .567$		
22	Я беспокоюсь о том, хватит ли моих ресурсов и сил на преодоление этой ситуации	.407
28	Наибольшее значение в этой ситуации я придаю выявлению помех и препятствий	.394
35	Я стараюсь быть начеку, чтобы предотвратить потенциальную опасность	.525
36	Я думаю о том, как противостоять возможным действиям нерасположенных ко мне людей	.313
49	Мне важно рассчитать свои силы на борьбу с препятствием	.632
Избегание (9 пунктов) $\alpha = .804$		
18	Я пытаюсь избежать этой проблемы	.579
19	Прогнозируя дальнейшее развитие событий, я в основном представляю негативные исходы	.650
22	Я беспокоюсь о том, хватит ли моих ресурсов и сил на преодоление этой ситуации	.413
31	Я ощущаю невозможность управлять происходящим	.565
34	Я воспринимаю эту ситуацию как потерю времени и сил	.704
44	Я испытываю неуверенность в своих силах	.637
45	Я ставлю перед собой слишком трудную цель, которую невозможно достичь	.446
56	В этой ситуации я ощущаю упадок сил	.787
58	Думая об этой задаче, я испытываю тревогу	.548
Бездействие (6 пунктов) $\alpha = .684$		
4	В этой ситуации я пытаюсь сберечь свои ресурсы и силы	.311
20	Я выбираю самый легкий вариант достижения цели, лишь бы освободиться от этой проблемы	.542
24	Если задача потребует слишком много сил, я готов отказаться от ее решения	.443
29	В этой ситуации предпочитаю не напрягаться	.753
41	Мне не хочется ничего делать для разрешения этой ситуации	.841
47	Я перекладываю ответственность за разрешение этой проблемы на другого человека	.475
Беспечность (6 пунктов) $\alpha = .781$		
7	Я предпочитаю отстраняться от этой проблемы через уход в другую деятельность или смену обстановки	.745
10	Я откладываю мысли об этой ситуации на потом	.787
12	Из-за других дел я не могу приступить к решению этой задачи	.496
27	Я надеюсь, что эта проблема разрешится без моего участия	.588
39	Я думаю, что возможность решить эту задачу у меня будет и позже	.426
42	Я склонен отложить решение этой задачи на потом	.884

*Примечание.* Все коэффициенты значимо отличаются от нуля на уровне  $p < 0.001$ .

Все факторные нагрузки положительны и достаточно высоки, что подтверждает качество модели. Значимыми на уровне  $p < 0.001$  также оказались корреляции ошибок пар пунктов, описанных выше. В целом структура опросника, заданная в модели, достаточно хорошо соответствует данным.

Для семи шкал опросника выявлена хорошая согласованность: показатели коэффициента альфа Кронбаха варьируются от 0.65 до 0.86. Наименьший уровень выявлен для шкалы *ориентация на препятствия* (0.57).

Корреляции между факторами в структурной модели оказались значимыми ( $p < 0.012$ ) во всех парах факторов, кроме: *ориентация на препятствия – бездействие*. При этом самые сильные положительные корреляции получены между факторами, относящимися к первому типу ориентаций (от 0.323 до 0.871). Три фактора, соответствующие ориентациям на уход от трудности (*избегание, бездействие, беспечность*), также высоко коррелируют (от 0.662 до 0.867). Корреляции между факторами, соответствующими двум типам ориентаций, отрицательны (от -0.158 до -0.667), за исключением факторов, относящихся к *ориентациям на препятствия и угрозу*. Они положительно связаны с ориентациями первого типа, а также с избеганием. Эти данные в целом согласуются с корреляциями между итоговыми шкалами опросника, которые представлены в таблице 3.

**Таблица 3 / Table 3**

Корреляции между шкалами опросника (коэффициент Пирсона) /  
Correlations between questionnaire scales (Pearson's coefficient)

Шкалы методики	Тщательность	Сигналы угрозы	Возможности	Препятствия	Избегание	Бездействие	Беспечность
Драйв	0.559**	0.111*	0.613**	0.276**	-0.486**	-0.358**	-0.253**
Тщательность	1	0.351**	0.582**	0.478**	-0.157**	-0.415**	-0.351**
Ориентация на сигналы угрозы		1	0.292**	0.513**	0.310**	0.058	-0.003
Ориентация на возможности			1	0.478**	-0.336**	-0.292**	-0.295**
Ориентация на препятствия				1	0.108*	-0.113*	-0.129**
Избегание					1	0.465**	0.491**
Бездействие						1	0.608**

*Примечание* \* – корреляция значима на уровне  $p < 0.05$ ; \*\* – корреляция значима на уровне  $p < 0.001$ .

Как видно из таблицы 3, получены значимые корреляции между шкалами во всех случаях, кроме корреляции шкалы *ориентация на сигналы угрозы* со шкалами *бездействие* и *беспечность*. При этом шкалы, относящиеся к первому типу, коррелируют между собой высоко положительно и в основном отрицательно со шкалами ориентаций второго типа. Исключение составляют положительные корреляции между показателями избегания с *ориентациями на сигналы угрозы и препятствия*. Внутри группы шкал ориентаций второго типа обнаружены сильные и значимые корреляции.

Описательная статистика и результаты проверки на нормальность распределения полученных значений приведены в таблице 4.

Таблица 4 / Table 4

Описательная статистика значений шкал / Descriptive statistics of scale values

Шкала	Среднее	Ст. откл.	25 процентиль	50 процентиль (медиана)	75 процентиль	Асимметрия	Значимость теста проверки на нормальность (тест Шапиро-Уилкса)
Драйв	1.772	0.635	1.30	1.80	2.20	-0.267	<.001
Тщательность	1.864	0.571	1.40	1.80	2.20	-0.205	<.001
Ориентация на сигналы угрозы	1.717	0.544	1.40	1.80	2.00	-0.175	<.001
Ориентация на возможности	2.045	0.504	1.71	2.00	2.43	-0.37	<.001
Ориентация на препятствия	1.952	0.549	1.60	2.00	2.40	-0.304	<.001
Избегание	1.41	0.605	1.00	1.33	1.83	0.183	<.001
Бездействие	0.997	0.56	0.50	1.00	1.33	0.385	<.001
Беспечность	1.268	0.699	0.67	1.17	1.67	0.301	<.001

Примечание: Для подсчета значений вычисляется средний балл по каждой шкале

Проверка распределения шкал на нормальность показала, что баллы распределены ненормально по всем шкалам. При этом можно отметить, что по шкалам *драйв*, *тщательность*, *ориентация на сигналы угрозы*, *ориентация на возможности* и *ориентация на препятствия* получена отрицательная асимметрия (т. е. большая часть показателей респондентов скапливается ближе к верхнему полюсу шкалы), а по шкалам *избегание*,

*бездействие и беспечность* обнаружена положительная асимметрия (т. е. большая часть показателей респондентов скапливается ближе к нижнему полюсу шкалы).

Результаты сравнения показателей, полученных в мужской и женской группах, представлены в таблице 5.

**Таблица 5 / Table 5**

Результаты сравнения баллов по шкалам у мужчин и женщин /  
Comparison of scores on scales in men and women

	Муж.	Жен.	Значимость различий по t-критерию	Сила статистического эффекта (d Коэна)
Драйв	1.779 (0.607)	1.768 (0.653)	t(594) = 0.215, p = 0.830	0.017
Тщательность	1.844 (0.593)	1.877 (0.557)	t(537) = -0.718, p = 0.473	-0.057
Ориентация на сигналы угрозы	1.643 (0.543)	1.764 (0.541)	t(562) = -2.862, p = 0.004	-0.224
Ориентация на возможности	1.987 (0.544)	2.081 (0.475)	t(508) = -2.324, p = 0.020	-0.185
Ориентация на препятствия	1.823 (0.572)	2.033 (0.518)	t(522) = -4.876, p < .001	-0.386
Избегание	1.243 (0.549)	1.516 (0.615)	t(610) = -6.069, p < .001	-0.469
Бездействие	0.989 (0.551)	1.002 (0.567)	t(576) = -0.304, p = 0.761	-0.024
Беспечность	1.155 (0.681)	1.339 (0.701)	t(576) = -3.400, p < .001	-0.265

Сравнение мужской и женской групп показало, что значимые различия между ними наблюдаются по шкалам *ориентация на сигналы угрозы, ориентация на возможности, ориентация на препятствия, избегание и беспечность* (во всех случаях средний балл выше у женщин). Однако сила статистического эффекта во всех случаях меньше 0.5, т. е. можно говорить только о слабых различиях в восприятии трудных ситуаций между мужчинами и женщинами.

## ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты апробации опросника подтверждают *соответствие факторной структуры TOPC концептуальной модели* типов ориентаций в трудных ситуациях – как по составу, так и по количеству ориентаций (соот-

ветствующих шкалам). При этом новизна реализации идеи приближения к трудности – ухода от неё состоит в том, что полученный конструкт позволяет дифференцировать это измерение за счёт введения ориентаций, соответствующих каждому типу. Каждая ориентация описывает ситуационные параметры восприятия трудности: прогнозы, эмоции, цель, соизмерение усилий с требованиями ситуации и др.

В состав структуры ТОРС вошли 51 из 65 пунктов, разработанных для данной версии; 2 пункта примерно с одинаковыми нагрузками входят в состав сразу двух шкал (№ 22 – *ориентация на препятствия, избегание*; № 40 – *ориентации на угрозу и возможности*). Из итоговой модели были исключены 14 пунктов. Во-первых, это пункты об отношениях к людям в контексте трудной ситуации, которые слабо коррелировали с факторами (что согласуется с ранее полученными данными [5; 6]). Во-вторых, были удалены вопросы, которые коррелировали сразу с несколькими шкалами, относящимися к одному типу направленности; например, пункт: «В этой ситуации я ощущаю готовность быстро действовать» (сближение с трудностью). Наконец, мы отказались от пунктов с сильной асимметрией (к более высоким баллам), которые, по-видимому, описывают очень желательные для испытуемых формы взаимодействия с ситуацией. Причём в данном случае, как и зачастую вообще в исследованиях копинга, речь идёт не о социальной, а о личной желательности. Субъекту бывает важно отнести к себе активную позицию в отношении к ситуации, чтобы подтвердить желательную Я-концепцию.

*Корреляционный анализ показателей шкал* выявил как ожидаемые, так и неожиданные взаимосвязи. К первым относятся положительные связи ориентаций внутри типов и отрицательные корреляции – между показателями шкал, относящихся к разным типам. В целом это подтверждает начальную идею группировки ориентаций. При этом *ориентация на сигналы угрозы* оказалась положительно связана с *избеганием*, что ранее не предполагалось. В то же время *ориентация на препятствия* на ситуационном материале показала довольно высокие положительные связи с ориентациями первого типа и слабые отрицательные – с *бездействием* и *беспечностью*; кроме того слабо положительно связана с *избеганием*. Последний результат отличается от показателей предпочитаемых ориентаций (по ТОРТС), для которых была обнаружена связь этих двух шкал на уровне 0.506 ( $p < 0.001$ ;  $n = 465$ ) [6]. Отметим, что при проверке ситуационной версии опросника COPE, направленной на диагностику копинг-стратегий приближения к стрессовой ситуации / её избегания, также наблюдались корреляции между как способами внутри одной из категорий (приближение или уход), так и копинг-стратегиями, относящимися к разным категориям [31].

Относительно неожиданных результатов, полученных для *ориентации на сигналы угрозы*, можно предложить следующее объяснение. В долгосрочной перспективе последствиями состояния мобилизованности, напряжения

ресурсов, направляемых на отслеживание слабых сигналов угрозы, становится выгорание. Далее это может быть связано с демотивацией, чувством неподконтрольности ситуации, тревогой, описывающими избегание. Такое предположение основывается на выводах из ранее проведенных исследований мониторинга как способа совладания с угрозой, в которых были показаны два типа связи. С одной стороны, мысленное сосредоточение на источнике стресса вызывает состояние возбуждения (напряжения), что определяет мобилизацию сил и уверенность в преодолении. Но, с другой стороны, если в процессе мониторинга субъект фокусируется на негативных аспектах угрожающего события, происходит усиление тревоги и связанных с ней последствий [30].

Анализируя связи шкал ТОРС (в особенности невысокие), необходимо учитывать *ситуационную направленность методики*, а значит, возможность контекстных вариаций показателей шкал. Так, в дипломном исследовании Е. А. Гузенко<sup>4</sup>, выполненном под руководством одного из авторов, ТОРС применялся для диагностики восприятия чрезвычайной ситуации курсантами выпускного курса, будущими специалистами экстремального профиля (n = 142). На материале такого типа ситуаций *ориентация на слабые сигналы угрозы* высоко и положительно коррелировала не только с ориентациями первого типа (в т. ч. с *драйвом*; при отрицательных связях с ориентациями второго типа), но и с оценкой ситуации как требующей быстрого реагирования, а также с необходимостью активного целенаправленного копинга. Отметим, что при анализе этих результатов важен не только ситуационный контекст, но и особенности участников данного исследования. Курсантов, которых готовят к работе в чрезвычайных ситуациях, при поступлении в вуз отбирают на основе показателей здоровья и профессионально важных качеств (оптимистичное восприятие, позитивная оценка своих сил, энергичность и др.). В то же время в систему обучения курсантов включена психологическая подготовка, в частности мотивационная готовность, предполагающая высокую ценность помощи людям [8; 20]. Именно комплекс факторов: хорошее физическое состояние, целенаправленность действий, мотивация спасения жизни, стрессоустойчивость – определяют эффект мобилизации и стремление преодолеть источник опасности при восприятии угрозы.

Таким образом, на примере шкалы *ориентация на угрозу* выявлена неустойчивость корреляций, что характерно для методик ситуационного типа, применяемых в области совладания с ТЖС. В данном контексте отметим, что можно также прогнозировать некоторую подвижность факторной структуры ТОРС. Дискуссия об этом на примере ситуационного опросника способов копинга С. Фолкман и Р. Лазаруса широко известна; а нестабильность психометрических показателей ситуационной версии признана закономерной (см.

<sup>4</sup> Гузенко Е. А. Особенности психологического преодоления трудных жизненных ситуаций у курсантов ведомственных вузов МЧС России: выпускная квалификационная работа специалиста по психологии. М.: МГУ имени М.В. Ломоносова, 2018. 71 с.



обзор [3, с. 14–16]). В силу того, что психометрические показатели и структура ТОРС могут до некоторой степени меняться в зависимости от специфики ситуаций и особенностей респондентов, видится важным дальнейшее исследование результатов опросника с учётом описанных факторов. Полагаем, что это позволит выявить значимые особенности реагирования человека на разные типы жизненных трудностей.

Как было отмечено выше, для показателей ориентаций первого типа выявлена отрицательная *асимметрия*; а для ориентаций второго типа – положительная асимметрия. На наш взгляд, это объясняется тем, что испытуемые изначально выбирают для анализа ту ситуацию, относительно которой им важно самоопределиться и лучше осознать свои стратегии взаимодействия с ТЖС.

Однако нередко в профиле респондента сочетаются ориентации разной направленности, что характеризует амбивалентное отношение к трудности. Например, с одной стороны, человек пытается анализировать и решать трудную жизненную задачу, но, с другой стороны, испытывая тревогу, одновременно уходит от решения. Такие данные приводят нас к необходимости далее изучать особенности сочетаний ориентаций в профиле респондента, что позволит выявить типы восприятия ТЖС (в отличие от типов ориентаций). Другими словами, при анализе результатов респондента важно обращать внимание не только на выраженность отдельных ориентаций, но и на их сочетание. Мы предполагаем, что именно такой – системный – подход позволит прогнозировать способы взаимодействия с ситуацией.

## ВЫВОДЫ

Анализ, проведённый в данной работе, позволяет утверждать, что ТОРС – это методика, которая даёт возможность оценить восприятие актуальной для респондента трудной жизненной ситуации по восьми шкалам, сгруппированным в два типа. К первому типу, характеризующему направленность на сближение с трудностью, относятся: *драйв* (стремление к трудной ситуации, связанное с приливом сил и положительными эмоциями); *тщательность* (достижение трудной цели при максимальных затратах усилий); *ориентация на сигналы угрозы* (мониторинг «слабых сигналов» угрозы при попытках предупредить развитие трудности); *ориентация на возможности* (поиск возможностей для достижения цели, что связано с оптимальными усилиями); *ориентация на препятствия* (придание первостепенного значения выявлению помех и препятствий, расчёт своих сил на борьбу с ними). Ко второму типу, определяющему уход от трудности, относятся: *избегание* (восприятие трудной ситуации как потери времени и сил, источник тревоги); *бездействие* (выбор минимальных целей и простых способов их достижения); *беспечность* (игнорирование трудных ситуаций, откладывание их разрешения).

ТОРС предназначен для исследования восприятия потенциально контролируемых человеком ситуаций, предполагающих достижение трудной цели. Его рекомендуется применять в исследованиях ТЖС, в которых конкретизируется ситуационный контекст. Опросник апробирован на материале трудных ситуаций разного содержания, которые актуальны для респондентов и воспринимаются как жизненные задачи, требующие разрешения.

Опросник продемонстрировал хорошие психометрические свойства и соответствие концептуальной модели. Однако ТОРС как методика ситуационного типа (в большей степени направленная на измерение динамических структур, а не стабильных качеств) допускает некоторую вариабельность психометрических показателей.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
2. Битюцкая Е. В. Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации с позиций деятельностного подхода А. Н. Леонтьева // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2013. № 2. С. 40–56.
3. Битюцкая Е. В. Опросник способов копинга: методическое пособие. М.: ИИУ МГОУ, 2015. 80 с.
4. Битюцкая Е. В. Структура и динамика образа трудной жизненной ситуации // Вопросы психологии. 2020. Т. 66. № 3. С. 116–131.
5. Битюцкая Е. В. Типы ориентаций в трудных ситуациях // Вопросы психологии. 2018. № 5. С. 41–53.
6. Битюцкая Е. В., Корнеев А. А. Диагностика факторов копинга: апробация опросника «Типы ориентаций в трудных ситуациях» // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 1. С. 97–111.
7. Битюцкая Е. В., Корнеев А. А. Факторная структура опросника «Типы ориентаций в трудных ситуациях» // Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: материалы V Международной научной конференции, Кострома, 26–28 сентября 2019 г.: в 2 т. / отв. ред. М. В. Сапоровская, Т. Л. Крюкова, С. А. Хазова. Т. 2. Кострома: Издательство Костромского государственного университета, 2019. С. 324–327.
8. Битюцкая Е. В., Лебедева Н. А., Цаликова Ю. Р. Изменение объема кратковременной памяти под влиянием стрессогенного воздействия у курсантов // Российский психологический журнал. 2020. Т. 17. № 1. С. 27–43.
9. Битюцкая Е. В., Петровский В. А. К вопросу о субъективной и объективной трудности жизненной ситуации // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Международной научной конференции, Кострома, 22–24 сентября 2016 г.: в 2 т. / отв. ред. Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова. Т. 1. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2016. С. 17–19.
10. Бутенко Т. П. Методика диагностики понимания неопределенности жизненных ситуаций и совладания с ними // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2008. Т. 5. № 2. С. 117–123.

11. Гришина Н. В. Ситуационный подход и его эмпирические приложения // Психологические исследования. 2012. Т. 5. № 24. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 20.11.2020).
12. Данина М. М., Кисельникова Н. В., Куминская Е. А. Русскоязычная версия опросника решения социальных проблем (SPSI-R) // Экспериментальная психология. 2017. Т. 10. № 3. С. 46–64.
13. Знаков В. В. Психология понимания мира человека. М.: Институт Психологии РАН, 2016. 488 с.
14. Коржова Е. Ю. Интегративный подход к психологии жизненного пути личности // Интегративный подход к познанию психологии человека / науч. ред. Е. Ю. Коржова. СПб.: Издательство РГПУ им. А. И. Герцена, 2017. С. 53–68.
15. Леонтьев А. Н. Психология образа // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 1979. № 2. С. 3–13.
16. Леонтьев Д. А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному // Вопросы психологии. 2011. № 1. С. 3–27.
17. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 5. С. 20–30.
18. Нартова-Бочавер С. К. Психологическое пространство личности: монография. М.: Прометей, 2005. 312 с.
19. Психология ситуаций: теория и исследования / Н. В. Гришина, В. Е. Погребницкая, Д. М. Абдульманова, М. В. Аллавердов. СПб.: Издательство СПбГУ, 2011. 340 с.
20. Психология экстремальных ситуаций / под ред. Ю. С. Шойгу. СПб.: Питер, 2019. 272 с.
21. Смирнов С. Д., Чумакова М. А., Корнилова Т. В. Образ мира в динамическом контроле неопределенности // Вопросы психологии. 2016. № 4. С. 3–13.
22. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. 2-е изд. М., СПб.: Питер: Смысл, 2003. 860 с.
23. Холодная М. А. Стили совладания в юношеском возрасте в контексте проблемы интеллектуального контроля совладающего поведения // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М.: Институт психологии РАН, 2008. С. 84–96.
24. Холодная М. А., Хазова С. А. Феномен концептуализации как основа продуктивности интеллектуальной деятельности и совладающего поведения // Психологический журнал. 2017. № 5. С. 5–17.
25. Шмелев И. М. Соотношение типов религиозности и способов разрешения трудных жизненных ситуаций: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2017. 30 с.
26. Arnold M. B. Emotion and personality: in 2 vols. Vol. I: Psychological aspects. New York: Columbia University Press, 1960. 296 p.
27. Children's knowledge and use of coping strategies during hospitalization for elective surgery / J. L. Altshuler, J. L. Genevro, D. N. Ruble, M. H. Bornstein // Journal of Applied Developmental Psychology. 1995. № 16 (1). P. 53–76.
28. Folkman S., Moskowitz J. T. Coping: Pitfalls and Promise // Annual Review of Psychology. 2004. Vol. 55. P. 743–774.
29. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer Publishing Co., 1984. 456 p.

30. Miller S. M. Cognitive informational styles in the process of coping with threat and frustration // *Advances Behaviour Research and Therapy*. 1989. Vol. 11. P. 223–234.
31. The Situational Version of the Brief COPE: Dimensionality and Relationships With Goal-Related Variables / D. Monzani, P. Steca, A. Greco, M. D'Addario, E. Cappelletti, L. Pancani // *Europe's Journal of Psychology*. 2015. Vol. 11 (2). P. 295–310.
32. Muthén L. K., Muthén B. O. *Mplus User's Guide*. 7<sup>th</sup> ed. Los Angeles, 2012. 850 p.
33. Park C. L., George L. S. Lab- and field-based approaches to meaning threats and restoration: Convergences and divergences // *Review of General Psychology*. 2018. Vol. 22 (1). P. 73–84.
34. Peacock E. J., Wong P. T. The Stress Appraisal Measure (SAM): A multi-dimensional approach to cognitive appraisal // *Stress Medicine*. 1990. Vol. 6. № 3. P. 227–236.
35. Roth S., Cohen L. Approach, avoidance, and coping with stress // *American Psychologist*. 1986. Vol. 41. P. 813–819.
36. Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping / E. A. Skinner, K. Edge, J. Altman, H. Sherwood // *Psychological Bulletin*. 2003. Vol. 129. № 2. P. 216–269.
37. Skinner E. A., Zimmer-Gembeck M. J. Perceived control and the development of coping // *Oxford library of psychology. The Oxford handbook of stress, health, and coping* / ed. S. Folkman. New York: Oxford University Press, 2011. P. 35–59.
38. The Proactive Coping Inventory (PCI): A Multidimensional Research Instrument / E. Greenglass, R. Schwarzer, D. Jakubiec, L. Fiksebaum, S. Taubert // Paper presented at the 20<sup>th</sup> International Conference of the Stress and Anxiety Research Society (STAR), Cracow, Poland, July 12<sup>th</sup>–14<sup>th</sup>, 1999. Cracow, 1999. P. 12–14.
39. The revised Illness Perception Questionnaire (IPQ-R) / R. Moss-Morris, J. Weinman, K. J. Petrie, R. Horne, L. D. Cameron, L. Buick // *Psychology and Health*. 2002. Vol. 17 (1). P. 1–16.
40. Wong P. T. P., Reker G. T., Peacock E. J. A resource-congruence model of coping and the development of the coping schemas inventory // *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping* / eds. P. T. P. Wong, L. C. J. Wong. New York: Springer. 2006. P. 223–283.

## REFERENCES

1. Antsyferova L. I. [Personality in difficult living conditions: rethinking, transformation of situations and psychological protection]. In: *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 1994, vol. 15, no. 1, pp. 3–18.
2. Bityutskaya E. V. [Cognitive appraisal of the difficult life situation in A.N. Leontiev's activity approach]. In: *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14: Psikhologiya* [Moscow University Psychology Bulletin], 2013, no. 2, pp. 40–56.
3. Bityutskaya E. V. *Oprosnik sposobov kopinga* [Coping methods questionnaire]. Moscow, MRSU Ed. off. Publ., 2015. 80 p.
4. Bityutskaya E. V. [The structure and dynamics of the difficult life situation image]. In: *Voprosy psikhologii*, 2020, vol. 66, no. 3, pp. 116–131.
5. Bityutskaya E. V. [Types of orientations in difficult situations]. In: *Voprosy Psikhologii*, 2018, no. 5, pp. 41–53.
6. Bityutskaya E. V., Korneev A. A. [Diagnosis of coping factors: testing the questionnaire "Types of orientations in difficult situations"]. In: *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 2020, vol. 41, no. 1, pp. 97–111.

7. Bityutskaya E. V., Korneev A. A. [Factor structure of the questionnaire "Types of orientations in difficult situations"]. In: Saporovskaya M. V., Kryukova T. L., Khazova S. A., ex. eds. *Psikhologiya stressa i sovladayushchego povedeniya: vyzovy, resursy, blagopoluchie: materialy V Mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsyi, Kostroma, 26–28 sentyabrya 2019 g. T. 2* [Psychology of Stress and Coping Behavior: Challenges, Resources, Well-being: Proceedings of the V International scientific conference, Kostroma, September 26<sup>th</sup>–28<sup>th</sup>, 2019. Vol. 2]. Kostroma, Publishing House of Kostroma State University Publ., 2019, pp. 324–327.
8. Bityutskaya E. V., Lebedeva N. A., Tsalikova Yu. R. [Changes in the volume of short-term memory under the influence of stressful effects in cadets]. In: *Rossiiskii psikhologicheskii zhurnal* [Russian psychological journal], 2020, vol. 17, no. 1, pp. 27–43.
9. Bityutskaya E. V., Petrovsky V. A. [On the subjective and objective difficulties of a life situation]. In: Kryukova T. L., Saporovskaya M. V., Khazova S. A., ex. eds. *Psikhologiya stressa i sovladayushchego povedeniya: resursy, zdorov'e, razvitiye: materialy IV Mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii, Kostroma, 22–24 sentyabrya 2016 g. T. 1*. [Psychology of Stress and Coping Behavior: Resources, Health, Development: Proceedings of the IV International Scientific Conference, Kostroma, September 22<sup>nd</sup>–24<sup>th</sup>, 2016. Vol. 1]. Kostroma, Nekrasov Kostroma State University Publ., 2016, pp. 17–19.
10. Butenko T. P. [Diagnostic technique for understanding the uncertainty of life situations and coping with them]. In: *Psikhologiya. Zhurnal Vyshei shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of the Higher School of Economics], 2008, vol. 5, no. 2, pp. 117–123.
11. Grishina N. V. [Situational approach and its empirical applications]. In: *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological research], 2012, vol. 5, no. 24. Available at: <http://psystudy.ru> (accessed: 20.11.2020).
12. Danina M. M., Kisel'nikova N. V., Kuminskaya E. A. [Russian-language version of the social problem solving questionnaire (SPSI-R)]. In: *Eksperimental'naya psikhologiya* [Experimental psychology], 2017, vol. 10, no. 3, pp. 46–64.
13. Znakov V. V. *Psikhologiya ponimaniya mira cheloveka* [Psychology of understanding the human world]. Moscow, Institute of Psychology RAS Publ., 2016. 488 p.
14. Korzhova E. Yu. [An integrative approach to the psychology of a person's life path]. In: Korzhova E. Yu., sc. ed. *Integrativnyi podkhod k poznaniyu psikhologii cheloveka* [The integrative approach to understanding human psychology]. St. Petersburg, Herzen State Pedagogical University of Russia Publ., 2017, pp. 53–68.
15. Leont'ev A. N. [The psychology of the image]. In: *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14: Psikhologiya* [Moscow University Psychology Bulletin], 1979, no. 2, pp. 3–13.
16. Leont'ev A. N. [New guidelines for understanding personality in psychology: from the necessary to the possible]. In: *Voprosy Psikhologii*, 2011, no. 1, pp. 3–27.
17. Nartova-Bochaver S. K. ["Coping behavior" in the system of concepts of personality psychology]. In: *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 1997, vol. 18, no. 5, pp. 20–30.
18. Nartova-Bochaver S. K. *Psikhologicheskoe prostranstvo lichnosti* [Psychological space of personality]. Moscow, Prometheus Publ., 2005. 312 p.

19. Grishina N. V., Pogrebitskaya V. E., Abdul'manova D. M., Allakhverdov M. V. *Psikhologiya situatsii: teoriya i issledovaniya* [Psychology of situations: theory and research]. St. Petersburg, St. Petersburg State University Publ., 2011. 340 p.
20. Shoigu Yu. S., ed. *Psikhologiya ekstremal'nykh situatsii* [Psychology of extreme situations]. St. Petersburg, Piter Publ., 2019. 272 p.
21. Smirnov S. D., Chumakova M. A., Kornilova T. V. [Image of the world in dynamic control of uncertainty]. In: *Voprosy Psichologii*, 2016, no. 4, pp. 3–13.
22. Heckhausen H. Motivation und Handeln (Russ. ed.: Motivatsiya i deyatelnost'. Moscow, St. Petersburg, Piter Publ., Smysl Publ., 2003. 860 p.).
23. Kholodnaya M. A. [Adolescent coping styles in the context of intellectual control of coping behavior]. In: Zhuravlev A. L., Kryukova T. L., Sergienko E. A., eds. *Sovladayushchee povedenie: Sovremennoe sostoyanie i perspektivy* [Coping Behavior: Current State and Prospects]. Moscow, Institute of Psychology RAS Publ., 2008, pp. 84–96.
24. Kholodnaya M. A., Khazova S. A. [The phenomenon of conceptualization as the basis of intellectual productivity and coping behavior]. In: *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 2017, no. 5, pp. 5–17.
25. Shmelev I. M. *Sootnoshenie tipov religioznosti i sposobov razresheniya trudnykh zhiznennykh situatsii : avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk* [Correlation of types of religiosity and ways of resolving difficult life situations : abstract of PhD thesis in Psychological sciences]. Moscow, 2017. 30 p.
26. Arnold M. B. Emotion and personality. Vol. I: Psychological aspects. New York, Columbia University Press, 1960. 296 p.
27. Altshuler J. L., Genevro J. L., Ruble D. N., Bornstein M. H. Children's knowledge and use of coping strategies during hospitalization for elective surgery. In: *Journal of Applied Developmental Psychology*, 1995, no. 16 (1), pp. 53–76.
28. Folkman S., Moskowitz J. T. Coping: Pitfalls and Promise. In: *Annual Review of Psychology*, 2004, vol. 55, pp. 743–774.
29. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York, Springer Publishing Co., 1984. 456 p.
30. Miller S. M. Cognitive informational styles in the process of coping with threat and frustration. In: *Advances Behaviour Research and Therapy*, 1989, vol. 11, pp. 223–234.
31. Monzani D., Steca P., Greco A., D'Addario M., Cappelletti E., Pancani L. The Situational Version of the Brief COPE: Dimensionality and Relationships With Goal-Related Variables. In: *Europe's Journal of Psychology*, 2015, vol. 11 (2), pp. 295–310.
32. Muthén L. K., Muthén B. O. *Mplus User's Guide*. Los Angeles, 2012. 850 p.
33. Park C. L., George L. S. Lab- and field-based approaches to meaning threats and restoration: Convergences and divergences. In: *Review of General Psychology*, 2018, vol. 22 (1), pp. 73–84.
34. Peacock E. J., Wong P. T. The Stress Appraisal Measure (SAM): A multi-dimensional approach to cognitive appraisal. In: *Stress Medicine*, 1990, vol. 6, no. 3, pp. 227–236.
35. Roth S., Cohen L. Approach, avoidance, and coping with stress. In: *American Psychologist*, 1986, vol. 41, pp. 813–819.
36. Skinner E. A., Edge K., Altman J., Sherwood H. Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. In: *Psychological Bulletin*, 2003, vol. 129, no. 2, pp. 216–269.

37. Skinner E. A., Zimmer-Gembeck M. J. Perceived control and the development of coping. In: Folkman S., ed. Oxford library of psychology. The Oxford handbook of stress, health, and coping. New York, Oxford University Press, 2011, pp. 35–59.
38. Greenglass E., Schwarzer R., Jakubiec D., Fiksebaum L., Taubert S. The Proactive Coping Inventory (PCI): A Multidimensional Research Instrument. In: Paper presented at the 20th International Conference of the Stress and Anxiety Research Society (STAR), Cracow, Poland, July 12th–14th, 1999. Cracow, 1999, pp. 12–14.
39. Moss-Morris R., Weinman J., Petrie K. J., Horne R., Cameron L. D., Buick L. The revised Illness Perception Questionnaire (IPQ-R). In: Psychology and Health, 2002, vol. 17 (1), pp. 1–16.
40. Wong P. T. P., Reker G. T., Peacock E. J. A resource-congruence model of coping and the development of the coping schemas inventory. In: Wong P. T. P., Wong L. C. J., eds. Handbook of multicultural perspectives on stress and coping. New York, Springer, 2006, pp. 223–283.

## ДАТА ПУБЛИКАЦИИ

Статья поступила в редакцию: 30.11.2020

Статья размещена на сайте: 30.12.2020

## ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ / INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

*Битюцкая Екатерина Владиславовна* – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова; e-mail: [bityutskaya\\_ew@mail.ru](mailto:bityutskaya_ew@mail.ru)

*Корнеев Алексей Андреевич* – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории нейропсихологии факультета психологии Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова; e-mail: [korneeff@gmail.com](mailto:korneeff@gmail.com)

*Ekaterina V. Bityutskaya* – Cand. Sci. (Psychology), Assoc. Prof., Department of General Psychology, Lomonosov Moscow State University; e-mail: [bityutskaya\\_ew@mail.ru](mailto:bityutskaya_ew@mail.ru)

*Aleksei A. Korneev* – Cand. Sci. (Psychology), Senior Researcher, Laboratory of Neuropsychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University; e-mail: [korneeff@gmail.com](mailto:korneeff@gmail.com)

## ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ / FOR CITATION

Битюцкая Е. В., Корнеев А. А. Диагностика восприятия жизненных трудностей: ситуационный опросник «типы ориентаций в трудной ситуации» // Вестник Московского государственного областного университета (электронный журнал). 2020. № 4. URL: [www.evestnik-mgou.ru](http://www.evestnik-mgou.ru).

Bityutskaya E. V., Korneev A. A. Diagnostics of perception of life events: The situational version of the questionnaire “types of orientations in difficult situation”. In: *Bulletin of Moscow Region State University (e-journal)*, 2020, no. 4. Available at: [evestnik-mgou.ru](http://evestnik-mgou.ru).