

Адаптация диагностического инструментария: опросник «Проактивный копинг»

Е.П. БЕЛИНСКАЯ*,
ФГБОУ ВО МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия,
Elena_belinskaya@list.ru

А.В. ВЕЧЕРИН**,
НИУ ВШЭ, Москва, Россия,
avecherin@hse.ru

В статье представлены результаты адаптации и коррекции русскоязычной версии опросника «Проактивный копинг». Данный опросник был переведен на русский язык Е.С. Старченковой, но результаты его психометрической проверки в публикациях отсутствуют. Оригинальная русскоязычная версия опросника продемонстрировала хорошие показатели согласованности шкал (альфа Кронбаха больше 0,77), но неудовлетворительные показатели соответствия эмпирическим данным по результатам конфирматорного факторного анализа ($\chi^2(df)$ 3025,73(1259); $p < 0,01$; CFI 0,76; TLI 0,75, RMSEA 0,056). На основании содержательного анализа теоретической модели классификации видов совладающего поведения с использованием данных конфирматорного факторного анализа была предложена сокращенная версия опросника, обладающая хорошими показателями соответствия исходным данным ($\chi^2(df)$ 509,05 (307); CFI 0,95; TLI 0,94; RMSEA 0,04). Итоговый сокращенный вариант опросника «Проактивный копинг» продемонстрировал хорошие показатели внутренней дискриминантной валидности; также были получены значимые корреляции с близкими по содержанию шкалами опросника COPE.

Ключевые слова: *совладание с трудностями, проактивный копинг, стратегии совладания.*

Современные исследования совладания с трудностями в значительной степени центрированы на изучении закономерностей когнитивной оценки трудной ситуации [1; 7; 12]. При таком фокусе исследовательского интереса более оче-

Для цитаты:

Белинская Е.П., Вечерин А.В. Адаптация диагностического инструментария: опросник «Проактивный копинг» // Социальная психология и общество. 2018. Т. 9. № 3. С. 137–145. doi:10.17759/sps.2018090314

* *Белинская Елена Павловна* — доктор психологических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова», Москва, Россия, *Elena_belinskaya@list.ru*

** *Вечерин Александр Викторович* — кандидат психологических наук, старший преподаватель, НИУ «Высшая школа экономики», Москва, Россия, *avecherin@hse.ru*

видным стал определенный методологический просчет — неучет того факта, что каждый конкретный акт совладания опирается на предыдущий опыт переживания человеком тех или иных трудностей, который может существенно влиять на оценку ситуации. Соответственно, исследования совладания стали развиваться в направлении выделения процессуальных закономерностей совладания, составив новое прочтение исходной динамической модели Р. Лазаруса [10]. Специфика совладания стала мыслиться как определяемая не столько ситуацией или же особенностями личности, сколько стадией развития взаимодействия субъекта с трудной ситуацией. И представляется вполне логичным, что это привело к анализу активности человека, которую он может проявить до возникновения трудной ситуации. Собственно, на идее антиципации возможных трудностей основана модель проактивного, ориентированного на будущее, совладания [5; 9; 12], ставшая современным воплощением динамической модели Р. Лазаруса — С. Фолкман.

Проактивный копинг, с точки зрения исследователей, также обладает некоторой внутренней структурой. Так, в нем выделяют пять взаимосвязанных компонентов: 1) накопление разных ресурсов (социальных, финансовых, времени и т. д.), которые в последующем могут быть использованы для предупреждения или нейтрализации будущих потерь; 2) понимание, осознание потенциальных стрессоров; 3) оценка потенциальных стрессоров на начальном этапе; 4) заблаговременные, подготовительные попытки совладания; 5) получение вывода и осуществление обратной связи об успешности совершенных попыток [5].

Основные отличия проактивного совладания от всех остальных его форм

видятся нам в следующем. Во-первых, в организации личной временной перспективы: подобный копинг ориентирован в будущее — человек создает собственные ресурсы для будущего совладания, к каковым относятся, например, оптимизм, самоконтроль, поиск смысла. Во-вторых, проактивное совладание представляет собой процесс специфического целеполагания — рефлексирова возможные риски, субъект не оценивает их как угрозу непосредственному существованию, а потому может оценить трудную ситуацию позитивно, как вызов и возможность достижения цели. В-третьих, проактивный копинг опирается на специфическое восприятие потенциальных трудных ситуаций как принципиально вероятностных событий, что приводит к динамике самой мотивации совладания.

Одной из наиболее детально разработанных моделей проактивного копинга сегодня является модель Е. Грингласса. С ее точки зрения, проактивный копинг интегрирует планирование и превентивные стратегии с проактивной саморегуляцией для достижения целей, использованием социальных ресурсов и эмоциональной саморегуляцией деятельности в целом [9].

Описание методики

Опросник «Проактивный копинг» (Proactive Coping Inventory, PCI) был разработан Е. Гринглассом (E. Greenglass), Р. Шварцером (R. Schwarzer) и С. Таубертом (S. Taubert) в 1999 г. [8]. Первоначальный перевод был выполнен Е.С. Старченковой [3], но данные о его валидации отсутствуют. Для проверки качества перевода двум профессио-

нальным переводчикам было предложено сделать независимый перевод, далее версии перевода были показаны экспертам с психологическим образованием. В результате была произведена коррекция четырех пунктов первого перевода. В связи с тем что данный опросник активно используется в профессиональном сообществе, было принято решение пропустить его валидизацию.

Методика содержит 52 утверждения, разделенных на 6 шкал.

Проактивное совладание (ПРО) измеряет отношение человека к трудной ситуации как источнику позитивного опыта. *Рефлексивное совладание (РЕФ)* измеряет представление возможных вариантов поведения, когнитивную оценку ресурсов и прогноз результатов. *Стратегическое планирование (СП)* измеряет способность планирования будущих действий с дифференциацией отдельных задач. *Превентивное совладание (ПРВ)* измеряет способность предвосхитить трудные ситуации с опорой на прошлый опыт. *Поиск инструментальной поддержки (ИП)* фокусируется на поиске респондентом информации от других людей для решения трудной жизненной ситуации. *Поиск эмоциональной поддержки (ЭП)* измеряет способность к регуляции своего эмоционального состояния посредством коммуникации с другими людьми.

Шкала ответов содержит 4 варианта: «абсолютно не согласен», «частично согласен», «скорее согласен, чем не согласен», «полностью согласен», которым при обработке присваиваются значения 1, 2, 3 или 4 балла соответственно. Все пункты всех шкал прямые. Для подсчета итоговых баллов по каждой шкале баллы, полученные по пунктам, суммируются.

Выборка

В нашем исследовании приняло участие 405 респондентов от 18 до 68 лет, 301 женщина (средний возраст — 20 лет, SD=6,78) и 104 мужчины (средний возраст — 21 год, SD=7,52). Участникам исследования было предложено заполнить опросники ОПК и СОРЕ онлайн.

Описание результатов

Результаты сравнительного анализа полученных данных позволяют сделать вывод об отсутствии значительных различий между российской и зарубежными выборками. Уровень согласованности шкал высокий — альфа Кронбаха 0,77 или более по каждой из шкал, что согласуется с результатами исследований в других странах [4; 6; 11].

Для проверки факторной структуры опросника использовался конфирматорный факторный анализ с робастными стандартными ошибками Сатторы—Бентлер. Оригинальная факторная структура показала низкое соответствие факторной модели исходным данным ($\chi^2(df)$ 3025,73(1259); $p < 0,01$; CFI 0,76; TLI 0,75, RMSEA 0,056).

Анализ стандартизированных факторных нагрузок показал, что часть пунктов имеет нагрузку меньше 0,3. В шкале **ПРО** низкая факторная нагрузка у всех обратных пунктов. В шкале **РЕФ** низкая факторная нагрузка у пункта «Если у меня серьезные недопонимания (проблемы) с коллегами, родственниками или друзьями, я заранее репетирую, как буду себя вести» (0,29). Это может быть следствием достаточно сложной формулировки самого вопроса. В шкале **ПРВ** низкая факторная нагрузка у пункта

«Я стараюсь заботиться о своей семье, чтобы оградить ее от возможных неприятностей в будущем» (0,29). Остальные пункты этой шкалы предлагают респонденту оценить подготовку к негативным событиям по отношению к себе, что объясняет полученные результаты.

Анализ индексов модификации Лагранжа показал, что теоретическую модель можно улучшить, если учесть нагрузку наблюдаемых переменных одной шкалы на другие шкалы. Например, пункт «Я всегда нахожу способы разложить сложную проблему на отдельные, более понятные составляющие» помимо основной шкалы **СП** вносит вклад в шкалы **РЕФ** и **ПРВ**, так как по своему смыслу он отражает уверенность респондента в своих когнитивных навыках.

Теоретическая модель значительно улучшается, если учесть ковариацию ошибок наблюдаемых переменных внутри од-

ной шкалы, что можно объяснить смысловым сходством формулировок. В связи с тем что оригинальный опросник содержит 52 вопроса и его заполнение представляет значительную трудность для респондентов, было принято решение исключить пункты с сильной ковариацией и сходные по смыслу или сильно нагруженные для улучшения психометрических показателей опросника. В итоговую версию вошло 27 пунктов (табл. 1). Факторная структура соответствует эмпирическим данным (χ^2 (df) 509,05 (307); CFI 0,95; TLI 0,94; RMSEA 0,04). Уровень согласованности шкал остался высоким – альфа Кронбаха 0,71 или более по каждой из шкал. Согласованность шкал незначительно уменьшилась, что связано с исключением вопросов с высокой ковариацией и близких по смыслу. Итоговая версия краткой версии опросника представлена в приложении.

Таблица 1

**Среднее, стандартное отклонение, альфа Кронбаха и корреляции шкал итоговой версии опросника «Проактивный копинг» (ОПК).
В скобках указаны пункты оригинального РСІ**

Шкала	ПРО	РЕФ	СП	ПРВ	ИП	ЭП
1. ПРО (п. 4, 5, 6, 8, 11, 13)	M=2,98 SD=0,50 $\alpha=0,71$					
2. РЕФ (п. 2, 6, 7, 9, 11)	0,36***	M=2,99 SD=0,59 $\alpha=0,79$				
3. ПЛ (п. 2, 3, 4)	0,32***	0,42***	M=2,61 SD=0,74 $\alpha=0,75$			
4. ПРВ (п. 1, 3, 5, 8, 10)	0,40***	0,67***	0,44***	M=2,87 SD=0,57 $\alpha=0,72$		
5. ИП (п. 1, 4, 5, 6)	0,10	0,09	0,10	0,10	M=2,69 SD=0,65 $\alpha=0,72$	
6. ЭП (п. 1, 2, 4, 5)	0,14	0,03	0,09	0,01	0,49***	M=2,67 SD=0,76

Примечание: *** – $p < 0,001$

Анализ конвергентной валидности опросника «Проактивный копинг»

Для анализа конвергентной валидности была выбрана методика диагностики стратегий совладания СОРЕ как наиболее близкая по содержанию психологических конструктов и адаптированная для русскоязычной выборки [2]. В качестве метода анализа данных был выбран ранговый корреляционный анализ Спирмена.

По результатам корреляционного анализа (табл. 2) шкал итоговой версии опросника «Проактивный копинг» и шкал методики СОРЕ были получены ожидаемые корреляции шкал инструментальной поддержки (**ИП**) и «Использование инструментальной социальной поддержки», эмоциональной поддержки (**ЭП**) и «Использование эмоциональной социальной поддержки». Также содержательно ожидаемыми являются корреляции шкалы проактивного совладания (**ПРО**) с такими шкалами опросника СОРЕ, как «Позитивное переформулирование» и «Активное совладание», а также шкалы рефлексивного совладания (**РЕФ**) со шкалами «Превентивный копинг» и «Подавление конкурирующей деятельности»

в СОРЕ. Заметим здесь же, что на данных нашей выборки были получены большие интеркорреляции шкал опросника СОРЕ ($r=0,5-0,6$, $p<0,001$), чем интеркорреляции шкал опросника «Проактивный копинг» ($r=0,2-0,3$, $p<0,001$), что может говорить о более дифференцируемых измеряемых конструктах.

Неожиданным результатом стала слабая корреляция между шкалами планирования. Содержательный анализ пунктов показал, что шкалы имеют несколько разное содержание. В опроснике СОРЕ измеряется представление человека о том, что он планирует свои действия, в то время как в опроснике ОПК спрашивается о разделении проблемы на отдельные задачи и планировании отдельных этапов достижения цели, т. е. речь идет не о планировании в общем, а о стратегическом планировании.

По результатам анализа можно сделать вывод о хорошей конвергентной валидности итоговой версии опросника «Проактивный копинг». В связи с тем что в опроснике СОРЕ используются похожие конструкты, но их содержание несколько отличается, мы не получили сильных корреляций. В отличие от опросника СОРЕ

Таблица 2
Корреляции шкал ОПК (сокращенная версия) и СОРЕ

	ПРО	РЕФ	ПЛ	ПРВ	ИП	ЭП
Позитивное переформулирование и личностный рост	0,42***	0,20**		0,22**		
Использование инструментальной социальной поддержки					0,61***	0,55***
Активное совладание	0,38***	0,40***	0,28***	0,35***		
Использование эмоциональной социальной поддержки					0,51***	0,62***
Подавление конкурирующей деятельности	0,23***	0,35***	0,32***	0,33***		
Планирование	0,46***	0,47***	0,30***	0,40***		

Примечание: *** – $p<0,001$, ** – $p<0,01$, * – $p<0,05$

итоговая версия опросника «Проактивный копинг» обладает меньшими интеркорреляциями шкал, что может говорить о его лучшей дискриминантной валидности.

Заключение

В данном исследовании была проведена русскоязычная адаптация опросника «Проактивный копинг» (ОПК). Было показано несоответствие теоретической модели видов совладающего поведения с предложенной факторной структурой на данных российской выборки. Эти

результаты пересекаются с данными зарубежных исследований, в которых по результатам эксплораторного факторного анализа также были получены неудовлетворительные результаты [4; 6; 11].

На основании результатов подтверждающего факторного анализа была предложена сокращенная версия опросника с сохранением оригинальной факторной структуры, которая обладает лучшими психометрическими показателями по сравнению с оригинальной версией опросника на данных российской выборки, что позволяет предположить ее больший диагностический потенциал.

Приложение

Сокращенная версия опросника «Проактивный копинг» (ОПК)

Оцените каждое утверждение по следующей шкале: «абсолютно не согласен» — 1, «частично согласен» — 2, «скорее согласен, чем не согласен» — 3, «полностью согласен» — 4.

Для расчета итоговых баллов по шкалам ответы на каждый вопрос шкалы суммируются (все вопросы шкал прямые).

№	Название шкалы и текст пункта
	Проактивный копинг
1	Я люблю рисковать и преодолевать трудности
2	Я визуализирую свои мечты и стараюсь осуществить их
3	Несмотря на возникающие неудачи, я обычно добиваюсь своего
4	Я всегда стараюсь находить обходные пути в сложных ситуациях, и меня ничто не остановит
5	Я воспринимаю трудности как позитивный опыт
6	Если у меня возникает проблема, я беру инициативу в свои руки и решаю ее
	Рефлексивный копинг
7	Я обычно обдумываю несколько путей решения проблем, а не действую импульсивно, по первому побуждению
8	Прежде чем браться за трудное задание, я продумываю различные пути достижения успеха
9	Я приступаю к действиям только после тщательного обдумывания
10	Я смотрю на проблему под разными углами до тех пор, пока не нахожу пути для ее решения
11	Я думаю о возможных последствиях, перед тем как взяться за решение проблемы
	Стратегическое планирование
12	Я обычно составляю план и слеую ему
13	Я разбиваю проблему на части и решаю каждую по отдельности в свое время

№	Название шкалы и текст пункта
14	Я составляю список того, что надо сделать, и стараюсь вначале сфокусироваться на важных пунктах
	Превентивный копинг
15	В моих планах я стараюсь учесть различные случайности
16	Я стараюсь быть готовым ко всему
17	Прежде чем действовать, я обдумываю свою стратегию
18	Я думаю на шаг вперед, чтобы предотвратить опасные последствия
19	Я стараюсь разумно распоряжаться своими деньгами, чтобы не было проблем в будущем
	Инструментальная поддержка
20	Советы других людей могут помочь в решении моих проблем
21	Я легко могу найти людей, способных помочь мне принять правильное решение
22	Я часто спрашиваю других, что бы они сделали в моей ситуации
23	Обсуждение с другими своих проблем может дать новый взгляд на ситуацию
	Эмоциональная поддержка
24	Если я подавлен, я знаю, кто именно может помочь мне почувствовать себя лучше
25	Другие люди помогают мне почувствовать себя окруженным заботой
26	Когда нахожусь в плохом настроении, я говорю об этом с другими
27	Я доверяю свои чувства другим людям, чтобы построить или укрепить близкие отношения

ЛИТЕРАТУРА

1. *Белинская Е.П.* Совладание как социально-психологическая проблема [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2009. № 1(3). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 20.06.2018)
2. *Гордеева Т.О., Осин Е.Н., Рассказова Е.А., Сычев О.А., Шевяхова В.Ю.* Диагностика копинг-стратегий: адаптация опросника COPE // Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе. Материалы II Международной научно-практической конференции. Кострома, 2010.
3. *Старченко Е.С.* Ресурсы проактивного совладающего поведения // Вестник СПбГУ, 2012. Сер. 12. Вып. 1. С. 51–61.
4. *Almássy, Z., Pék, G., & Papp, G.* The Psychometric Properties of the Hungarian Version of the Proactive Coping Inventory: Reliability, Construct Validity and Factor Structure // International Journal of Psychology and Psychological Therapy. 2014. Vol. 14. № 1. P. 115–124.
5. *Aspinwall L.G., Taylor S.E.* A stitch in time: self-regulation and proactive coping // Psychological Bulletin. 1997. № 121. P. 417–436.
6. *Bhushan B., Gautam R., Greenglass E.* The Hindi Adaptation and Standardization of the Proactive Coping Inventory (PCI) // International Journal of Psychology and Psychological Therapy. 2010. Vol. 10. № 2. P. 331–343.
7. *Frydenberg E.* Coping research: Historical background, links with emotion, and new research directions on adaptive processes // Australian Journal of Psychology. 2014. Vol. 66. P. 82–92.
8. *Greenglass E., Schwarzer R., Taubert S.* (1999) The Proactive Coping Inventory (PCI): A multidimensional research instrument [Elektronnyi resurs]. URL: <http://userpage.fu-berlin.de/~health/greenpci.htm> (date of access 17.04.18)

9. Greenglass E.R. Proactive coping // Beyond coping: Meeting goals, vision, and challenges / E. Frydenberg (ed.). London: Oxford University Press, 2002. P. 37–62.
10. Lazarus R.S. Coping theory and research: past, present and future // Psychosomatik Medicine. 1993. № 55. P. 237–247.
11. Roesch S.C., Aldridge A.A., Huff T.L. P., Langner K., Villodas F., Bradshaw K. On the dimensionality of the proactive coping inventory: 7, 5, 3 factors? // Anxiety, Stress and Coping. 2009. Vol. 22. P. 327–339. doi:10.1080/10615800
12. Schwarzer R. Stress, Resources, and Proactive Coping // Applied Psychology: An International Review. 2001. Vol. 50. P. 400–407.

Adaptation of “Proactive Coping Inventory”

E.P. BELINSKAYA*,

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia,
elena@belinskaya@list.ru

A.V. VECHERIN,**

National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia,
avecherin@hse.ru

The article presents the results of adaptation and correction of the Russian-language version of the questionnaire “proactive copying inventory”. This questionnaire was translated into Russian by E.S. Starchenkova, but the results of its psychometric verification are not available in publications. The original Russian version of the questionnaire showed good consistency of scales (Cronbach’s alpha was greater than 0.77), but unsatisfactory compliance with empirical data by the results of confirmatory factor analysis ($\chi^2(df)$ 3025.73 (1259); $p < 0.01$; CFI 0.76; TLI 0, 75, RMSEA 0.056). Based on the analysis of the theoretical model of the classification of coping behavior using the Confirmatory Factor Analysis, a shortened version of the questionnaire was proposed which has good indicators of compliance with the original data ($\chi^2(df)$ 509,05 (307); CFI 0.95; TLI 0.94; RMSEA 0.04). The abbreviated version showed good indices of internal discriminant validity, and significant correlations were also obtained with the scales of the COPE questionnaire that were close in content.

Keywords: coping with difficulties, proactive coping, coping strategies.

For citation:

Belinskaya E.P., Vecherin A.V. Adaptation of “Proactive coping inventory”. *Sotsial’naia psikhologiya i obshchestvo [Social Psychology and Society]*, 2018. Vol. 9, no. 3, pp. 137–145. doi:10.17759/sps.2018090314 (In Russ., abstr. in Engl.).

* *Belinskaya Elena P.* — Doctor of Science in Psychology, professor, Moscow State Lomonosov University, Moscow, Russia, elena@belinskaya@list.ru

** *Vecherin Alexandr V.* — PhD in psychology, senior lecturer, National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia, avecherin@hse.ru

REFERENCES

1. Belinskaya E.P. Sovladanie kak social'no-psihologicheskaya problema [Coping as a socio-psychological problem [Coping as a socio-psychological problem]. *Psichologicheskie issledovaniya [Psychological research]*, 2009, no. 1 (3). URL: <http://psystudy.ru> (Accessed 20.06.18)
2. Gordeeva T.O., Osin E.N., Rasskazova E.A., Sichev O.A., Shevyahova V.U. Diagnostika koping-strategiy: adaptaciya oprosnika COPE [Diagnosis of coping strategies: adaptation of the COPE questionnaire]. *Psihologiya stressa I sovladayushchego povedeniya v sovremennom rossiyskom obschestve [Psychology of stress and coping behavior in modern Russian society]*. Materiali II mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferencii [Materials of the II International Scientific and Practical Conference]. Kostroma, 2010.
3. Starchenkova E.S. Resursy proaktivnogo sovladayushchego povedeniya [Resources of proactive coping behavior]. *Vestnik SPbGU [Bulletin of St. Petersburg state University]*, Ser. 12. 2012, no. 1, pp. 51–61.
4. Almásson, Z., Pék, G., Papp, G. The Psychometric Properties of the Hungarian Version of the Proactive Coping Inventory: Reliability, Construct Validity and Factor Structure. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 2014. Vol. 14, no. 1, pp. 115–124.
5. Aspinwall L.G., Taylor S.E. A stitch in time: self-regulation and proactive coping. *Psychological Bulletin*, 1997, no. 121, pp. 417–436.
6. Bhushan B., Gautam R., Greenglass E. The Hindi Adaptation and Standardization of the Proactive Coping Inventory (PCI). *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 2010. Vol.10, no. 2, pp. 331–343.
7. Frydenberg E. Coping research: Historical background, links with emotion, and new research directions on adaptive processes. *Australian Journal of Psychology*, 2014. Vol. 66, pp. 82–92.
8. Greenglass E., Schwarzer R., Taubert S. (1999) The Proactive Coping Inventory (PCI): A multidimensional research instrument [Elektronnyi resurs]. URL: <http://userpage.fu-berlin.de/~health/greenpci.htm> (date of access 17.04.18).
9. Greenglass E.R. Proactive coping. In E. Frydenberg (ed.). *Beyond coping: Meeting goals, vision, and challenges*. London: Oxford University Press, 2002, pp. 37–62.
10. Lazarus R.S. Coping theory and research: past, present and future. *Psychosomatik Medicine*, 1993, no. 55, pp. 237–247.
11. Roesch S.C., Aldridge A.A., Huff T.L. P., Langner K., Villodas F., Bradshaw K. On the dimensionality of the proactive coping inventory: 7, 5, 3 factors? *Anxiety, Stress and Coping*, 2009. Vol. 22, pp. 327–339. doi:10.1080/10615800
12. Schwarzer R. Stress, Resources, and Proactive Coping. *Applied Psychology: An International Review*, 2001. Vol. 50, pp. 400–407.