

УДК 159.9.019.4:001.8

DOI: 10.31732/2663-2209-2024-75-286-294

МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ РОЗВИТКУ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Юрій Шинкаренко¹

¹ Аспірант спеціальності «Психологія», ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м.Київ, Україна, e-mail: shynkarenkouyuriy@gmail.com

METHODOLOGICAL APPROACHES TO STUDYING THE DEVELOPMENT OF COPING STRATEGIES IN FUTURE PSYCHOLOGISTS

Yurii Shynkarenko¹

¹ PhD student, specialty "Psychology", KROK University, Kyiv, Ukraine, e-mail: shynkarenkouyuriy@gmail.com

Анотація. Статтю присвячено актуальній науковій проблематиці – ролі копінг-стратегій у формуванні особистості майбутнього психолога. Доведено значущість конструктивних копінг-стратегій для забезпечення професійної ефективності здобувачів психологічної освіти, а також готовності до здійснення професійної діяльності. Обґрунтовано необхідність системного та раннього вивчення сформованості профілю копінг-стратегій у майбутніх психологів, у зв'язку з тим, що від конфігурації профілю залежить здатність вільно розкривати професійні знання, вміння та навички на робочому місці, зберігати накопичений досвід та ефективно орієнтуватися серед різноманітних професійних завдань. Метою статті є аналіз та систематизація методологічних підходів до дослідження психологічного явища копінг-поведінки з виділенням внеску кожного з них у розробку методів визначення рівнів сформованості копінг-стратегій у здобувачів психологічної освіти. Для цього використано теоретичні методи дослідження: аналіз джерельної бази, абстрагування (виділення істотних властивостей), компаративний аналіз (порівняння сутнісних особливостей різних методологічних підходів), класифікація, систематизація, узагальнення. Розглянуто дефініцію поняття «копінг-стратегія». Пояснено зв'язок копінг-стратегій з професійно важливими компетентностями майбутніх психологів. Обґрунтовано необхідність своєчасної діагностики розвитку копінг-стратегій цієї категорії осіб та охарактеризовано методологічні підходи до вивчення розвитку копінг-стратегій у здобувачів психологічної освіти. Визначено внесок кожного методологічного підходу у розробку методів визначення рівнів сформованості копінг-стратегій у здобувачів психологічної освіти, а також систематизовано їх з урахування специфіки професійної діяльності фахівців психологічних служб. Перспективи подальших досліджень пов'язані з оцінкою ефективності окреслених методологічних підходів до дослідження копінг-стратегій у процесі професійної підготовки психологів, вивченням ролі культурних та соціальних контекстів розвитку копінг-стратегій у структурі особистості майбутніх психологів.

Ключові слова: особистісний ресурс, копінг, емоційний інтелект, стресостійкість, емоційна саморегуляція.

Формули: 0, **рис.:** 0, **табл.:** 1, **бібл.:** 34

Abstract. The article is devoted to an actual scientific problem - the role of coping strategies in the formation of the personality of the future psychologist. The importance of constructive coping strategies for ensuring the professional efficiency of psychological education students has been proved. The need for a systematic and early study of the formation of the profile of coping strategies in future psychologists is substantiated, due to the fact that the ability to freely disclose professional knowledge, skills and abilities at the workplace, retain accumulated experience and effectively navigate among various professional tasks depends on the configuration of the profile. The purpose of the article is the analysis and systematization of methodological approaches to the study of the psychological phenomenon of coping behavior, highlighting the contribution of each of them to the development of methods for determining the levels of formation of coping strategies in students of psychological education. For this, theoretical research methods were used: analysis of the source base, abstraction (identification of essential properties), comparative analysis (comparison of essential features of different methodological approaches), classification, systematization, generalization. The definition of the concept of "coping strategy" is considered. The relationship between coping strategies and professionally important competencies of future psychologists is explained. The necessity of a timely diagnosis of the development of coping strategies of this category of persons is substantiated and methodological approaches to the study of the development of coping strategies in students of psychological education are characterized. The contribution of each methodological approach to the development of methods for determining the levels of formation of coping strategies in students of psychological education was determined, and they were also systematized taking into account the specifics of the professional activity of psychological service specialists. Prospects for further research are related to the evaluation of

the effectiveness of the outlined methodological approaches to the study of coping strategies in the process of professional training of psychologists, the study of the role of cultural and social contexts in the development of coping strategies in the personality structure of future psychologists.

Key words: *personal resource, coping, emotional intelligence, stress resistance, emotional self-regulation.*

Formulas: 0, **pic.:** 0, **table:** 1, **bibl.:** 34

Постановка проблеми. В сучасних умовах підвищених стресових навантажень та психотравматичних впливів продовження досліджень саногенного потенціалу копінг-стратегій уявляється дуже актуальним та своєчасним. Численними дослідженнями (Г. Варіна, О. Гринчук, Є. Золотар, Н. Коляда, Р. Лазарус, С. Фолкман, А. Черкашин, С. Шевченко тощо) доведено, що вони відіграють провідну роль у подоланні стресових ситуацій та підтримці психологічного здоров'я. У цьому сенсі необхідно відзначити, що однією з важливих професійних компетенцій майбутніх психологів є вміння зберігати оптимальний психоемоційний стан незалежно від характеру та напруженості різноманітних ситуацій соціальної взаємодії, що можуть виникають під час виконання професійних обов'язків. Професія психолога має особливу специфіку, що включає роботу з людьми у різних життєвих обставинах, зокрема в умовах кризи. Очевидно, що це вимагає від фахівця високого рівня емоційної стійкості та вміння ефективно долати стрес. Копінг-стратегії є не тільки важливим аспектом особистого благополуччя психологів, але й визначальним чинником їхньої професійної ефективності. Вміння правильно обирати та використовувати копінг-стратегії дозволяє фахівцям знижувати вплив професійного вигорання, зберігати емоційне благополуччя та забезпечувати високу якість надання психологічних послуг.

Обґрунтовуючи актуальність висвітлення методологічних підходів до вивчення розвитку копінг-стратегій у майбутніх психологів необхідно зауважити, що основним інструментом їх професійної діяльності є власна особистість та особистісний потенціал. Ефективні копінг-стратегії додання стресу можна розглядати як важливий елемент

особистісного потенціалу здобувача психологічної освіти.

Актуальність дослідження стану розвитку копінг-стратегій у майбутніх психологів зумовлена ще й тим, що це психологічне утворення виступає важливою складовою особистісної готовності до здійснення професійної діяльності. При цьому копінг-стратегії стосуються не тільки емоційної готовності майбутніх психологів до професійної діяльності, але, у силу своїх змістовних особливостей, також і її когнітивного, вольового та мотиваційного компонентів. Можна стверджувати, що копінг-стратегії, забезпечуючи професійну готовність студента, дозволяє йому успішно демонструвати свої професійні здобутки, правильно використовувати знання, вміння і навички, зберігати накопичений досвід та ефективно орієнтуватися у комплексі різнорівневих професійних завдань.

Це стає можливим завдяки тому, що ефективні та конструктивні копінг-стратегії дозволяють майбутньому фахівцю зберігати оптимальний психоемоційний стан у процесі професійної діяльності. Отже, численні аргументи на користь того, що провідні копінг-стратегії виступають однією з базових професійно важливих особистісних характеристик фахового психолога, доводять актуальність та необхідність їх своєчасного виявлення серед здобувачів психологічної освіти.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Після впровадження Р. Лазарусом та С. Фолкманом в 1984 р. у широкий науковий вжиток поняття копінгу спостерігається незгасаючий протягом останніх десятиліть інтерес науковців до цього психологічного явища, що у наслідковому результаті призвело до появи численних теоретичних та емпіричних досліджень. У рамках аналізу останніх досліджень і публікацій варто звернути увагу на декілька ключових аспектів,

зокрема, на наукові підходи, концептуальні рамки та емпіричні дослідження, що відображають сучасний стан проблематики методологічних підходів до визначення особливостей сформованості копінг-стратегій у структурі особистості.

Концептуальні та теоретичні підходи до вивчення копінг-стратегій у майбутніх психологів були закладені у рамках когнітивно-біхевіоральної парадигми, де підкреслюється важливість когнітивних процесів у формуванні адаптивної поведінки. Дослідження, зокрема роботи Р. Лазаруса та С. Фолкмана (Lazarus & Folkman, 1984), заклали основи для розуміння копінгу як процесу, який включає оцінку стресової ситуації та вибір відповідної стратегії реагування. В більш сучасних дослідженнях цю теоретичну базу доповнюють концепції емоційного інтелекту (Mayer, Salovey, & Caruso, 2008), які підкреслюють важливість емоційної саморегуляції для ефективного копінгу.

У контексті підготовки майбутніх психологів важливим є питання розвитку навичок емоційної саморегуляції та адаптивних копінг-стратегій. Дж. Бут та Дж. Ніл довели, що копінг-стратегії визначають рівень розвитку психологічної стійкості (Booth & Neill, 2017), та, відповідно, є бажаним особистісним ресурсом серед здобувачів психологічних спеціальностей. У окремих дослідженнях, наприклад, у роботі Ж. Густемс-Карнісер та С. Кальдерон доведено, що студенти психолого-педагогічних спеціальностей демонструють високий рівень використання позитивних копінг-стратегій, таких як пошук соціальної підтримки та активне вирішення проблем (Gustems-Carnicer, & Calderón, 2013). Водночас є емпіричні дані вітчизняних науковців про поширеність дезадаптивних стратегій, таких як уникнення, самокритика, використання пасивних копінг-стратегій (Отіч, 2013). Це підкреслює необхідність систематичного та своєчасного моніторингу притаманного студентів особистісного потенціалу управління стресом, базовим елементом якого безперечно є копінг-стратегії.

У рамках аналізу останніх досліджень та публікацій важливо торкнутися стану розробки методологічних підходів до дослідження копінг-стратегій. Щодо методів дослідження копінг-стратегій, то станом на теперішній час часто використовуються комбіновані підходи, що включають кількісні та якісні методи. Зокрема, опитувальники, такі як COPE Inventory (Carver, 1997) та Brief COPE (Carver, 1997), широко застосовуються для кількісної оцінки копінг-стратегій. Якісні методи, включаючи спостереження, інтерв'ю та фокус-групи, дозволяють глибше зрозуміти суб'єктивний досвід реалізації копінг-поведінки, а також мотиваційні аспекти вибору копінг-стратегій (Creswell & Poth, 2018). Ряд цінних аспектів та психологічних закономірностей розвитку копінг-поведінки висвітлено у статті Е. Скіннер, М. Циммер-Гембек (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2007).

Останні публікації акцентують увагу на важливості інтеграції теоретичних знань та практичних навичок у підготовку майбутніх психологів, що включає навчання ефективним копінг-стратегіям. Так, в роботі М. Есмаїлі, К. Овейсі, Ф. Алізаде, М. Хейрабаді і Х. Джамалпур обговорюються результати дослідження впливу тренінгу копінг-навичок на стан психічного здоров'я студентів (M. Esmaeili et al., 2018). З. Сантос де Алмейда та А. Соарес Беневідес обґрунтували та емпірично довели важливість розвитку соціальних навичок та копінг-стратегій як важливої умови успішного вирішення психологічних утруднень у студентів психологічних закладів освіти (Santos & Soares, 2020).

Серед українських дослідників копінг-стратегіями займалися О. Войцеховська (Войцеховська, 2016), І. Тарасенко, Т. Ткачук (Ткачук & Тарасенко, 2016), А. Черкашин (Черкашин, 2021). Психологічні особливості та чинники копінг-стратегій серед здобувачів вищої освіти проаналізовані у роботах Н. Коляди та Є. Золотаря (Коляда & Золотар, 2023), Н. Шеленкової (Шеленкова,

2019), Н. Яроша та М. Розумної (Ярош & Розумна, 2020), М. Генрі, С. Шортера, Л. Шаркудяна та ін. (Henry, Shorter, Charkoudian et al., 2022). Різні аспекти копінг-потенціалу майбутніх психологів, зокрема, його динаміку, вплив на нього інших психологічних чинників, а також його впливу на різні психологічні характеристики студентів-психологів вивчали О. Гринчук (Гринчук, 2022), О. Нікітіна та Г. Дацун (Нікітіна & Дацун, 2017), Д. Отич (Отич, 2013), І. Сингаївська (Сингаївська, 2012), С. Шевченко та Г. Варіна (Шевченко & Варіна, 2022).

Таким чином, актуальні дослідження в сфері розвитку копінг-стратегій у майбутніх психологів демонструють різноманітність методологічних підходів і підкреслюють необхідність продовження вивчення цієї проблематики для підвищення професійної підготовки та особистого благополуччя майбутніх фахівців. Не дивлячись на те, що у рамках сучасної психологічної науки вже накопичено значний масив даних щодо сутності копінг-стратегій, шляхів та засобів їх вивчення, розроблено ряд методологічних підходів до дослідження опановуючого потенціалу особистості, можна констатувати недостатнє висвітлення можливостей застосування цих методологічних підходів в аспекті виявлення рівня сформованості копінг-стратегій у здобувачів психологічної освіти з урахуванням вимог та специфічних особливостей їх майбутньої професійної діяльності, найбільш ефективних методів побудови профілю копінг-поведінки цієї категорії осіб.

Формулювання цілей статті. У відповідності до обґрунтованих вихідних положень та аналізу останніх досліджень та публікацій метою статті виступає аналіз та систематизація методологічних підходів до дослідження психологічного явища копінг-поведінки з виділенням внеску кожного з них у розробку методів визначення рівнів сформованості копінг-стратегій у здобувачів психологічної освіти.

Для досягнення поставленої мети необхідно розглянути поняття копінг-

стратегії, пояснити зв'язок копінг-стратегій з іншими професійно важливими компетентностями майбутніх психологів, обґрунтувати необхідність своєчасної діагностики розвитку копінг-стратегій цієї категорії осіб, охарактеризувати методологічні підходи до вивчення розвитку копінг-стратегій у здобувачів психологічної освіти, визначити внесок методологічних підходів у розробку методів виявлення провідних копінг-стратегій особистості.

У процесі дослідження було використано такі теоретичні методи як аналіз джерельної бази, абстрагування (виділення істотних властивостей), компаративний аналіз (порівняння сутнісних особливостей різних методологічних підходів), класифікація, систематизація, узагальнення.

Вклад основного матеріалу дослідження. Аналітичний огляд джерельної з проблеми копінг-стратегій показав, що досить велика кількість тлумачень поняття копінгу визначається насамперед науковою традицією, в рамках якої розглядається дане явище. Оскільки станом на теперішній час розроблено значну кількість дефініцій копінгу, копінг-поведінки та копінг-стратегій, ми зупинимося тільки на визначеннях цього явища, які представлені у роботах Л. Карамушки, Л. Коваленко та Н. Родіної – українських дослідниць, які зробили значний внесок у розробку відповідної наукової проблематики. Так, на думку Л. Карамушки та Ю. Снігур копінг-поведінка – це будь-яка поведінка, спрямована на управління стресом і зниження психоемоційної напруги (Карамушка & Снігур, 2024). У роботах Н. Родіної «копінг-поведінка» трактується як впевнена, активна поведінка замість замкненості на собі або захисних дій у складних або небезпечних для життя ситуаціях (Родіна, 2013).

Копінг-стратегії є важливою складовою професійної компетентності психологів, оскільки вони впливають на здатність фахівців ефективно виконувати свої обов'язки в умовах стресу та

невизначеності. Дослідження показують, що копінг-стратегії тісно пов'язані з емоційною компетентністю, яка включає здатність розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, а також емоції інших людей (Goleman, 1995). Психологи, які використовують ефективні копінг-стратегії, здатні краще управляти емоційним навантаженням, що виникає під час роботи з клієнтами, та зменшувати ризик професійного вигорання (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001). Крім того, копінг-стратегії впливають на розвиток професійної рефлексії, яка є важливим компонентом професійного розвитку психолога. Здатність аналізувати власні дії, думки та емоції дозволяє психологам критично оцінювати свою професійну діяльність та вносити корективи для підвищення її ефективності (Schon, 1983). Відповідно ефективні копінг-стратегії сприяють не лише підтримці психологічного благополуччя спеціалістів, але й підвищують якість їхньої роботи з клієнтами, сприяючи кращому розумінню та вирішенню проблем клієнтів.

Своєчасна діагностика розвитку копінг-стратегій у майбутніх психологів є надзвичайно важливою для їхнього професійного становлення та збереження психологічного благополуччя. Оскільки робота психолога часто пов'язана зі складними емоційними ситуаціями та високим рівнем стресу, здатність ефективно справлятися з такими викликами є критичною для забезпечення якості надання психологічних послуг. Дослідження свідчать, що недосконалі копінг-стратегії можуть призводити до професійного вигорання, зниження мотивації та задоволеності роботою (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001). У контексті забезпечення високої успішності здобувачів психологічної освіти у майбутній професійній діяльності важливо відмітити особливу роль копінг-стратегій для формування мотивації досягнення, що суттєво трансформується в умовах воєнного часу (Никоненко & Лимарева, 2024). Відповідно раннє виявлення та корекція недоліків у розвитку копінг-

стратегій дозволяють майбутнім фахівцям набувати навичок ефективного управління стресом, знижувати ризик негативних наслідків для психічного здоров'я, забезпечувати високу мотивацію професійної діяльності. Крім того, своєчасна діагностика сприяє усвідомленню студентами-психологами власних реакцій на стресові фактори, що є необхідною умовою для розвитку професійної рефлексії та саморегуляції. Зважаючи на це можна стверджувати, що інтеграція процедур діагностики копінг-стратегій у навчальні програми з підготовки психологів є обґрунтованою необхідністю для забезпечення ефективної професійної діяльності та збереження психологічного здоров'я майбутніх спеціалістів.

Сучасні підходи до вивчення копіngu включають різні теоретико-методологічні рамки, такі як психодинамічний підхід, когнітивно-біхевіоральний підхід, трансакційний підхід, системний підхід, а також інтегративні моделі.

Психодинамічний підхід акцентує увагу на внутрішніх конфліктах і несвідомих процесах, які впливають на вибір копінг-стратегій. Він ґрунтується на комплексі припущень про те, що несвідомі мотиви та конфлікти можуть проявлятися у вигляді захисних механізмів, таких як заперечення, проєкція та раціоналізація (Freud, 1923). Захисні механізми, хоча й можуть мати адаптивний характер у короткостроковій перспективі, у більш віддаленій перспективі не сприяють успішному вирішенню завдання оптимізації психоемоційного стану особистості.

Когнітивно-біхевіоральний підхід підкреслює важливість когнітивних процесів у формуванні копінг-стратегій, зокрема акцентується увага на сприйнятті ситуації, оцінці загроз та ресурсів для подолання стресу (Folkman & Lazarus, 1980). Згідно з цим підходом, копінг-стратегії розглядаються як когнітивні та поведінкові зусилля, спрямовані на зниження негативних емоцій або зміну стресової ситуації. Важливим аспектом є

концепція проблемно-орієнтованого та емоційно-орієнтованого копінгу, що відображають різні підходи до вирішення проблем.

У якості моделі копінг-поведінки Р. Лазарусом була розроблена трансакційна теорія стресу. Теорія Р. Лазаруса ґрунтується на трьох конструктах: апіорні змінні, процеси медіації і результати. Стрес можна розглядати у контексті взаємодії особистості з навколишнім середовищем, з урахуванням природи цих взаємовідносин (Lazarus & Folkman, 1984). Теорія трансакційного стресу розглядає взаємодію особистості і середовища як взаємовідносини, які взаємодіють одна з одною та набувають нові значення через процеси оцінки. Когнітивна оцінка – це оцінка того, що відбувається між особистістю і оточенням. Вона входить до процесів медіації і поділяється на первинну оцінку (чи має це стосування до індивіда), вторинну оцінку (які засоби адаптації має індивід для реакції на стресову ситуацію) і переоцінку.

Під час первинної оцінки ситуацію можна класифікувати як індіферентну (не має відношення до індивіда), сприятливо-позитивну або стресову. Остання може бути оцінена як викликаюча тривогу, загрозлива або призводити до втрати. Під час вторинної оцінки індивід оцінює, чи володіє він відповідними навичками, соціальною підтримкою або іншими ресурсами для взаємодії зі стресором з метою відновлення рівноваги між ним і його оточенням (Швець, 2017). Після когнітивної оцінки ситуації індивід приступає до розробки механізмів подолання стресу, тобто власне до копінгу. У випадку неуспішного копінгу стресор зберігається й виникає необхідність подальших спроб подолання. Із цього виходить, що структура копінг-процесу починається зі сприйняття стресу, далі – когнітивна оцінка, вироблення стратегії подолання й оцінка результату дій.

Трансакційна теорія стресу поділяє копінг на два базові типи: копінг, орієнтований на вирішення проблеми (який

також називають когнітивним копінгом) і копінг, орієнтований на емоції. Перші змінюють проблему за допомогою прямих дій з оволодіння контролем над ситуацією, другі включають більшою мірою обмірковування, ніж зміну взаємовідносин між індивідом і середовищем (Абрамов, 2013).

Системний підхід розглядає розвиток копінг-стратегій у контексті взаємодії різних систем, до яких належить індивід, сім'я, освітні установи та соціальне середовище (Коваленко & Родіна, 2011; Родіна, 2013). Цей підхід підкреслює значення соціальної підтримки та ресурсів, доступних для майбутніх психологів у процесі їхнього професійного розвитку (Bronfenbrenner, 1979). Соціальна підтримка розглядається як важливий ресурс, що може знижувати рівень стресу та сприяти ефективнішому копінгу.

Інтегративні моделі об'єднують різні теоретичні підходи та методології, що дозволяє всебічно дослідити розвиток копінг-стратегій. Наприклад, інтеграція когнітивно-біхевіоральних і психодинамічних підходів дозволяє враховувати як свідомі, так і несвідомі процеси, що впливають на копінг (Lazarus, 1993). Такі моделі дозволяють більш глибоко зрозуміти, як різні фактори, включаючи особистісні характеристики, попередній досвід і контекстуальні умови, сприяють формуванню копінг-стратегій.

Здійснений аналіз дозволив систематизувати методологічні підходи до вивчення розвитку копінг-стратегій здобувачів психологічної освіти з урахуванням особливостей їх майбутньої професійної діяльності (табл. 1).

Глибоке розуміння методологічних підходів до вивчення розвитку копінг-стратегій у майбутніх психологів є важливим для підготовки фахівців, здатних ефективно справлятися з професійними викликами. Це дозволяє не лише забезпечити психологічну стійкість, але й сприяти їх професійному зростанню та розвитку.

Таблиця 1. Результати систематизації методологічних підходів до вивчення розвитку копінг-стратегій здобувачів психологічної освіти з урахуванням особливостей їх майбутньої професійної діяльності

Методологічний підхід	Методи дослідження рівня розвитку копінг-стратегій у майбутніх психологів	Специфічні особливості професійної діяльності практичного психолога, враховані в цьому підході
Психодинамічний	Інтерв'ю, аналіз випадків, методи проєктивних тестів	Врахування несвідомих процесів і захисних механізмів, важливість саморефлексії і аналізу власних емоційних реакцій
Когнітивно-біхевіоральний	Опитувальники для вимірювання копінг-стратегій, експериментальні дослідження, спостереження за поведінкою в стресових ситуаціях	Акцент на важливості когнітивних процесів і їх впливі на поведінку, аналіз сприйняття клієнта і рефлексія власних реакцій
Трансакційний	Моніторинг первинної та вторинної оцінки стресу, опитувальники для вимірювання копінг-стратегій, аналіз особистісних та ситуаційних чинників	Врахування динамічної взаємодії між особистістю і середовищем, аналіз ролі оцінки стресової ситуації та доступних ресурсів у формуванні копінг-стратегій
Системний	Спостереження, аналіз соціальних мереж, інтерв'ю з членами родини та колегами	Врахування впливу соціального контексту і системних взаємодій, вивчення ролі соціальної підтримки і взаємозв'язків з іншими професіоналами
Інтегративний	Комбіновані методи: опитувальники, інтерв'ю, аналіз випадків, спостереження	Інтеграція різних аспектів (когнітивних, емоційних, соціальних) у професійній діяльності, гнучкість у використанні різних підходів залежно від ситуації

Джерело: розроблено автором

Висновки. У статті зроблено спробу систематизації методологічних підходів до вивчення розвитку копінг-стратегій здобувачів психологічної освіти в аспекті специфіки їх майбутньої професійної діяльності, що і складає її наукову новизну.

Виконане дослідження методологічних підходів до вивчення копінг-стратегій у майбутніх психологів має як теоретичну, так і практичну значущість. Адже основні наукові та практичні завдання вивчення цієї проблематики включають конкретизацію методологічних підходів до вивчення копінг-стратегій, виділення їх сутнісних рис та методів раннього виявлення копінг-стратегій серед студентів-психологів. Вирішення цих завдань дозволить

ефективно здійснювати аналіз чинників, що впливають на формування копінг-стратегій серед даної категорії осіб, визначати дієві методи розвитку навичок ефективного копіngu у майбутніх фахівців. Це, у свою чергу, сприятиме підвищенню професійної підготовки майбутніх психологів та їх здатності ефективно долати виклики професійного середовища.

Перспективи подальших наукових розробок можуть бути пов'язані з оцінкою ефективності окреслених методологічних підходів до дослідження копінг-стратегій у процесі професійної підготовки психологів, вивченням ролі культурних та соціальних контекстів розвитку копінг-стратегій у структурі особистості майбутніх психологів.

Література:

1. Абрамов, В. В. (2013). Теоретико-методологічні підходи до дослідження копінг поведінки. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*, (4), 108–114. http://nbuv.gov.ua/UJRN/apspp_2013_4_17
2. Войцеховська, О. (2016). Сучасні напрями досліджень копінг-стратегій особистості. *Педагогіка і психологія професійної освіти*, (2), 95–104.

3. Гринчук, О. (2022). Копінг-стратегії поведінки як чинник формування психологічної готовності майбутніх офіцерів-психологів до військової служби. *Психологія особистості*, 12(1). <https://doi.org/10.15330/ps.12.1.26-34>
4. Карамушка, Л. М., & Снігур, Ю. С. (2024). *Психологія вибору копінг-стратегій керівниками освітніх організацій: Монографія*. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України.

- <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/740194/1/monographia.pdf>
5. Коваленко, А. Б., & Родіна, Н. В. (2011). Дослідження копінг-поведінки: тенденції та перспективи. *Наука і освіта*, (9), 110–113. https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2011/9_2011/28.pdf
6. Коляда, Н., & Золотар, Є. (2023). Копінг-стратегії та механізми психологічного захисту у студентів із різним рівнем антиципаційної спроможності. *Перспективи та інновації науки*, (4(22)), 45–49.
7. Никоненко, О., & Лимарева, І. (2024). Соціально-психологічні чинники формування мотивації досягнень в умовах війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 1(73), 244–253. DOI: 10.31732/2663-2209-2024-73-244-254
8. Нікітіна, О. П., & Дацун, Г. О. (2017). Специфіка копінг-поведінки майбутніх практичних психологів у ситуаціях навчального оцінювання та засади її оптимізації. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія. Психологічні науки*, 1(2), 97–103. <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/262/237>
9. Отич, Д. Д. (2013). Динаміка копінг-стратегій майбутніх психологів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*, (114), 145–151. http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/VchdpuPH_2013_114_31.pdf
10. Родіна, Н. В. (2013). *Психологія копінг-поведінки: системне моделювання* (дис. доктора психол. наук: 19.00.01). Київ.
11. Сингаївська І. В. (2012). Особливості підготовки магістрів за спеціалізацією «Бізнес-психологія» магістратури «Бізнес-адміністрування» в Університеті «КРОК». *Правничий вісник Університету «КРОК»*, 14, 120–123.
12. Ткачук, Т. А., & Тарасенко, І. (2016). Копінг-поведінка як основа конструктивного опанування важких життєвих ситуацій. *Технології розвитку інтелекту*, 2(1). http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2016_2_1_12
13. Черкашин, А. (2021). Стресостійкість та копінг-стратегії поведінки студентів під час освітнього процесу у закладах вищої освіти. *Теорія і практика управління соціальними системами*, (1), 98–107.
14. Швець, Д. В. (2017). Копінг-поведінка майбутніх правоохоронців у контексті прогностичної компетентності. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*, 6, 188–197.
15. Шевченко, С., & Варіна, Г. (2022). Особливості дослідження копінг-стратегій майбутніх фахівців в проєкції збереження психологічної безпеки особистості. *Актуальні проблеми формування творчої особистості педагога в контексті наступності дошкільної та початкової освіти: збірник матеріалів VI Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції*, 653–656. <http://eprints.mdpu.org.ua/id/eprint/12739/>
16. Шеленкова, Н. Л. (2019). Дослідження копінг-стратегій в процесі адаптації студентів першого року навчання. *Науковий вісник Херсонського державного університету*, (1), 72–77. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-1-11>
17. Ярош, Н. С., & Розумна, М. В. (2020). Features of Coping Strategies in Students Brought Up in a Single-Parent Family. *The Journal of Karazin V. N. Kharkiv National University. A Series of «Psychology»*, (69), 29–36. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2020-69-04>
18. Booth, J. & Neill, J. (2017). Coping strategies and the development of psychological resilience. *Journal of Outdoor and Environmental Education*, 20, 47–54. DOI: 10.1007/BF03401002.
19. Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
20. Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92–100.
21. Creswell, J. W. & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design Choosing among Five Approaches*. 4th Edition, SAGE Publications, Inc., Thousand Oaks.
22. Esmaeili M., Oveisi, K., Alizadeh, F., Kheirabadi, M. & Jamalpour, H. (2018). An Investigation on Coping Skills Training Effects on Mental Health Status of University Students. *Research Paper - Journal of Humanities Insights*, 02, 37–42. DOI: 10.22034/jhi.2018.61430.
23. Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219–239.
24. Freud, A. (1923). *The Ego and the Mechanisms of Defense*. London: Hogarth Press.
25. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
26. Gustems-Carnicer, J., Calderón, C. (2013). Coping strategies and psychological well-being among teacher education students. *European Journal of Psychology of Education*, 28, 1127–1140. <https://doi.org/10.1007/s10212-012-0158-x>
27. Henry, M. A., Shorter, S., Charkoudian, L. K., et al. (2022). Coping behavior versus coping style: characterizing a measure of coping in undergraduate STEM contexts. *International Journal of STEM Education*, 9, 17. <https://doi.org/10.1186/s40594-022-00331-5>
28. Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55(3), 234–247.
29. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing.
30. Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422.
31. Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2008). Emotional Intelligence: New Ability or Eclectic Traits? *American Psychologist*, 63(6), 503–517.

32. Santos de Almeida, Z., & Soares Benevides, A. (2020). The impact of social skills and coping strategies on problem solving in psychology university students. *Ciencias Psicológicas*, 14(2), e-2228. DOI: <https://doi.org/10.22235/cp.v14i2.2228>

33. Schon, D. A. (1983). *The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action*. New York: Basic

Books

34. Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2007). The development of coping. *Annual review of psychology*, 58, 119–144. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085705>.