

зумовлюється єдністю індивідуальних властивостей особистості, ресурсів та параметрів ситуації, що вирішується особистістю.

Показано, що копінг-поведінка учнів 8-х, 9-х класів має такі психологічні особливості: висока представленість уникання і соціального відволікання, низький та середній рівень вираженості проблемно-орієнтованої та емоційно-орієнтованої копінг-поведінки.

Отже важливо сказати, що для підліткового віку важливими копінг-стратегіями є:

- позитивна переоцінка;
- асоціальні дії;
- агресивні дії;
- пошук соціальної підтримки.

Копінг-поведінка в старших підлітків орієнтована на вирішення завдання а у молодших підлітків спостерігається копінг-поведінка орієнтована на уникнення. Нами було виявлено, що у старших підлітків переважають агресивні дії та асоціальні, схильність до стресу в таких учнів також висока.

Проблема агресивності в підлітковому віці пов'язана з двома основними факторами, це період статевого дозрівання і фактор переходу від дитинства до дорослого життя і в зв'язку з цим цей період супроводжується психоемоційними зрушеннями, дуже часто виражається в агресії.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: Монография / Татьяна Леонидовна Крюкова. – Кострома: Студия оперативной полиграфии «Авантигул», 2004. – 344 с.
2. Сиерральта З.Х.Б. Особенности психических ресурсов личности в раннем юношеском возрасте: копинг-стратегии, защитные механизмы, социальный интеллект, общий интеллект: автореф. дис. на здобуття наук.ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогическая психология» / З.Х.Б.Сиерральта. – СПб., 2000. – 24 с.

#### АННОТАЦИЯ

##### ОСОБЕННОСТИ СТРАТЕГИЙ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

*В статье рассмотрены особенности совладания в поведении в подростковом возрасте, проанализированы результаты исследования копинг-поведения подростков. Освещены главные аспекты и составляющие копинг-поведения. Выделены важные копинг-стратегии характерны для подросткового возраста. Охарактеризованы особенности копинг-поведения в подростковом возрасте. Подробно рассмотрены и проанализированы подходы к изучению совладенческого поведения и стратегий копинг-поведения. Установлено, что в исследуемых подростках преобладают психологические защиты проекция и рационализация независимо от возраста. Выявлено возрастные различия копинг-поведения в стрессовых ситуациях. Констатировано, что ученики всех исследуемых классов проявляют высокий уровень склонности к стрессу, что довольно проблематично, поскольку совладенческое поведение еще полностью не сформирована, а подчинение стрессу большая, и в итоге это может привести к проявлению стрессов без повода, и к тяжести борьбы с ними.*

**Ключевые слова:** копинг-поведение, подростковый возраст, копинг-стратегии, стили копинг-поведения, стресс, конфликт.

#### SUMMARY

##### FEATURES COPING STRATEGIES BEHAVIOR IN ADOLESCENCE

*In article features coping behavior in adolescence, analyzed the results of the study coping behavior among adolescents. Deals with the main aspects and components of coping behavior. Considered in detail and analyzes approaches to the study of behavior and coping strategies. Found that in the studied adolescent psychological defenses dominated projection and rationalization of all ages. Revealed age differences coping behavior in stressful situations. It notes that students studied all classes exhibit a high level of susceptibility to stress, which is quite problematic as coping behavior is quite immature and immature great stress, and as a result it can lead to the manifestation of stress without cause, and severity to combat them.*

**Key-words:** coping behavior, adolescence, coping strategies, coping style behavior, stress, conflict.

УДК 159.953.5:316.628-057.874

**ПРОБЛЕМА МОТИВАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ  
ШКОЛЯРІВ НА РІЗНИХ ВІКОВИХ ЕТАПАХ****ЮРКОВ О.С., СУВОРОВА Ю.С.**

Мукачівський державний університет

*У статті розглянуто проблему мотивації навчальної діяльності школярів на різних вікових етапах. А також представлені результати та висновки проведеного дослідження вивчення рівня мотивації та домінуючих мотивів на різних вікових етапах навчальної діяльності.*

*Ключові слова:* мотив, мотивація, учбова діяльність, провідна діяльність, вікова динаміка, навчальна діяльність, навчання.

Навчання в житті людини є більше ніж просто вид діяльності. Воно має загально визначене поняття, а саме набуття і засвоєння нових знань. Якщо подивитись на навчання як на процес набуття індивідуального досвіду, то можна сказати, що саме мотиви навчання є першими у ієрархії мотивів людини.

Навчальна діяльність, як і будь-яка інша, активується, спрямовується та припиняється мотивацією, яка є її найважливішою складовою. Саме від мотивації залежить переважна частина успіхів у навчанні, її становлення з початком навчання обумовлює подальший розвиток особистості як частки суспільства.

**Об'єкти та методи дослідження**

У вітчизняній та зарубіжній психолого-педагогічній літературі над питаннями мотивації навчальної діяльності працювали: М. Алексеева, Л. Божович, О.К. Дусавицький, Б. Вайнер, Р. Гін, О. Ковальов, Г. Костюк, О. Леонтьєв, М. Матюхіна, С. Рубінштейн, І. Синиця, В. Сухомлинський та інші. Незважаючи на це, проблема мотивації учнів потребує подальшого вивчення у зв'язку зі всезростаючими вимогами сучасного суспільства до процесу та результатів навчання, новими умовами освітнього процесу у школі.

Структура та сформованість окремих компонентів вікової динаміки навчальної діяльності дуже різняться в межах різних вікових періодів. Так, навчання учнів молодших класів відрізняється по складу операційного компонента навчальної діяльності від учнів середніх та старших класів.

На початку шкільного навчання провідною є мотивація вступу до школи. Мотиви, які спонукають йти дитину до школи не завжди виявляються пізнавальними. Про сформованість мотивації до шкільного навчання свідчить ставлення учнів до нього як до серйозної суспільно важливої діяльності, а також бажання виконувати всі вимоги дорослих, пізнавальний інтерес до навколишньої дійсності, який постійно зростає, прагнення навчитися читати і писати та оволодівати новими знаннями і вміннями.

Особливістю мотивації молодших школярів є їхня готовність беззаперечно виконувати всі завдання вчителя. Важливу роль у мотивації відіграють і отримані учнями оцінки. Як показують багато численні дослідження, не всі мотиви школярі в цьому віці усвідомлюють однаково. До слабоусвідомлюваних належать мотиви обов'язку і відповідальності, престижу, хоч саме вони насправді спонукають до навчання. Через вікові особливості школярі не здатні довго утримувати енергію сформованого наміру, саме тому перед ними потрібно ставити близькі цілі, а не віддалені.

Для молодшого шкільного віку (6—10 років) характерне активне засвоєння змісту й загальних способів розв'язування певного класу задач. Навчальні задачі поки що ставить, планує й розгортає учитель, а учень у таких умовах опановує під керівництвом педагога основи моделювання, засвоює важливі вміння переходити від

предмета до моделі й навпаки. У цей час складаються сприятливі психолого-педагогічні умови для переходу операцій предметних дій у внутрішній план через їх мовленнєве усвідомлення. Молодший учень активно опановує найпростіші форми самоконтролю: контроль за результатом, або підсумковий контроль та поточний, або покроковий. Дія оцінки у цьому віці за традиційних умов навчання є точною копією оцінки педагога, її буквального відтворенням. У результаті цілеспрямованого формування, починаючи з 2—3-го класу, можуть бути розвинуті як ретроспективна, так і прогностична форми самооцінювання учнів [1, с. 104].

Для середнього шкільного віку (11 — 14 років) характерним є опановування самостійною постановкою навчальних задач, усвідомлення власної діяльності, її компонентів та операцій. При цьому відбувається переважно "згортання" (автоматизація) предметних операцій та їх модельно-графічних зображень. Разом з тим активно виникають і "розгортаються" моделі, які фіксують особливості власної навчальної діяльності підлітка. У цьому віці стає можливим опанування й всіма формами самоконтролю (підсумковим, поточним і плануючим), а це, у свою чергу, виступає основою формування систем особистісної саморегуляції учня. Закінчується формування дії оцінки, яке, зважаючи на провідну роль для підліткового віку діяльності спілкування, відбувається особливо ефективно в процесах сумісно організованої навчальної діяльності та з використанням у її межах взаємоконтролю й взаємооцінювання учнями один одного [1, с. 104].

Загалом у підлітковому віці відбувається зниження рівня навчальної мотивацію у зв'язку зі зміною провідної діяльності. З'являється потреба у пізнанні себе і оцінюванні своєї особистості.

У зв'язку з необхідністю професійного самовизначення мотиви учіння у старшокласників істотно відрізняються від підліткових. З'являється вибіркоче ставлення до навчальних предметів з погляду їх значущості для майбутньої професії. За словами психолога Лідії Божович (1908—1981), якщо підліток розглядає майбутнє з позиції теперішнього, то старшокласник оцінює теперішнє з позиції майбутнього. Підготовка до оволодіння майбутньою професією стає основним мотивом учіння старшокласників. Їхні мотиви, пов'язані з прагненням за допомогою високих оцінок завоювати певне становище в класі, стають недовірливими. Оцінка втрачає свою спонукальну силу і стає критерієм засвоєння знань [1, с. 104].

Школярі старшої ланки володіють вмінням самостійно ставити навчальні задачі, висувати гіпотези, планувати способи їх розв'язання та доведення. Також у цьому віці учні використовують всі види контролю, що допомагає їм перейти до складних форм саморегуляції.

На сьогоднішній день стає актуальним питання про зниження мотивації до навчання, інакше кажучи кількість учнів з зовнішньою мотивацією переважає учнів з внутрішньою мотивацією.

Критерієм поділу мотивів на внутрішні і зовнішні є ставлення до навчальної діяльності. Якщо мотивом навчання є процес і результат здобування знань чи засобів здобуття знань, він є внутрішнім. Якщо навчання є засобом для досягнення іншої мети, окрім пізнавальної, то маємо справу із зовнішнім мотивом.

Внутрішні мотиви виявляються у інтересі до пізнання і до процесу здобування знань. Вони надають учневі впевненість у собі, підвищують його самооцінку, самоповагу, сприяють виникненню у нього нових позитивних емоцій. Якщо переважає внутрішня мотивація, учні краще розв'язують нестандартні завдання оптимальної складності. Отже, внутрішня мотивація сприяє емоційному благополуччю, і навпаки — емоційне благополуччя викликає почуття впевненості, захищеності, що сприяє

переходу зовнішньої мотивації у внутрішню. Домінуючі внутрішні мотиви визначають стійкість учбової мотивації, ієрархією її основних підструктур.

Мотиви, в яких учіння – це засіб для задоволення інших потреб чи досягання інших цілей, є зовнішніми. Зовнішні мотиви поділяються на широкі соціальні мотиви (обов'язок перед суспільством, батьками; самовизначення, орієнтація на майбутню діяльність; самовдосконалення, саморозвиток у процесі навчання); вузькі особистісні мотиви (прагнення до хороших оцінок, до похвали; мотиви лідерства і престижу); негативні мотиви (мотиви уникнення неприємностей з боку вчителів, батьків та однолітків) [2, с. 11].

Говорячи про зовнішні мотиви до учіння, варто ще зазначити, що дані мотиви можуть бути досить дієвими чинниками успішності навчання, але вони збіднюють сам його процес. Інакше кажучи: розвиток внутрішньої мотивації означає прогрес, а розвиток і збільшення зовнішньої мотивації – регрес мотивації учня».

Водночас, на думку психологів, помилково вважати, що бажаною і «правильною» є тільки внутрішня мотивація. На певних етапах зовнішня мотивація відіграє позитивну роль. Наприклад, коли людина оволодіває новою для неї, складною діяльністю, зовнішня мотивація допомагає створити ситуацію успіху й уникнути синдрому навченої безпорадності, набратися сил і позитивного досвіду для переходу діяльності з зовнішнього на внутрішню мотивовану. Саме зовнішня мотивація на початку діяльності формує її вольовий компонент, бо дозволяє справлятися з нецікавою, складною діяльністю, котра не має для людини особистісного смислу. В онтогенетичному плані зовнішня мотивація має значно більшу вагу на початкових етапах систематичного навчання і поступово, у міру оволодіння діяльністю, за умови правильно організованої навчальної діяльності поступається своїм місцем мотивації внутрішній [2, с. 12].

Варто згадати, що на формування навчальної мотивації впливають різні умови: зміст навчального матеріалу, організація навчальної діяльності, оцінка учбової діяльності, стиль педагогічної діяльності вчителя та індивідуальні властивості особистості. А в залежності від віку, як вже згадувалось, накладаються свої вікові особливості.

### ***Постановка задачі***

Метою даного дослідження є теоретичний аналіз вікових особливостей навчальної мотивації та практична перевірка даного явища. Об'єктом нашого дослідження є мотиваційна сфера школярів на різних етапах навчального процесу.

### ***Результати та їх обговорення***

Для досягнення поставленої мети нами було використано певний діагностичний інструментарій, а саме: методики «Оцінка шкільної мотивації учнів початкових класів (Н. Г. Лусканова)», «Мотиваційна структура навчальної діяльності школяра (М. І. Алексєєва, М. Т. Дригус)», були проведені з учнями 4 класу, «Методика вивчення мотивів навчальної діяльності учнів (Б. Пашнев)» та «Методика діагностики мотивації до успіху (Т. Елерс)» - у 7 і 10 класі, що відповідає вказівкам авторів щодо рекомендованого віку досліджуваних.

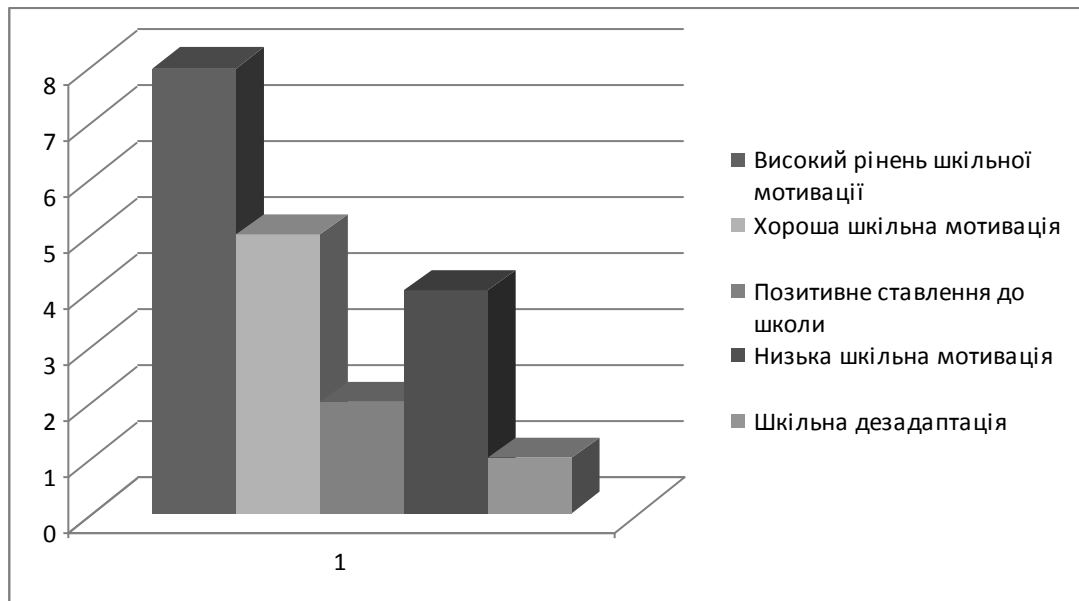
Дослідження проводилось з учнями Мукачівської загальноосвітньої школи I-III ступенів № 10. Вибірка досліджуваних становила 58 осіб: 4 клас – 20 учнів, 7 клас – 19 учнів, 10 клас – 19 учнів. Проведене експериментальне дослідження дало змогу отримати багатий емпіричний матеріал для подальшого аналізу.

Треба звернути увагу на те, що учбова діяльність не виникає автоматично, спонтанно у своїй структурній повноті. Нова діяльність поступово доповнює вже сформовану у дитини. Різні види діяльності взаємопов'язані в єдиному потоці

людського життя, тому істинне розуміння учбової діяльності передбачає розкриття її взаємозв'язків з грою і працею.

Адекватними меті дослідження на першому етапі ми обрали дві діагностичні методики, що можуть оптимально відобразити особливості учбової мотивації в учнів початкових класів, а саме «Оцінка шкільної мотивації учнів початкових класів (Н. Г. Лусканова)» та «Мотиваційна структура навчальної діяльності школяра (М. І. Алексеева, М. Т. Дригус)».

За методикою Н. Г. Лусканової ми змогли визначити рівень шкільної мотивації молодших школярів (4 клас). Результати показали, що у 40 % учнів високий рівень шкільної адаптації, у 25% учнів наявна хороша шкільна мотивація, у 10% учнів середній рівень шкільної адаптації, у 20% учнів низький рівень шкільної адаптації та у 5 % (1 учень) наявна шкільна дезадаптація, що відображено в діаграмі (див. рис. 1).



**Рис. 1. Показники шкільної мотивації учнів початкових класів**

Отримані результати свідчать, що в цілому ставлення до школи у дітей позитивне, в сумі високі результати за даною методикою мають 65% учнів, хоча певний відсоток школярів приваблюють позаурочні аспекти навчання – спілкування з вчителем та однолітками, позиція школяра, атрибутика шкільного життя.

Результати дослідження, за методикою М. І. Алексеевої і М. Т. Дригус «Мотиваційна структура навчальної діяльності школяра», засвідчили наступне: переважаючим мотивом у початкових класах є мотив саморозвитку, середнє значення якого 7,75; на другому місці знаходиться мотив позиції школяра, середнє значення 7,65; зважаючи на результати можна припустити, що учні в цьому віці дані мотиви ототожнюють; середнє значення 6,9 отримав мотив досягнення; на четвертому місці пізнавальний мотив середнє значення якого 6,35, в нашому дослідженні цей мотив займає центральне місце. Наступними є зовнішній мотив (сер. знач. 5,65), комунікативний мотив (сер. знач. 5,25) та емоційний мотив (сер. знач. 5,4). Узагальнені результати даної методики представлені на рис 2.

На кінець навчання у початковій школі має домінувати внутрішня мотивація, що характеризується наявністю пізнавальних потреб та інтересів, але як ми бачимо у даному класі цей мотив займає четверте місце, натомість на першому місці є мотив саморозвитку, що не є поганим показником. Неприємним фактом є те, що зовнішній мотив в мотиваційній структурі навчальної діяльності стоїть вище за комунікативний

та емоційний мотиви, але це підтверджує особливості навчальної мотивації в даному віці. У школярів переважає спрямованість на зовнішню сторону навчальної діяльності.

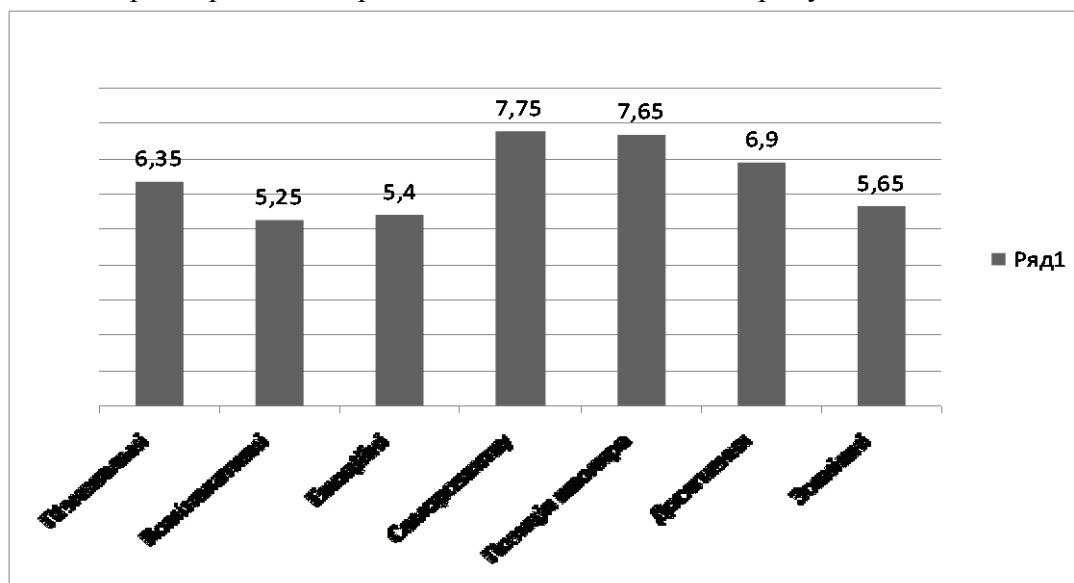


Рис. 2. Результати дослідження за методикою М. І. Алексєєвої і М. Т. Дригус

Другий етап присвячений вивченню навчальної мотивації учнів середніх та старших класів. Діагностичні методики проводились з учнями 7 та 10 класу з метою порівняння отриманих показників. За методикою Б. Пашнева ми отримали наступні результати: провідним мотивом навчання у 7-му класі є мотив матеріального добробуту (серед. знач. 5,11), на другому місці мотив досягнення успіху (серед. знач. 4,47), на третьому – мотив отримання інформації (серед. знач. 4,00), наступним є пізнавальний мотив (серед. знач. 3,84). Як ми можемо помітити у молодших школярів даний мотив також знаходиться на четвертому місці. Нижчі показники мають такі мотиви, як соціально орієнтований мотив обов'язку й відповідальності (серед. знач. 3,79), мотив орієнтації на соціально залежну поведінку (серед. знач. 3,58), мотив престижу (серед. знач. 2,11) та мотив зовнішнього примусу, уникнення покарання (серед. знач. 1,11).

Варто згадати, що навчальна діяльність в підлітковому віці не є провідною. У школярів цього віку найяскравіше виявляється потреба бути прийнятим (афіліативна потреба), але на сьогодні дана потреба ділить своє місце з мотивом матеріального добробуту у зв'язку зі зміною цінностей в суспільстві.

У 10-му класі ситуація дещо схожа, на першому місці мотив матеріального добробуту (серед. знач. 5,89), друге місце розділили пізнавальний мотив та мотив досягнення успіху (серед. знач. 4,21), на третьому місці соціально орієнтований мотив обов'язку й відповідальності (серед. знач. 4,16), мотив отримання інформації на 4-му місці (серед. знач. 3,84), п'ята позиція також поділилась між мотивом престижу та мотивом орієнтації на соціально залежну поведінку (серед. знач. 2,00). У десятому класі так як і в сьомому мотив зовнішнього примусу займає останнє місце (серед. знач. 1,68). Дані наведені на рис. 3.

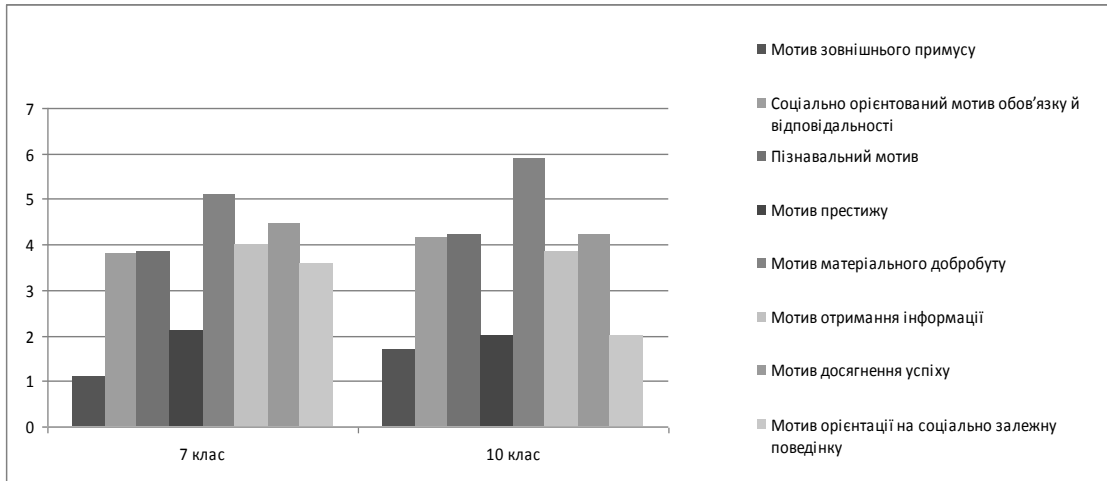


Рис. 3. Результати дослідження на методикою Б. Пашнєва

Отримані результати засвідчують, що школярів середньої і старшої ланки в першу чергу мотивує навчатись бажання багато заробляти, а саме мотив матеріального добробуту та мотив досягнення успіху. Такі результати можна пояснити розвитком суспільства та зміною у ньому цінностей. Суспільство стає споживацьким, а відносини в ньому набувають форми «купівлі-продажу». Надалі показники вже розходяться, але різниця є не великою, у сьомому класі по ієрархії мотивів на третій позиції стоїть мотив отримання інформації, на четвертій - пізнавальний мотив, а на п'ятій - соціально орієнтований мотив обов'язку й відповідальності. Як вже зазначалось у десятому класі пізнавальний мотив стоїть на другому місці разом з мотивом досягнення успіху, це може бути пов'язано з тим, що школярі старшої ланки почитають інтенсивно готуватись до ЗНО та переоцінюють значимість знань. На третьому місці соціально орієнтований мотив обов'язку й відповідальності, а на четвертому – мотив отримання інформації.

Варто зазначити, що для школярів обох класів малозначимим є мотив зовнішнього примусу, це можна відмітити як позитивний факт, так як учні навчаються не тому що побоюються покарання, а з усвідомлених мотивів. «Методика діагностики мотивації до успіху (Т. Елерс)» також проводилась з школярами середньої та старшої ланки, але тут подібності в результатах не спостерігається. У сьомому класі низька мотивація до успіху у 21,05% учнів, середній рівень мотивації присутній у 31,58% учнів та помірно високий рівень мотивації у 47,37% учнів. Дуже високий рівень мотивації до успіху у даному класі відсутній, що не можна сказати про десятий клас, в якому у 10,53% учнів присутній дуже високий рівень мотивації до успіху. Помірно високий рівень мотивації спостерігається у 26,32% учнів, середній рівень мотивації – у 47,37% та 15,78% учнів мають низьку мотивацію до успіху. Дані наведені в таблиці 1 та рис 4.

Таблиця 1.

Порівняння показників мотивації до успіху у середній та старшій ланці

	7 клас	10 клас
Низька мотивація до успіху	21,05%	15,78%
Середній рівень мотивації	31,58%	47,37%
Помірно високий рівень мотивації	47,37%	26,32%
Дуже високий рівень мотивації	0%	10,53%

Нагадаємо, що високо мотивовані на успіх учні краще навчаються у школі. Результати виявились неоднорідними, помірно високий рівень мотивації до успіху у школярів середньої ланки майже у двічі вищий ніж у старшокласників, що говорить про надання переваги середньому рівню ризику у 7-му класі. Але низька мотивація до успіху у сьомому класі має вищий показник, ніж у десятому.

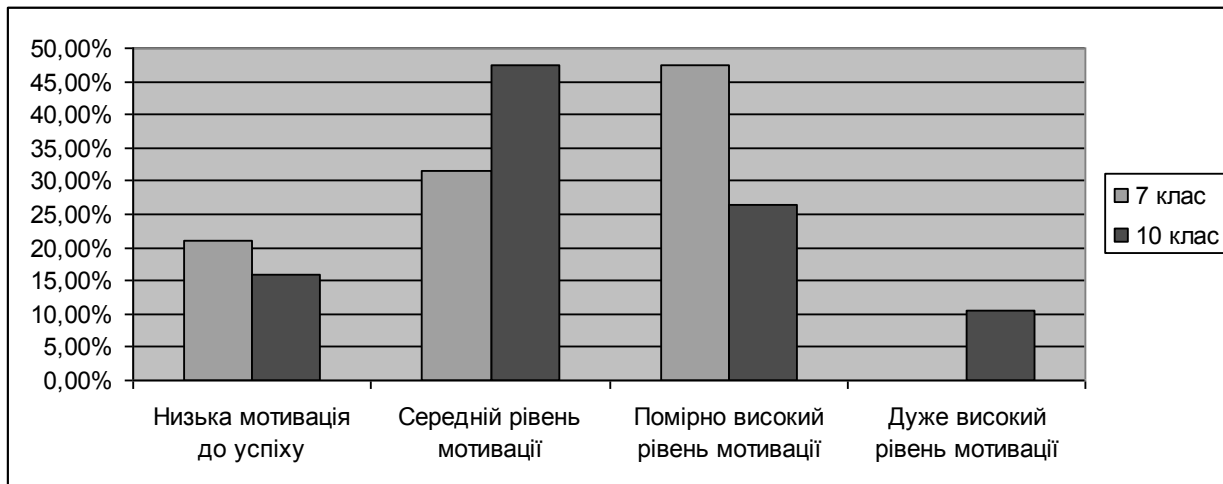


Рис. 4. Результати дослідження мотивації до успіху Т. Елерса

Об'єднавши певні шкали, які є тотожні за значенням ми отримаємо наочне представлення, того як змінюється рівень мотивації з переходом школярів до вищих ланок навчання. Ці дані представлені на рис. 5.

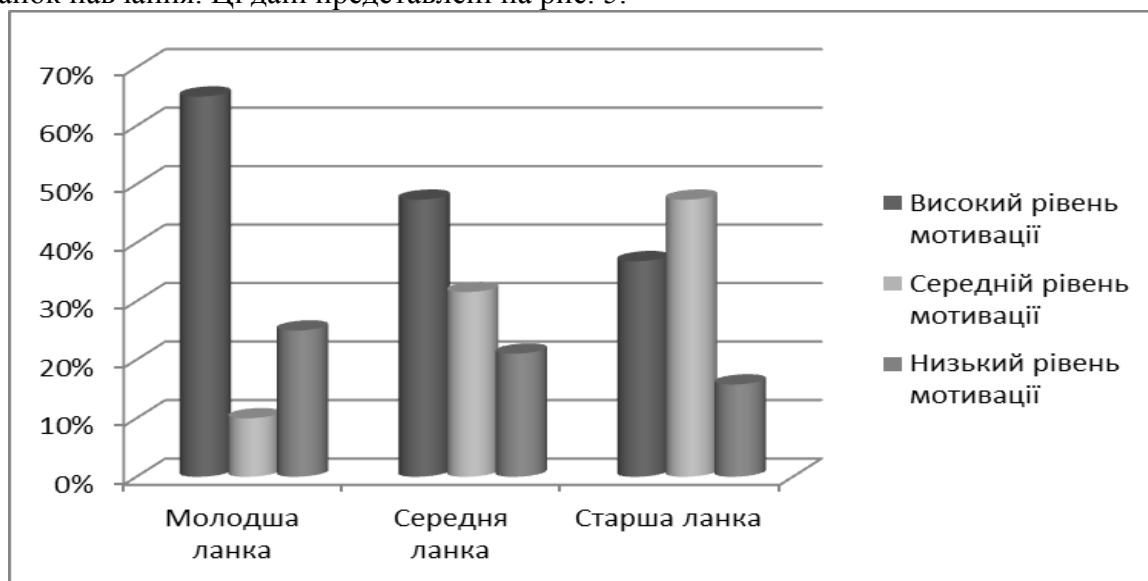


Рис. 5. Порівняльні результати досліджуваних груп

За даними результатами ми можемо говорити, що високий рівень мотивації з переходом до старшої ланки спадає, відзначається спад і низького рівня мотивації, та зростає кількість дітей, у який середній рівень мотивації, тобто мотиви, які є провідними на кожному віковому етапі впливають з різною силою на мотивацію.

**Висновки.** Отже, за результатами дослідження можна констатували спад рівня навчальної мотивації школярів з настанням нового вікового періоду, тобто провідні мотиви школярів впливають на їх навчальну діяльність з різною силою.



Із отриманих результатів очевидні важливість і необхідність формування та корекції мотиваційної системи учнів, яка визначатиме характер учіння та динаміку розумового розвитку. З огляду на це важливим є формування далекоглядної мети учіння, подолання негативного ставлення учнів до шкільного навчання, виховання у школярів правильної організації самостійного оволодіння знаннями, помічати власні навчальні недоліки, застосовувати пізнавальні здібності та свідоме керування своєю учбовою діяльністю.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Педагогічна психологія: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Степанов О.М. - К. : Академвидав, 2011. - 416 с.
2. Діагностика навчальної мотивації : збірник методик / Л. В. Дзюбка, Л. І. Гриценко. - К. : Шкільний світ, 2011. - 128 с.

#### АННОТАЦІЯ

#### ПРОБЛЕМА МОТИВАЦІЇ УЧЕБНОЇ ДЕЯТЕЛЬНОСТІ ШКОЛЬНИКІВ НА РІЗНИХ ВОЗРАСТНИХ ЕТАПАХ

*В статті розглянуті проблеми мотивації учбової діяльності школярів на різних вікових етапах. Також представлені результати та висновки проведеного дослідження щодо рівня мотивації та домінуючих мотивів на різних вікових етапах учбової діяльності.*

**Ключові слова:** мотив, мотивація, учбової діяльності, ведуча діяльність, вікова динаміка, навчання.

#### SUMMARY

#### THE PROBLEM OF MOTIVATING OF EDUCATIONAL ACTIVITIES OF SCHOOLCHILDREN ON DIFFERENT AGE STAGES

*The article deals with the problems of motivation of schoolchildren educational activity on different age stages. Also the results and conclusions of undertaken researches and study of level of motivation and dominant reasons on the different age stages of educational activity.*

**Key words:** motive, motivation, educational activity, leading activity, age-related dynamics, study.

УДК 159.922.8

#### ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ В ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ

КОРНІЄНКО І.О., БІЛАС Г.І.  
Мукачівський державний університет

У статті розглянута проблема копінг-поведінки як готовності особистості вирішувати життєві проблеми. Розглянуто поняття копіngu. Здійснено теоретичний огляд сучасних підходів у психології щодо визначення сутності явища копіngu, копінг-стратегій, копінг-поведінки та копінг-ресурсів особистості. Проведено емпіричне дослідження копінг-поведінки у порівнянні між чоловіками та жінками. Представлено результати даного дослідження особливостей копінг-стратегій дорослих. Зроблено висновки та охарактеризовано, які стратегії поведінки у стресовій ситуації притаманні жінкам, а які чоловікам.

**Ключові слова:** копінг, копінг-поведінка, копінг-стратегії, копінг-ресурси, стрес, особистість, дорослість, гендерні відмінності.

#### *Постановка проблеми*

Кожна людина у своєму житті стикається з різноманітними життєвими перепонами, труднощами, проблемами. Сучасна модель людини у зв'язку з економікою та політизацією суспільства, прискореними темпами змін, зростанням інформаційних та емоційних навантажень, технологічним прогресом переповнена стресовими ситуаціями. Болуче реформування усіх сфер життя призводить до підвищення