

## ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ / EMPIRICAL STUDIES

Научная статья / Research Article  
<https://doi.org/10.11621/LPJ-24-03>  
УДК/UDC 159.9.07, 159.923.2

### Стремление к трудности как тип восприятия жизненных ситуаций

Е.В. Битюцкая✉, М.И. Кунашенко

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва,  
Российская Федерация

✉ [bityutskaya\\_ew@mail.ru](mailto:bityutskaya_ew@mail.ru)

#### Резюме

**Актуальность.** Исследование типов восприятия трудных жизненных ситуаций является востребованной задачей, поскольку знание об особенностях восприятия субъектом происходящих событий позволяет прогнозировать характер его взаимодействия с ситуацией. В статье представлена классификация восприятия трудных жизненных задач (ТЖЗ) — ситуаций, предполагающих достижение значимой трудной цели. Основанием выделения типов является направленность субъекта на приближение к трудной ситуации или уход от нее.

**Цель.** Целью является психологический анализ стремления к трудности, связанного с переживанием драйва, как типа восприятия ТЖЗ.

**Выборка.** В исследовании приняли участие 611 респондентов ( $M_{\text{возраст}} = 25$ ;  $SD = 5,8$ ; 427 женщин), студенты и специалисты различных профессий. Тип, описывающий стремление к трудности, выявлен в 11% случаев.

**Методы.** Для сбора данных применялась методика, позволяющая получить качественные данные, в сочетании с опросником «Типы ориентаций в трудной ситуации». На основе профиля респондента по опроснику и значимых признаков в качественных данных каждое описание ТЖЗ было отнесено к одному из пяти типов. Процедура обработки данных включала контент-анализ и математическую обработку (критерий U Манна — Уитни, анализ частот).

**Результаты.** Выделены особенности стремления к трудности как типа восприятия ТЖЗ на основе анализа категорий, характеризующих: содержание ситуации, эмоции, энергию, оценки, копинг, цели, возможности и ограничения, успех и неуспех. Показано, что данный тип предполагает переживание положительных эмоций, полноты энергии и возможностей,

желание достичь максимального результата, цели саморазвития. Это связано с положительной оценкой и переоценкой, чувством контроля над ситуацией, копингом приближения. В то же время характерной особенностью стремления к трудности является амбивалентное отношение к трудной задаче.

**Выводы.** Исследование продемонстрировало ряд признаков, достоверно отличающих стремление к трудности от других типов восприятия ТЖЗ, что дает основания считать его отдельным типом.

**Ключевые слова:** трудная жизненная задача, восприятие ситуации, стремление к трудности, драйв, копинг

**Финансирование.** Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 23-28-01255, <https://rscf.ru/project/23-28-01255>.

**Благодарности.** Авторы выражают благодарность доценту факультета психологии МГУ Н.Г. Малышевой за сотрудничество при разработке кодировочной системы контент-анализа и выпускникам этого факультета А.Г. Докучаевой и Д.Ю. Зуеву за помощь при обработке данных.

Для цитирования: Битюцкая, Е. В., Кунашенко, М. И. (2024). Стремление к трудности как тип восприятия жизненных ситуаций. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 47(1), 56–87. <https://doi.org/10.11621/LPJ-24-03>

## Striving for Difficulty as a Type of Perception of Life Situations

Ekaterina V. Bityutskaya✉, Marina I. Kunashenko

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russian Federation

✉ [bityutskaya\\_ew@mail.ru](mailto:bityutskaya_ew@mail.ru)

### Abstract

**Background.** Studying the types of perception of difficult life situations is a demanded task, since knowledge about the subject's perception of ongoing events allows us to predict the characteristics of his interaction with the situation. The article presents a classification of the perception of difficult life tasks — situations that involve achieving a significant difficult goal. The basis for identifying types is the subject's focus on approaching a difficult situation or avoiding it.

**Objectives.** Objective is an analysis of the desire for difficulty associated with the experience of drive, as a type of perception of difficult life task.

**Study Participants.** The study involved 611 respondents ( $M_{\text{age}} = 25$ ;  $SD = 5.8$ ; 427 women), students and specialists of various professions. The type describing the desire for difficulty was identified in 11% of cases.

**Methods.** To collect data, we used the Structured Description of the Situation Technique (allowing us to obtain qualitative data) in combination with the “Types of Orientations in Difficult Situations” questionnaire (TODS). Based on the profile of the respondent on the questionnaire and the characteristics significant for the type, each description of the difficult life task was assigned to one of five types. The data processing procedure included content analysis and mathematical processing (Mann — Whitney U test, frequency analysis).

**Results.** The features of striving for difficulty as a type of perception of difficult life tasks are highlighted based on the analysis of categories characterizing the content of the situation, emotions, energy, appraisals of life tasks, coping, goals, possibilities and restrictions, worst-case scenario and best-case scenario. It is shown that this type involves the experience of positive emotions, fullness of energy and possibilities, the desire to achieve the best results, and goals of self-development. This is associated with a positive appraisal and reappraisal, approach coping, a sense of control over the situation. At the same time, a characteristic feature of the desire for difficulty is an ambivalent attitude towards a difficult task.

**Conclusions.** The study demonstrated a number of signs that reliably distinguish the desire for difficulty from other types of perception of difficult life tasks, which gives grounds to consider it a separate type.

**Keywords:** difficult life task, perception of the situation, striving for difficulty, drive, coping

**Funding.** The reported study was funded by Russian Science Foundation, project number 23-28-01255, <https://rscf.ru/en/project/23-28-01255/>

**Acknowledgements.** The authors express their gratitude to Associate Professor of the Faculty of Psychology of Moscow State University N.G. Malysheva for her cooperation in developing a coding system for content analysis and to A.G. Dokuchaeva and D.Yu. Zuev, graduates of this department.

**For citation:** Bityutskaya, E. V., Kunashenko, M. I. (2024). Striving for difficulty as a type of perception of life situations. *Lomonosov Psychology Journal*, 47(1), 56–87. <https://doi.org/10.11621/LPJ-24-03>

## Введение

В процессе совладания с трудной жизненной ситуацией человек создает образ происходящего и будущего; в соответствии с этим он строит программу действий. В таком контексте изучение типов

восприятия трудных ситуаций является востребованной задачей, поскольку позволяет прогнозировать особенности взаимодействия субъекта с ситуацией.

### **Классификации копинга**

Рассматривая развитие взглядов на типы копинга, можно выделить разные подходы к разработке классификаций. В более ранних исследованиях описывались теоретические основания для типологий. К самым известным из них относятся *функции копинга* в процессе адаптации, позволяющие разделить проблемно- и эмоционально-ориентированный варианты копинга (Lazarus, Folkman, 1984), или первичный и вторичный контроль (Weisz et al., 1994); а также *направленность* на приближение к стрессовой ситуации / избегание-уход от нее (approach and avoidance). Измерение приближение — уход часто используется в современных исследованиях и описывает когнитивную и эмоциональную активность, которая ориентирована либо на восприятие стрессора, либо на отвлечение внимания от него (Roth, Cohen, 1986). Соотнося приближение и уход со способами копинга, авторы различают копинг-стратегии, с одной стороны, способствующие контакту со стрессовой ситуацией, а с другой — позволяющие избежать проблемы. Причем эти типы не являются взаимоисключающими, а могут дополнять друг друга (Skinner et al., 2003).

В.А. Петровский и И.М. Шмелев (Петровский, Шмелев, 2019) предлагают два основания для классификации совладающего поведения: адаптивность — неадаптивность и активность — пассивность. На основе этих критериев авторы выделяют четыре варианта «обращения» с трудными жизненными ситуациями: защита (пассивно-адаптивное поведение), копинг (активно-адаптивное поведение), овладение (активно-неадаптивное поведение), самодеструкция (пассивно-неадаптивное поведение).

Наиболее отчетливый современный тренд разработки типологий копинга связан с применением анализа латентных профилей и кластерного анализа (Doron et al., 2015; Kavčič et al., 2022; Muniandy et al., 2022; Nagy, Balázs, 2023). Использование этих статистических процедур основывается на предположении о возможности выявления типичных профилей для групп людей со схожими моделями копинга, а фактически — схожими представлениями о копинге (поскольку исследования проводятся на основе опросников). Профилем называется комбинация копинг-стратегий, выявленных по опроснику. Такие исследования чаще всего выполняются в контексте

лично-ориентированного подхода, что означает, во-первых, выявление *групп людей* со схожими профилями в противоположность группированию переменных (как, например, в эксплораторном факторном анализе). Во-вторых, такой подход зачастую основывается на исследовании стабильных личностных черт (Muniandy et al., 2022; Nagy, Balázs, 2023).

Обобщая современные представления о классификациях в области психологии копинга, можно выделить дедуктивный (сверху вниз, от теоретических оснований) и индуктивный (снизу вверх, от эмпирических данных) подходы. При этом отметим, что все существующие классификации в основном строятся вокруг типов *копинг-стратегий*. В ряде случаев показаны характеристики уровня воспринимаемого стресса, которые коррелируют с обнаруженными профилями (Doron et al., 2015; Chen et al., 2022; Muniandy et al., 2022). Однако *восприятие* и интерпретация преодолеваемой субъектом ситуации как *целостный образ* остается малоизученным феноменом. Между тем не только в ситуационном, но и в персонологическом подходе к пониманию копинга признается ведущая роль «взаимодействия между человеком и окружающей средой, предполагающего субъективное восприятие и оценку факторов стресса» (Lecic-Tosevski et al., 2011).

Классификация, которая рассматривается в настоящей статье, включает характеристики воспринимаемой ситуации, в том числе совладание с ней. Классификация создана на материале трудных жизненных задач (ТЖЗ), рассматриваемых как тип трудных жизненных ситуаций, предполагающих достижение высокой значимой цели, возможность контроля со стороны субъекта. Подход описывает выделение типов экспертом-психологом на основе, во-первых, анализа профиля респондента по опроснику и, во-вторых, дальнейшего сопоставления этого профиля с качественными данными (описанием ТЖЗ). Использование качественных данных необходимо, потому что восприятие ситуации предполагает учет индивидуальных интерпретаций и оценок ситуаций, которые невозможно изучить при использовании только опросников. При разработке типологии ее основанием является «приближение — уход», соотносимые в первую очередь с когнитивной и эмоциональной активностью (по Roth, Cohen, 1986). Однако дальнейший анализ эмпирических данных показал, что большая часть респондентов сообщают об одновременном приближении к трудной ситуации и уходе от нее. Соответственно, мы выделяем также амбивалентный тип. Тем самым используемая в данной работе классификация типов восприятия предполагает

приближение, уход, амбивалентное восприятие. Приближение далее разделяется на три подтипа: драйвовый, максимальный и оптимальный. Таким образом, классификация включает пять типов (Рисунок), разработана дедуктивным путем. Отметим также, что в контексте предлагаемой типологии важным является ситуационный контекст, а не устойчивые личностные черты. Однако ряд общих характеристик, которые мы выявили для групп людей, позволяет нам описать схожие паттерны восприятия.

### **Понятие драйва**

В данной работе мы рассматриваем один из выделенных нами типов — *стремление к трудности*, который связан с переживанием воодушевления при достижении значимой трудной цели, что обозначается понятием «драйв». В классическом понимании драйв — это мотивация, возникающая из-за психологической или физиологической потребности, а также состояние, побуждающее человека совершать действия, которые позволят ему достичь желаемой цели (Хекхаузен, 2003; Hull, 1943). Согласно представлениям В.А. Петровского, драйв — это телесное возбуждение в ответ на действие провокативного стимула (Петровский, 2013). При описании психологических факторов, определяющих готовность к определенному копингу в рамках концептуальной модели «типов ориентаций в трудных ситуациях», драйв был описан как потребностное состояние, побуждение к определенным действиям, высокий уровень мотивации, приближающей к трудной жизненной ситуации (Битюцкая, 2018). В этом контексте драйв понимается как психологическое состояние, которое формирует определенное восприятие трудной жизненной задачи.

**Цель исследования** — описать стремление к трудности, связанное с переживанием драйва, как тип восприятия трудных жизненных ситуаций.

Реализуя данное исследование, мы исходим из двух предположений. Во-первых, если стремление к трудности является отдельным типом, то у него должны быть признаки, отличающие его от других типов. Однако восприятие ТЖЗ, характерное для данного типа, не ограничивается такими признаками. Из этого следует второе допущение: качественно-количественный подход, реализованный в данной работе, позволяет описать характеристики воспринимаемой ТЖЗ (эмоции, оценки и другие составляющие образа), которым придают значение большинство респондентов, отнесенных к этому типу.

Исходя из этого, мы решали две эмпирические задачи: 1) провести сравнение показателей, полученных для драйвового типа и других типов, и выделить наиболее существенные различия, которые будут подтверждены на основе статистического анализа; 2) описать значимые для этого типа воспринимаемые характеристики ситуации (оценки, копинг-стратегии и другие) на основе анализа частот встречаемости подкатегорий.

### **Выборка**

В общую выборку исследования вошли 611 участников, из них 184 мужчины и 427 женщин (в возрасте 19–52 года;  $M = 25$ ;  $SD = 5,8$ ) — студенты московских вузов, а также работающие специалисты с высшим и средним специальным образованием, жители Москвы и Московской области. Все респонденты подтвердили добровольное участие в исследовании, дав информированное согласие. Драйвовый тип восприятия был выявлен в 11% описаний ТЖЗ, предоставленных респондентами (см. далее).

### **Методики**

Для изучения восприятия ТЖЗ в данном исследовании мы использовали следующие методики.

*Методика структурированного описания ситуации* операционализирует восприятие ТЖЗ и позволяет получить качественные данные в виде *описания ТЖЗ*. Методика включает вводную инструкцию, предполагающую формулирование трудной жизненной задачи, и шесть открытых вопросов о ней:

Сформулируйте свою жизненную ситуацию, которая является трудной задачей, требующей решения в данный период времени:

1. Как Вы ее воспринимаете, оцениваете, переживаете и преодолеваете (какие действия помогают Вам преодолеть ситуацию или свое состояние)?

2. Каковы Ваши цели в этой ситуации?

3. Какие возможности и ограничения есть у Вас при достижении цели?

4. Нужна ли Вам в этой ситуации помощь (поддержка) окружающих людей?

5. Если все сложится очень плохо, что это будет? (Максимальный неуспех.)

6. Опишите, что для Вас будет максимально успешным выходом, разрешением ситуации.

Каждый респондент вначале описывал актуальную для него ситуацию по данной инструкции, а затем эту же ситуацию анализировал на основе опросника.

Опросник «*Типы ориентаций в трудной ситуации*» (ТОРС) предназначен для диагностики восприятия актуальной для респондента трудной ситуации, которую он описывает. ТОРС основан на концептуальной модели типов ориентаций в трудных ситуациях и позволяет получить профиль респондента по восьми шкалам, операционализирующим ориентации. Три из них направлены на приближение к трудной задаче: драйв, тщательность, ориентация на возможности; три — на уход от решения проблемы: избегание, бездействие, беспечность; две остальные — ориентации на сигналы угрозы и на препятствия — могут сочетаться как с приближением, так и с уходом (Битюцкая, Корнеев, 2020).

В данной работе определялось сочетание выраженных ориентаций. Дифференцирующими для нас были шесть шкал, относящиеся к приближению и к уходу. Основанием для разделения респондентов на группы были значения по шкалам в индивидуальном профиле, выводимые из шкалы инструкции (от 0 до 3 баллов), где 1,5 является средним значением<sup>1</sup>. Соответственно, баллы 1,5 и выше мы интерпретировали как выраженность ориентации.

*Определение типов восприятия трудных жизненных задач* производится экспертом-психологом по сочетанию признаков: 1) выраженности ориентаций в профиле опросника ТОРС и 2) наличию значимых для типа индикаторов в описаниях ТЖЗ. Последние выделены на основе концептуальной модели типов ориентаций в трудных ситуациях (Битюцкая, 2018). Например, для определения драйвового типа использовались следующие признаки. В профиле ТОРС наиболее высокие (или высокие) баллы имеет шкала «драйв» в сочетании с выраженностью других ориентаций приближения к трудности и невыраженностью ориентаций ухода. В качественных данных описаны положительные оценки и эмоции, стремление к саморазвитию, повышение энергии<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Выбор такой границы (а не выборочного среднего) обоснован тем, что нам важно соотнести показатели респондента с заданной в инструкции шкалой оценки частоты, а не сравнивать эти показатели с относительными значениями для выборки.

<sup>2</sup> Значимость перечисленных признаков для определения драйвового типа не означает их отсутствия в описаниях, отнесенных к другим типам.



Итак, в работе анализируются пять типов:

*I драйвовый* (n = 67) — стремление к трудности, связанное с переживанием драйва;

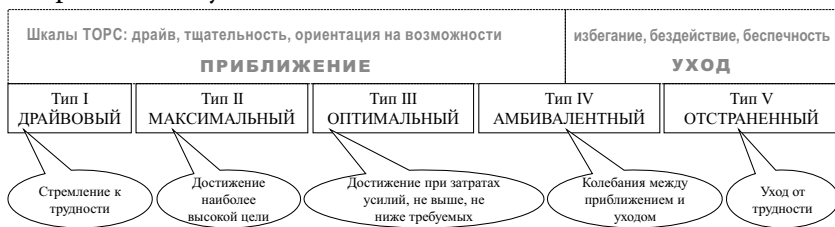
*II максимальный* (n = 89) — многозадачность и достижение перфекционистской цели при наиболее высоких затратах усилий;

*III оптимальный* (n = 139) — направленность на достижение трудной цели оптимальными усилиями (не выше, не ниже, чем требуют условия задачи);

*IV амбивалентный* (n = 245) — колебания между приближением к трудности и уходом от нее;

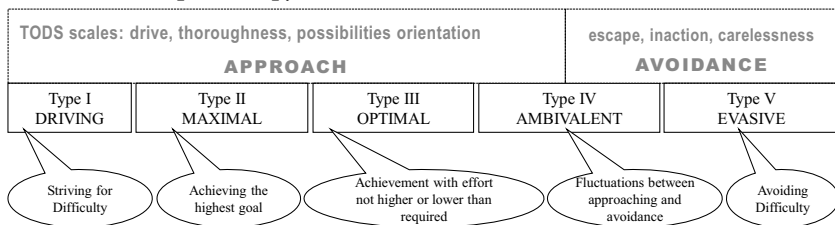
*V отстраненный* (n = 60) — уход от тяжелых переживаний, которыми поглощено сознание, избегание трудной ситуации.

Некоторые описания ТЖЗ (n = 11) не были отнесены ни к одному из перечисленных типов. Соответственно, расчеты выполнялись на материале 600 случаев.



**Рисунок**

**Пять типов восприятия трудных жизненных задач**



**Figure**

**Five types of perception of difficult life tasks**

*Процедура обработки данных* включала контент-анализ и математическую обработку. Применяемая для контент-анализа данных *Методики структурированного описания* кодировочная инструкция разработана Е.В. Битюцкой и Н.Г. Малышевой и позволяет выделить основные категории, относящиеся к трем параметрам восприятия,

выделенным на основе теоретического анализа: образ ситуации, образ Я как субъекта ситуации, взаимодействие субъекта и ситуации (Битюцкая, Корнеев, 2023). Основные категории представлены в Таблице 1. Часть категорий относились ко всему тексту (они выделены в таблице), а другая часть — только к ответам на определенные вопросы. Для анализа данных общей выборки привлекались обученные контент-анализу кодировщики. Каждый случай кодировался двумя-тремя кодировщиками; при наличии расхождений проводилось обсуждение. Выполнялся сплошной подсчет, то есть мы фиксировали, а затем подсчитывали все имеющиеся в тексте индикаторы каждой подкатегории. В результате частота одной подкатегории в одном описании ТЖЗ могла быть больше 1.

Для выделения особенностей стремления к трудности как типа восприятия ТЖЗ было проведено попарное сравнение средних значений выборок, соотносимых с пятью типами. Показатели группы респондентов, отнесенных к I типу, сравнивались с показателями других групп при помощи критерия U Манна — Уитни. Для анализа смысловых тем, которые наиболее значимы в описаниях ТЖЗ этого типа, выделялись доли (проценты) частоты подкатегорий внутри каждой категории.

**Таблица 1**

**Категории, которые использовались в контент-анализе**

<b>Образ ситуации</b>	<b>Образ Я (субъект ситуации)</b>	<b>Взаимодействие субъекта и ситуации</b>
– Содержание ситуации	– Эмоции*	– Степень и суть трудности*
– Время*	– Энергия*	– Валентность оценки
– Возможности ( <i>подкатегории, относящиеся к ситуации</i> )	– Возможности ( <i>подкатегории, относящиеся к Я</i> )	– Основания оценки
– Ограничения ( <i>подкатегории, относящиеся к ситуации</i> )	– Ограничения ( <i>подкатегории, относящиеся к Я</i> )	– Критерии оценки
– Представления об успешном развитии ситуации (Успех)	– Мотивация*	– Копинг
– Представления о не-успешном развитии ситуации (Неуспех)		– Содержание цели
		– Уровень цели
		– Необходимость помощи
		– Содержание помощи

*Примечание:* \* — категории, относящиеся ко всему тексту описания ТЖЗ.

**Table 1**  
**Categories used in content analysis**

<b>Image of the situation</b>	<b>Self-image (subject of the situation)</b>	<b>Interaction between subject and situation</b>
– Contents of the situation	– Emotions*	– Degree and essence of difficulty*
– Time*	– Energy*	– Valence of appraisal
– Possibilities ( <i>subcategories relevant to the situation</i> )	– Possibilities ( <i>subcategories related to Self</i> )	– Basis of appraisal
– Restrictions ( <i>subcategories relevant to the situation</i> )	– Restrictions ( <i>subcategories related to Self</i> )	– Criteria for appraisal
		– Coping
– Ideas about the successful development of the situation (Best-case scenario)	– Motivation*	– Goal content
– Ideas about the unsuccessful development of the situation (Worst-case scenario)		– Goal level
		– Need for help
		– Help Contents

Note: \* – categories that apply to the entire text of the difficult life task description.

## **Результаты**

В соответствии с задачами исследования были проведены два этапа обработки результатов контент-анализа.

*На первом этапе* мы провели попарные сравнения средних значений подвыборок по частоте подкатегорий. Подвыборка драйвового типа (обозначаемого далее I) сопоставлялась с каждой подвыборкой других типов. Эти результаты представлены в Таблице A1 (Приложение); приведены только те подкатегории, по которым были получены статистически значимые различия.

*На втором этапе*, анализируя массив данных, отнесенных к I типу, мы рассмотрели, как распределяются частоты подкатегорий внутри категорий. В Таблице A2 (Приложение) приведены наиболее часто упоминаемые категории и подкатегории.

Проанализируем полученные результаты.

### *Содержание ситуации*

Рассматривая содержание ТЖЗ, мы соотнесли их с классификацией, включающей шесть жизненных сфер: 1) материально-бытовая,

2) профессиональная, 3) межличностная, 4) внутриличностная, 5) общественная (макро-) сфера, 6) угроза жизни и предельные ситуации (Битюцкая, Корнеев, 2023). По нашим результатам, по сравнению с другими типами, I тип значимо чаще описан для профессиональных трудностей (обозначим эту сферу как C1) и ситуаций внутриличностной сферы, связанных с будущим (C5) (Таблица A1). В описаниях людьми болезней и трудностей в отношениях с партнером I тип не обнаружен.

Согласно анализу частот (Таблица A2), также наиболее часто упоминаются профессиональная (C1) и связанная с профессионализацией учебная деятельность (C2), внутриличностные конфликты и трудности принятия решения (C3), трудности распределения времени (C4). Приведем примеры формулировок таких ситуаций.

«Выпуск книги. По работе я готовлю подарочное издание для вручения его министру, его заместителям и еще ряду высокопоставленных лиц» (C1).

«Поступление в магистратуру в Нидерландах» (C2).

«Решиться исполнять свои мечты о будущем прямо сейчас: занятие любимым делом и переезд» (C3).

«Нахождение правильного соотношения своего времени: учеба, работа, дом, личное развитие, изучение языка, личное проявление» (C4).

«На данный момент, в этот период в моей жизни меня волнует то, что я буду делать после окончания университета. Я очень хочу перемен» (C5).

### Эмоции

Частота подкатегорий, связанных с *позитивными эмоциями*, оказалась одним из наиболее четко дифференцирующих признаков I, в других типах упоминания этого признака значимо реже или не встречаются (в описаниях V типа). Как видно в Таблице A1, респонденты с отношением к трудности по I типу значимо чаще упоминают позитивные интенсивные эмоции («бурные эмоции», «большая радость», «запал любви к жизни», вдохновение, наслаждение) и позитивные неинтенсивные эмоции (удовольствие, интерес). Отметим, что в описаниях, относящихся к I типу, часто отмечается привлекательность неопределенной, сложной задачи и новизны, интерес к ней и вдохновение.

Однако по результатам второго этапа сравнения (Таблица A2) мы видим, что позитивные эмоции составляют 43,8% от всех упоминаний

эмоций, представленных в описаниях I типа. 48,9% эмоций обозначены как негативные интенсивные эмоции (страх, безысходность) и негативные неинтенсивные эмоции («фоновая тревога», «нервозность»). Кроме того, в ответе одного респондента могут встречаться одновременно описания позитивных и негативных эмоций, что определяет амбивалентное переживание.

### *Энергия*

Признак, отличающий I тип от других типов (за исключением максимального), — ощущение субъектом *высокого уровня энергии* («слишком много энергии по ночам», «много сил для действий»), см. Таблицу A1. Однако это редко встречающаяся подкатегория для всей выборки. В Таблице A2 показано, что наиболее часто упоминаемыми подкатегориями энергии является *необходимость затрат* ресурсов («для этого надо приложить титанические усилия»), *низкий уровень энергии* («чувствую себя опустошенной»), ее *возрастание* («периоды стремительного подъема энергии»). В целом это указывает на наличие амбивалентных характеристик для энергии.

### *Оценки*

Ряд индикаторов I типа связаны с разными характеристиками оценки трудной ситуации. К отличающим признакам относятся *положительная оценка*<sup>3</sup> (1), *вызов* (2), *масштабность* (3). Последняя в целом на выборке упоминается редко, но главным образом обнаруживается в описаниях, отнесенных к I типу. Масштабной мы определяли задачу, которую субъект описывает как глобальную, грандиозную в контексте своей жизни или жизни всего человечества.

*Контроль над ситуацией* (4) чаще всего упоминается в ответах представителей I и III типов, редко обнаруживается в описаниях II и IV типов и совсем не упоминается в описаниях ТЖЗ, отнесенных к V типу (значимые различия I обнаружены со всеми типами, кроме III, см. Таблицу A1). Напротив, *неподконтрольность* ситуации в описаниях ТЖЗ, отнесенных к I типу, встречается в единичных случаях.

*Необходимость достичь максимального результата* (5) как оценка трудности ситуации значимо чаще называется представителями

---

<sup>3</sup> Положительная оценка для I типа выявлена значимо чаще, по сравнению с другими типами, а отрицательная — реже, по сравнению с тремя типами; исключение составляет III тип (Таблица A1).

I типа, по сравнению с представителями III, IV и V типов. Однако для II типа частота таких ответов является наиболее высокой (Таблица A1).

Примеры:

«В целом я положительно оцениваю появление этой трудности в моей жизни» (1).

«Ситуация, которую описываю, непростая, нестандартная и имеет вызовы» (2).

«Моя цель — стать кинопродюсером, создать фильм, который войдет в историю российского и мирового кинопроизводства» (3).

«Воспринимаю ситуацию как испытание, которое мне под силу» (2, 4).

«Добиться идеала»; «вывести бизнес на международный уровень»; «окончить университет с красным дипломом»; «получить высший уровень по японскому языку и поступить на более сложный курс изучения языка» (5).

В Таблице A2 показано, что среди оснований оценки наиболее часто встречаются *вызов*, *значимость* и *аргументы оценки*. Последние фиксируются, когда респондент описывает, почему он определенным образом оценивает ситуацию, то есть поясняет причину или довод, например: «Оцениваю довольно негативно [*отрицательная оценка*], так как режим сна нарушается» [*аргумент оценки*].

Неожиданным и весьма интересным оказался результат о том, что в описаниях I типа *амбивалентная оценка ситуации* встречается значимо чаще, чем у других типов, включая амбивалентный тип (Таблица A1). Кроме того, эта подкатегория является наиболее часто упоминаемой из всех оценок (I типа), если анализировать их валентность (см. Таблицу A2). При амбивалентной оценке респондент подчеркивает противоречивое, неоднозначное отношение к ситуации либо противоположные ощущения (например, «предвкушение и неприязнь»).

Анализ содержания описаний показал, что особенностью амбивалентного переживания трудности, выявленного для I типа, является рефлексия и взвешивание альтернатив, возможностей и ограничений. Это в большинстве случаев приводит к осмысленному принятию решения о достижении высокой цели. В то же время амбивалентное отношение, характерное для других типов (например, для IV и V), зачастую связано с копингом ухода от трудности.

### *Копинг*

Наиболее выраженные различия I и всех других типов мы получили по копинг-стратегии *положительная переоценка*<sup>4</sup> (Таблица A1), например: «Воспринимаю ситуацию как возможность для развития, как шаг вперед».

Еще две направленные на приближение к задаче копинг-стратегии, которые часто называют представители данного типа, — *планомерный копинг* и *анализ/осознание опыта* (Таблица A2). При сравнении показателей по планомерному копингу с результатами других типов статистически значимые различия мы обнаружили с IV и V типами (Таблица A1).

В то же время респонденты, отнесенные к I типу, реже других типов сообщают о *невозможности преодоления*. По этой подкатегории и *избеганию* выявлены значимые различия с IV и V типами.

### *Цели*

В Таблице A2 видно, что для I типа наиболее характерны *цели приближения* (то есть достижение чего-то привлекательного) и *цели саморазвития* («моя цель — измениться», «вырасти профессионально»). Цели саморазвития значимо чаще выявлены для I типа, по сравнению с другими типами (Таблица A1), и являются его характерным признаком. *Высокий уровень цели* отличает I от всех типов, за исключением II. Однако *цели избегания* также можно встретить в описаниях ГЖЗ, отнесенных к I типу (Таблица A2). Это предполагает избавление от чего-то неприятного («снизить тревожность», «уйти с этой работы»).

Отметим признак, который встречается исключительно в ответах, отнесенных к I типу, является качественно важным, хоть и не фиксировался при количественном анализе — *дискурс мечты* при описании цели или ситуации в целом, например: «устроиться на работу своей мечты».

### *Возможности и ограничения*

В случаях, отнесенных к I типу, чаще всего описываются *собственные возможности* (внутренние качества, компетентности,

---

<sup>4</sup> К копинг-стратегии «положительная переоценка», в соответствии с общепринятым определением, мы относили описания поиска и нахождения новых смыслов ситуации, связанных с возможностями и приобретениями; а к «положительной оценке» — позитивное отношение к ней.

коммуникативные способности), *возможности саморазвития* (улучшить качества характера, развить навыки, «доказать себе, что смогу») и отмечается, что *возможностей много* (Таблица А2).

*Возможность саморазвития* является признаком, значимо чаще встречающимся в описаниях, отнесенных к I типу, и отличающим его от всех других типов (Таблица А1).

Однако такие респонденты открыты к восприятию не только возможностей, но и ограничений. Среди них наиболее часто указаны *собственные ограничения* (отсутствие опыта, эмоциональная вовлеченность, «пробелы в знаниях») и *социальные ограничения* (действия руководства, клиентов и других участников ситуации).

### *Успех и неуспех*

Содержание неуспеха менее подробно описано, чем содержание успеха (частота соответствующих категорий 62 и 109, Таблица А2). Из подкатегорий, описывающих неуспех, отметим *невозможность неуспеха*, которая встречается в 39% описаний, соотносимых с I типом. Это означает, что субъект отрицает возможные негативные последствия ситуации или оценивает их в позитивном ключе, например: «Мне очень интересно жить, и я хорошо понимаю, что важнейший компонент этой интересности — это максимальные неуспехи». Сравнивая типы (Таблица А1), видим, что данный признак наиболее часто обнаруживается в описаниях, отнесенных к I типу.

В содержании неуспеха наиболее часто упоминаются *неполучение чего-то важного*, что может быть связано с фрустрацией достижения цели, *неудача* и *останется так же плохо*, описывающее страх рутин, стагнации, «топтания на месте», отсутствия перемен.

В содержании успеха *появление чего-то нового* хоть и не является однозначной характеристикой стремления к трудности и оказалось часто упоминаемой подкатегорией для всего массива данных, но в описаниях I типа она встречается значимо чаще. Обратим внимание также на подкатегорию *нереалистичный и фантазийный успех*, которая описывает идеализацию успешного варианта либо волшебство и магию («расколдовывание себя»).

Из признаков, которые не находятся в фокусе данного исследования, но часто встречаются, отметим *время* и *помощь других людей*. Временные характеристики оказались одним из наиболее часто упоминаемых признаков для всего массива данных, что говорит о значении сроков, длительности ситуации при ее восприятии как трудной. Обращение за помощью к другим людям не коррелирует



с типами, а, вероятно, является индивидуальной характеристикой взаимодействия человека и ситуации.

### Обсуждение

В этом исследовании представлена классификация воспринимаемых ТЖЗ и подробно проанализирован тип *стремление к трудности*, предполагающий достижение высокого результата и переживание драйва. В предложенной классификации смысловой акцент делается на *восприятии жизненной ситуации*, которое операционализировано через перечень смысловых категорий. Представления субъекта о копинг-стратегиях при этом выступают одной из составляющих воспринимаемой жизненной трудности. С этим связана новизна типологии, поскольку большинство известных в области психологии копинга классификаций описывают *способы совладания со стрессом*.

Мы получили ряд значимых различий типа *«стремление к трудности»* от других типов, что дает первоначальные основания представленной классификации. Большинство этих различий соответствуют концептуальной модели. В то же время анализ частот подкатегорий в описаниях ТЖЗ позволил описать спектр переживаний и оценок, значимых для людей, в чьих описаниях было выявлено стремление к трудности.

Результаты исследования подтвердили предложенные ранее описания стремления к трудности как ориентации, предполагающей ощущение полноты своих сил и возможностей, переживание позитивных эмоций, готовность к максимальному напряжению ресурсов, фокусирование на позитивных аспектах ситуации (Битюцкая, 2018). Также наши данные согласуются с результатами количественного анализа, при котором субъективный контроль оказался предиктором ориентации «драйв», а он, в свою очередь, влиял на планомерный копинг и положительную переоценку (Bityutskaya, Korneev, 2021). Однако наряду с подтверждением исходной концепции мы получили и новые результаты, связанные с амбивалентным отношением к трудности, которое мы зафиксировали при анализе оценок, эмоций, характеристик энергии.

Соотнесем полученные результаты с выводами исследований, изучавших копинг приближения и схожие феномены, сопоставимые с драйвом при восприятии ТЖЗ. В ряде исследований показано, что копинг приближения, в частности проактивный копинг взаимосвязан с положительными эмоциями и оптимизмом (Vulpe, Dafinoiu, 2012). Данное сочетание мы также обнаружили при анализе каче-

ственных данных. Но при этом оказалось, что отношение людей, которые испытывают драйв при решении ТЖЗ, характеризуется большей сложностью и противоречивостью. То есть они сообщают не только о позитивных эмоциях и состояниях (подъемы энергии), но и о переживаемых отрицательных эмоциях, в ряде случаев окрашенных негативным отношением к трудности и связанных с чувством упадка сил и эмоционального выгорания.

В многочисленных исследованиях показано, что оценка «вызов» связана с активизацией, положительными эмоциями, гибкостью, направленностью на решение задачи (Chen, Qu, 2022; Horikoshi, 2023). В данном исследовании мы выяснили, что при переживании драйва наряду с оценкой «вызов» наблюдаются склонность оценивать масштабность, глобальность, стремление завышать уровень цели и ставить цели саморазвития. Также мы выявили дискурс мечты, мотивирующий субъекта на достижение высоких целей как характеристику переживания драйва. Такое сочетание ранее не было описано.

Основное отличие драйвового типа восприятия ТЖЗ от перечисленных конструкторов состоит в том, что он представляет собой целостный паттерн, развивающийся при столкновении с ТЖЗ и включающий оценки, эмоциональные переживания, определенное отношение к энергии и ресурсам, копинг-стратегии и другие компоненты.

## Выводы

В проведенном исследовании мы получили данные, подтверждающие, что тип восприятия трудной ситуации *стремление к трудности* предполагает переживание положительных эмоций, полноты энергии и возможностей, желание достичь максимального результата, цели саморазвития. Это связано с положительной оценкой и переоценкой, чувством контроля над ситуацией, а также зачастую с ощущением отсутствия ограничений и верой в позитивный исход даже при самых нежелательных вариантах развития событий. Характерной особенностью стремления к трудности является копинг приближения, который проявляется в планомерных действиях, анализе опыта преодоления проблем, подробном анализе ситуации и ее успешных вариантов разрешения, а также в интересе к новизне и неопределенности. Эти результаты подтверждают описание драйва, предложенное в концептуальной модели (Битюцкая, 2018), и наполняют ее эмпирическим содержанием.

Оказалось также, что стремление к трудности характеризуется амбивалентным отношением к трудной задаче. Смысловые темы,

которые соотносятся с амбивалентностью, связаны, в частности, с колебаниями энергии и эмоций, сомнениями, расхождением мечты и реальности. В ряде случаев индикатором стремления к трудности является дискурс мечты, что связано как с описанием цели, так и с формулированием нереалистичных и фантазийных вариантов успешного развития ситуации. Эти данные являются новыми.

Стремление к трудности как тип восприятия ТЖЗ от других выделенных типов отличают следующие признаки:

1) *воспринимаемая ситуация* чаще всего относится к профессиональной деятельности или принятию решения о будущем и оценивается оптимистично;

2) *субъект* сообщает о переживании позитивных эмоций, о высоком уровне энергии, возможностях саморазвития;

3) *взаимодействие субъекта и ситуации* характеризуется копингом приближения, положительными и амбивалентными оценками задачи, восприятием ее как масштабной и воодушевляющей (оценка вызов).

Представленные результаты можно рассматривать как первичные основания достоверности реализованного подхода к определению типов восприятия ТЖЗ. На примере анализа стремления к трудности как типа восприятия ТЖЗ мы получили различия, которые согласуются с концептуальной моделью. В качестве перспективы данного направления обозначим проверку других выделенных типов.

**Вклад авторов.** Е.В. Битюцкая — теоретическое обоснование исследования, сбор и обработка данных, контент-анализ, написание текста статьи; М.И. Кунашенко — анализ и проверка различий, описание выборки. Авторы совместно проанализировали и обсудили результаты.

## Список литературы

Битюцкая, Е. В. (2018). Типы ориентаций в трудных ситуациях. *Вопросы психологии*, (5), 41–53.

Битюцкая, Е. В., Корнеев, А. А. (2020). Диагностика восприятия жизненных трудностей: ситуационный опросник Типы ориентаций в трудной ситуации. *Вестник Московского государственного областного университета*, (4), 141–163. <https://doi.org/10.18384/2224-0209-2020-4-1047>

Битюцкая, Е. В., Корнеев, А. А. (2023). Диагностика субъективного оценивания трудных жизненных задач. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 46(1), 152–172.

Петровский, В. А. (2013). «Я» в персонологической перспективе. Москва: Издательский дом НИУ ВШЭ.

Петровский, В. А., Шмелев, И. М. (2019). Персонология трудных жизненных ситуаций: на перекрестке трех культур. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 16(3), 408–433.

Хекхаузен, Х. (2003). Мотивация и деятельность. 2-е изд. Санкт-Петербург: Питер; Москва: Смысл.

Bityutskaya, E. V., Korneev, A. A. (2021). Subjective appraisal and orientations in difficult life situations as predictors of coping strategies. *Psychology in Russia: State of the Art*, 14(3), 180–199. <https://doi.org/10.11621/pir.2021.0312>

Chen, B. W., Gong, W. J., Lai, A. Y., Sit, S. M., Ho, S. Y., Wang, M. P., Yu, N. X., Lam, T. H. (2022). Patterns of Perceived Harms and Benefits of the COVID-19 Outbreak in Hong Kong Adults: A Latent Profile Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 4352. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074352>

Chen, L., Qu, L. (2022). The effects of challenge and threat states on coping flexibility: evidence from framing and exemplar priming. *Anxiety, Stress, Coping*, (36), 1–21. <https://doi.org/10.1080/10615806.2022.2059472>

Doron, J., Trouillet, R., Maneveau, A., Neveu, D., Ninot, G. (2015). Coping profiles, perceived stress and health-related behaviors: A cluster analysis approach. *Health Promotion International*, 30(1), 88–100. <https://doi.org/10.1093/heapro/dau090>

Horikoshi, K. (2023). The positive psychology of challenge: Towards interdisciplinary studies of activities and processes involving challenges. *Frontiers in Psychology*, (13), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1090069>

Hull, C. L. (1943). Principles of behavior: An introduction to behavior theory. New York: Appleton-Century-Crofts.

Kavcic, T., Avsec, A., Zager, K. G. (2022). Coping profiles and their association with psychological functioning: A latent profile analysis of coping strategies during the COVID-19 pandemic. *Personality and Individual Differences*, (185), 111287. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111287>

Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer.

Lecic-Tosevski, D., Vukovic, O., Stepanovic, J. (2011). Stress and personality. *Psychiatriki*, 22(4), 290–297.

Muniandy, M., Richdale, A. L., Lawson, L. P. (2022). Coping-resilience profiles and experiences of stress in autistic adults. *Autism Res*, 15(11), 2149–2166. <https://doi.org/10.1002/aur.2817>

Nagy, L., Balazs, K. (2023). Typical coping patterns: A person-centered approach to coping. *New Ideas in Psychology*, (70), 101023. <https://doi.org/10.1016/j.newidea-psych.2023.101023>

Roth, S., Cohen L. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, 41(7), 813–819. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.41.7.813>

Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129(2), 216–269. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>

Vulpe, A., Dafinoiu, I. (2012). Positive emotions, coping strategies and ego-resiliency: A mediation model. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 33, 308–312. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.01.133>

Weisz, J. R., McCabe, M. A., Dennig, M. D. (1994). Primary and secondary control among children undergoing medical procedures: adjustment as a function of coping style. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 324–332. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.62.2.324>

## References

Bityutskaya, E. V. (2018). Types of orientations in difficult conditions. *Voprosy Psikhologii (Issues in Psychology)*, (5), 41–53. (In Russ.).

Bityutskaya, E. V., Korneev, A. A. (2021). Subjective appraisal and orientations in difficult life situations as predictors of coping strategies. *Psychology in Russia: State of the Art*, 14(3), 180–199. <https://doi.org/10.11621/pir.2021.0312>

Bityutskaya, E. V., Korneev, A. A. (2023). Diagnostics of hardware measurement of difficult life tasks. *Lomonosov Psychology Journal*, 46(1), 152–172. (In Russ.).

Bityutskaya, E.V., Korneev, A.A. (2020). Diagnostics of the perception of life needs: situational questionnaire Types of orientations in a work situation. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta (Bulletin of the Moscow State Regional University)*, (4), 141–163. <https://doi.org/10.18384/2224-0209-2020-4-1047> (In Russ.).

Chen, B. W., Gong, W. J., Lai, A. Y., Sit, S. M., Ho, S. Y., Wang, M. P., Yu, N. X., Lam, T. H. (2022). Patterns of Perceived Harms and Benefits of the COVID-19 Outbreak in Hong Kong Adults: A Latent Profile Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 4352. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074352>

Chen, L., Qu, L. (2022). The effects of challenge and threat states on coping flexibility: evidence from framing and exemplar priming. *Anxiety, Stress, Coping*, (36), 1–21. <https://doi.org/10.1080/10615806.2022.2059472>

Doron, J., Trouillet, R., Maneveau, A., Neveu, D., Ninot, G. (2015). Coping profiles, perceived stress and health-related behaviors: A cluster analysis approach. *Health Promotion International*, 30(1), 88–100. <https://doi.org/10.1093/heapro/dau090>

Heckhausen, H. (2003). Motivation and activity. 2nd ed. St. Petersburg: Piter; Moscow: Smysl. (In Russ.).

Horikoshi, K. (2023). The positive psychology of challenge: Towards interdisciplinary studies of activities and processes involving challenges. *Frontiers in Psychology*, (13), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1090069>

Hull, C. L. (1943). Principles of behavior: An introduction to behavior theory. New York: Appleton-Century-Crofts.

Kavcic, T., Avsec, A., Zager, K. G. (2022). Coping profiles and their association with psychological functioning: A latent profile analysis of coping strategies during the COVID-19 pandemic. *Personality and Individual Differences*, (185), 111287. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111287>

Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.

Lecic-Tosevski, D., Vukovic, O., Stepanovic, J. (2011). Stress and personality. *Psichiatriki*, 22(4), 290–297.

Muniandy, M., Richdale, A. L., Lawson, L. P. (2022). Coping-resilience profiles and experiences of stress in autistic adults. *Autism Res*, 15(11), 2149–2166. <https://doi.org/10.1002/aur.2817>

Nagy, L., Balazs, K. (2023). Typical coping patterns: A person-centered approach to coping. *New Ideas in Psychology*, (70), 101023. <https://doi.org/10.1016/j.newidea-psych.2023.101023>

Petrovsky, V. A. (2013). “I” in a personological perspective. Moscow: HSE Univ. Press. (In Russ.).

Petrovsky, V. A., Shmelev, I. M. (2019). Personology of Difficult Life Situations: At the Intersection of Three Cultures. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki (Psychology. Journal of Higher School of Economics)*, 16(3), 408–433.

Roth, S., Cohen L. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, 41(7), 813–819. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.41.7.813>

Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129(2), 216–269. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>

Vulpe, A., Dafinoiu, I. (2012). Positive emotions, coping strategies and ego-resiliency: A mediation model. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, (33), 308–312. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.01.133>

Weisz, J. R., McCabe, M. A., Dennig, M. D. (1994). Primary and secondary control among children undergoing medical procedures: adjustment as a function of coping style. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 324–332. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.62.2.324>

## ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

**Екатерина Владиславовна Битюцкая**, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии факультета психологии Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова, Москва, Российская Федерация, [bityutskaya\\_ew@mail.ru](mailto:bityutskaya_ew@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0001-6117-1063>

**Марина Игоревна Кунашенко**, аспирантка кафедры общей психологии факультета психологии Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова, Москва, Российская Федерация, [lanaya.croft@mail.ru](mailto:lanaya.croft@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0002-5627-9587>

## ABOUT THE AUTHORS

**Ekaterina V. Bityutskaya**, Cand. Sci. (Psychology), Associate Professor, the Department of General Psychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow

Bityutskaya, E.V., Kunashenko, M.I.  
Striving for difficulty as a type of perception of life situations  
*Lomonosov Psychology Journal*. 2024. Vol. 47, No. 1

---

State University, Moscow, Russian Federation, bityutskaya\_ew@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6117-1063>

**Marina I. Kunashenko**, Graduate Student, the Department of General Psychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russian Federation, lanaya.croft@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5627-9587>

Поступила: 25.10.2023; получена после доработки: 26.12.2023; принята в печать: 06.02.2024.

Received: 25.10.2023; revised: 26.12.2023; accepted: 06.02.2024.

Приложение

Таблица А1

Результаты попарных сравнений средних значений для независимых выборок (I типа с каждым другим типом)

КАТЕГОРИИ и подкатегории	I Драй- во- вый		II Максималь- ный		III Оптималь- ный		IV Амбивалент- ный		V Отстранен- ный	
	Средние значения	Средние значения	U Манна — Уитни	Средние значения	U Манна — Уитни	Средние значения	U Манна — Уитни	Средние значения	U Манна — Уитни	
										Средние значения
СОДЕРЖАНИЕ СИТУАЦИИ										
Профессиональ- ная деятельность	0,42	0,15	2443	0,14	3911	0,20	7081	0,05	1533	
			p=0,004		p=0,005		p=0,009		p<0,001	
Будущее	0,10	0	2715	0,03	4312	0,04	7740	0,03	1866	
			p=0,004		p=0,010		p=0,046		p=0,079	
ЭМОЦИИ										
Позитивные интенсивные эмоции	0,42	0,06	2151	0,029	3319	0,028	5974	0	1380	
			p<0,001		p<0,001		p<0,001		p<0,001	
Позитивные неинтенсивные эмоции	0,48	0,03	2137	0,07	3476	0,05	5984	0	1380	
			p<0,001		p<0,001		p<0,001		p<0,001	
Негативные интенсивные эмоции	0,4	0,47	2837	0,37	4656	0,85	6449	0,85	1628	
			p=0,521		p=0,997		p=0,003		p=0,03	
ЭНЕРГИЯ										
Высокий уровень энергии	0,07	0,06	2926	0,01	4376	0,004	7628	0	1860	
			p=0,643		p=0,026		p<0,001		p=0,032	
ВАЛЕНТНОСТЬ ОЦЕНКИ										
Положительная оценка ситуации	0,21	0,02	2153	0,04	4018	0,01	6835	0	1650	
			p=0,001		p=0,001		p<0,001		p=0,001	



КАТЕГОРИИ и подкатегории	I Драй- во- вый		II Максималь- ный		III Оптималь- ный		IV Амбивалент- ный		V Отстранен- ный	
	Средние значения	Средние значения	U Манна — Уитни	Средние значения	U Манна — Уитни	Средние значения	U Манна — Уитни	Средние значения	U Манна — Уитни	
Отрицательная оценка ситуации	0,06	0,18	2619 p = 0,019	0,09	4468 p = 0,295	0,21	7050 p = 0,005	0,3	1506 p < 0,001	
Амбивалентная оценка ситуации	0,52	0,22	2371 p = 0,005	0,07	3155 p < 0,001	0,27	6741 p = 0,003	0,32	1579 p = 0,008	
<b>ОСНОВАНИЯ ОЦЕНКИ</b>										
Масштабность ситуации	0,12	0	2715 p = 0,004	0	4240 p < 0,001	0,01	7538 p < 0,001	0	1830 p = 0,018	
Вызов	0,28	0,08	2552 p = 0,008	0,03	3808 p < 0,001	0,03	6741 p < 0,001	0	1590 p < 0,001	
<b>КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ</b>										
Контроль над ситуациями	0,16	0,07	2707 p = 0,054	0,12	4439 p = 0,328	0,02	7115 p < 0,001	0	1710 p = 0,002	
Неподконтрольность ситуации	0,01	0,07	2892 p = 0,291	0,04	4525 p = 0,296	0,13	7424 p = 0,016	0,08	1873 p = 0,071	
<b>СТЕПЕНЬ И СУТЬ ТРУДНОСТИ</b>										
Достичь максимального результата	1,16	1,64	2302 p = 0,012	0,41	2892 p < 0,001	0,41	5069 p < 0,001	0,08	833 p < 0,001	
<b>КОПИНГ</b>										
Положительная переоценка	0,58	0,17	2286 p < 0,001	0,20	3677 p = 0,001	0,20	6440 p < 0,001	0,05	1347 p < 0,001	
Планомерный копинг	0,60	0,66	2937 p = 0,859	0,59	4470 p = 0,600	0,32	6120 p < 0,001	0,08	1088 p < 0,001	
Избегание	0,22	0,15	2897 p = 0,607	0,14	4602 p = 0,822	0,35	7417 p = 0,098	0,47	1558 p = 0,004	

КАТЕГОРИИ и подкатегории	I Драй- во- вый		II Максималь- ный		III Оптималь- ный		IV Амбивалент- ный		V Отстранен- ный	
	Средние значения	Средние значения	U Манна — Уитни	Средние значения	U Манна — Уитни	Средние значения	U Манна — Уитни	Средние значения	U Манна — Уитни	
Невозможность преодоления	0,01	0,04	2925 p = 0,460	0,05	4492 p = 0,219	0,23	6785 p < 0,001	0,23	1571 p < 0,001	
<b>ЦЕЛИ</b>										
Цели саморазвития	0,46	0,12	2148 p < 0,001	0,11	3315 p < 0,001	0,06	5488 p < 0,001	0,00	1230 p < 0,001	
Максимальный уровень цели	0,31	0,24	2830 p = 0,466	0,09	3799 p < 0,001	0,04	6323 p < 0,001	0,03	1534 p < 0,001	
<b>ВОЗМОЖНОСТИ</b>										
Возможности саморазвития	0,27	0,02	2512 p = 0,001	0,06	4115 p = 0,009	0,04	7058 p < 0,001	0,03	1714 p = 0,008	
Возможностей много	0,21	0,03	2502 p = 0,001	0,06	4050 p = 0,005	0,06	7084 p < 0,001	0,17	1924 p = 0,525	
<b>НЕУСПЕХ</b>										
Невозможность неупеха	0,39	0,22	2557 p = 0,047	0,14	3678 p < 0,001	0,09	6062 p < 0,001	0,02	1784 p < 0,001	
<b>УСПЕХ</b>										
Появление чего-то нового	1,06	0,84	2396 p = 0,018	0,78	3733 p = 0,006	0,73	6211 p < 0,001	0,50	1152 p < 0,001	

**Table A1**  
**Results of pairwise comparisons of means of frequencies by category for independent samples of type I respondents with each other type**

CATEGORIES and subcategories	I Dri- ving		II Maximal		III Optimal		IV Ambivalent		V Evasive	
	Means	Means	U Mann Whitney	U Mann Whitney	Means	U Mann Whitney	Means	U Mann Whitney	Means	U Mann Whitney
CONTENTS OF THE SITUATION										
Professional activity	0.42	0.15	2443		0.14	3911	0.20	7081	0.05	1533
			p=0.004		p=0.005		p=0.009		p<0.001	
Future	0.10	0	2715		0.03	4312	0.04	7740	0.03	1866
			p=0.004		p=0.010		p=0.046		p=0.079	
EMOTIONS										
Positive intense emotions	0.42	0.06	2151		0.029	3319	0.028	5974	0	1380
			p<0.001		p<0.001		p<0.001		p<0.001	
Positive non-intense emotions	0.48	0.03	2137		0.07	3476	0.05	5984	0	1380
			p<0.001		p<0.001		p<0.001		p<0.001	
Negative intense emotions	0.4	0.47	2837		0.37	4656	0.85	6449	0.85	1628
			p=0.521		p=0.997		p=0.003		p=0.03	
ENERGY										
High Energy Level	0.07	0.06	2926		0.01	4376	0.004	7628	0	1860
			p=0.643		p=0.026		p<0.001		p=0.032	
VALENCE OF APPRAISAL										
Positive appraisal of the situation	0.21	0.02	2153		0.04	4018	0.01	6835	0	1650
			p=0.001		p=0.001		p<0.001		p=0.001	
Negative appraisal of the situation	0.06	0.18	2619		0.09	4468	0.21	7050	0.3	1506
			p=0.019		p=0.295		p=0.005		p<0.001	
Ambivalent appraisal of the situation	0.52	0.22	2371		0.07	3155	0.27	6741	0.32	1579
			p=0.005		p<0.001		p=0.003		p=0.008	

CATEGORIES and subcategories	I Dri- ving		II Maximal		III Optimal		IV Ambivalent		V Evasive	
	Means	Means	U Mann Whitney		Means	U Mann Whitney	Means	U Mann Whitney	Means	U Mann Whitney
<b>BASIS OF APPRAISAL</b>										
Magnitude of the situation	0.12	0	2715		0	4240	0.01	7538	0	1830
			p=0.004		p < 0.001		p < 0.001		p = 0.018	
Challenge	0.28	0.08	2552		0.03	3808	0.03	6741	0	1590
			p=0.008		p < 0.001		p < 0.001		p < 0.001	
<b>CRITERIA OF APPRAISAL</b>										
Control over the situation	0.16	0.07	2707		0.12	4439	0.02	7115	0	1710
			p=0.054		p = 0.328		p < 0.001		p = 0.002	
Lack of control over the situation	0.01	0.07	2892		0.04	4525	0.13	7424	0.08	1873
			p=0.291		p = 0.296		p = 0.016		p = 0.071	
<b>DEGREE AND NATURE OF DIFFICULTY</b>										
Achieving maximum results	1.16	1.64	2302		0.41	2892	0.41	5069	0.08	833
			p=0.012		p < 0.001		p < 0.001		p < 0.001	
<b>COPING</b>										
Positive reappraisal	0.58	0.17	2286		0.20	3677	0.20	6440	0.05	1347
			p < 0.001		p = 0.001		p < 0.001		p < 0.001	
Systematic coping	0.60	0.66	2937		0.59	4470	0.32	6120	0.08	1088
			p=0.859		p=0.600		p < 0.001		p < 0.001	
Avoidance	0.22	0.15	2897		0.14	4602	0.35	7417	0.47	1558
			p=0.607		p=0.822		p=0.098		p=0.004	
Impossibility of overcoming	0.01	0.04	2925		0.05	4492	0.23	6785	0.23	1571
			p=0.460		p=0.219		p < 0.001		p < 0.001	
<b>GOALS</b>										
Self-development goals	0.46	0.12	2148		0.11	3315	0.06	5488	0.00	1230
			p < 0.001		p < 0.001		p < 0.001		p < 0.001	
Maximum goal level	0.31	0.24	2830		0.09	3799	0.04	6323	0.03	1534
			p=0.466		p < 0.001		p < 0.001		p < 0.001	

CATEGORIES and subcategories	I Driving		II Maximal		III Optimal		IV Ambivalent		V Evasive	
	Means	Means	U Mann Whitney	U Mann Whitney	Means	U Mann Whitney	Means	U Mann Whitney	Means	U Mann Whitney
POSSIBILITIES										
Self-development possibilities	0.27	0.02	2512 p=0.001	0.06	4115 p=0.009	0.04	7058 p < 0.001	0.03	1714 p=0.008	
There are many possibilities	0.21	0.03	2502 p=0.001	0.06	4050 p=0.005	0.06	7084 p < 0.001	0.17	1924 p=0.525	
WORST-CASE SCENARIO										
Impossibility of failure	0.39	0.22	2557 p=0.047	0.14	3678 p < 0.001	0.09	6062 p < 0.001	0.02	1784 p < 0.001	
BEST-CASE SCENARIO										
The emergence of something new	1.06	0.84	2396 p=0.018	0.78	3733 p=0.006	0.73	6211 p < 0.001	0.50	1152 p < 0.001	

**Таблица А2**

**Результаты анализа частот категорий и подкатегорий массива описаний ТЖЗ, относящихся к I типу (представлены только наиболее часто встречающиеся подкатегории)**

СОДЕРЖАНИЕ (104)	% от частоты упоминания по категориям и подкатегориям	КАТЕГОРИИ (частота упоминания) и подкатегории	% от частоты упоминания по категориям и подкатегориям	КАТЕГОРИИ (частота упоминания) и подкатегории	
				ЭМОЦИИ (137)	ЭНЕРГИЯ (47)
Профессиональная деятельность	26,9	Негативные неинтенсивные	29,2	Необходимость затрат энергии	29,8
Внутриличностные конфликты	16,3	Позитивные неинтенсивные	23,4	Низкий уровень энергии	25,5
Распределение времени	9,6	Позитивные интенсивные	20,4	Энергия растет	14,9
Учебная деятельность	8,7	Негативные интенсивные	19,7	Снижается	12,8
				Высокий уровень	10,6

КАТЕГОРИИ (ча- стота упоминания) и подкатегории	% от ча- стоты по категории	КАТЕГОРИИ (ча- стота упоминания) и подкатегории	% от ча- стоты по категории	КАТЕГОРИИ (ча- стота упоминания) и подкатегории	% от ча- стоты по категории
ВАЛЕНТНОСТЬ ОЦЕНКИ (58)		ОСНОВАНИЯ ОЦЕНКИ (70)		СТЕПЕНЬ И СУТЬ ТРУДНОСТИ (171)	
Амбивалентная	60,3	Вызов	27,1	Достичь максимального результата	45,6
Положительная	24,1	Аргументы оценки	21,4	Ситуация очень трудная	14,6
Отрицательная	6,9	Значимость	18,6	Суметь сделать всё	11,7
КОПИНГ (200)		ВОЗМОЖНОСТИ (115)		ОГРАНИЧЕНИЯ (103)	
Планомерный	20,0	Собственные	33,9	Собственные	46,6
Положительная переоценка	19,5	Возможности саморазвития	15,7	Социальные	19,4
Анализ и осознание опыта	12,0	Возможностей много	12,2	Ограничения отсутствуют	4,9
ЦЕЛИ (113)		УРОВЕНЬ ЦЕЛИ (22)		ПОМОЩЬ (66)	
Цели приближения	54,9	Максимальный уровень цели	95,5	Уверенность в необходимости	59,1
Цели саморазвития	27,4	СОДЕРЖАНИЕ ПОМОЩИ (66)		Нет необходимости	15,2
Цели избегания	10,6	Эмоциональная поддержка	25,8	Нужна иногда	13,6
ВРЕМЯ (121)		НЕУСПЕХ: СОДЕРЖАНИЕ (62)		УСПЕХ: СОДЕРЖАНИЕ (109)	
Упомянется	92,6				
Частота или длительность ситуации	5,8	Неполучение чего-то важного	22,6	Появление чего-то нового	65,1
ПРОГНОЗИРОВАНИЕ НЕУСПЕХА (27)		Неудача, провал		Нереалистичный и фантазийный	
Невозможность неупеха	96,3	Останется так же плохо	19,4	Избавление	7,3

**Table A2**  
**Results of analysis of the frequencies of categories and subcategories of the array of descriptions of difficult life tasks related to type I (only the most frequently occurring subcategories are presented)**

CATEGORIES (frequency of mentioning) and subcategories	Percentage of frequency by category	CATEGORIES (frequency of mentioning) and subcategories	Percentage of frequency by category	CATEGORIES (frequency of mentioning) and subcategories	Percentage of frequency by category
CONTENTS (104)		EMOTIONS (137)		ENERGY (47)	
Professional activity	26.9	Negative non-intense	29.2	The need for energy expenditure	29.8
Intrapersonal conflicts	16.3	Positive non-intense	23.4	Low energy level	25.5
Time distribution	9.6	Positive intense	20.4	Energy is rising	14.9
Educational activity	8.7	Negative intense	19.7	Decreasing	12.8
				High level	10.6
VALENCE OF APPRAISAL (58)		BASIS OF APPRAISAL (70)		DEGREE AND NATURE OF DIFFICULTY (171)	
Ambivalent	60.3	Challenge	27.1	Achieve maximum results	45.6
Positive	24.1	Appraisal arguments	21.4	The situation is very difficult	14.6
Negative	6.9	Significance	18.6	Be able to do everything	11.7
COPING (200)		POSSIBILITIES (115)		RESTRICTIONS (103)	
Systematic	20.0	Own	33.9	Own	46.6
Positive reevaluation	19.5	Self-development possibilities	15.7	Social	19.4
Analysis and awareness of experience	12.0	There are many possibilities	12.2	No restrictions	4.9
GOALS (113)		GOAL LEVEL (22)		HELP (66)	
Approach goals	54.9	Maximum goal level	95.7	Confidence in the need	59.1

CATEGORIES (frequency of mentioning) and subcategories	Percentage of frequency by category	CATEGORIES (frequency of mentioning) and subcategories	Percentage of frequency by category	CATEGORIES (frequency of mentioning) and subcategories	Percentage of frequency by category
Self-development goals	27.4	HELP CONTENTS (66)		Not necessary	15.2
Avoidance goals	10.6	Emotional support	25.8	Needed sometimes	13.6
TIME (121)		WORST-CASE SCENARIO: CONTENTS (62)		BEST-CASE SCENARIO: CONTENT (109)	
Mentioned	92.6	Not receiving something important	22.6	The emergence of something new	65.1
Frequency or duration	5.8	Failure, flop	19.4	Unrealistic and fantasy	12.9
WORST-CASE SCENARIO: PREDICTING (27)		It will stay just as bad	19.4	Deliverance	7.3
Impossibility of failure	96.3				