

УДК 159.99

МАРКЕРЫ И ПРЕДИКТОРЫ АНТИВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ У СПОРТСМЕНОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ВО ВРЕМЯ СОРЕВНОВАНИЙ И ТРЕНИРОВОК

Татьяна Петровна Будякова, кандидат психологических наук, доцент, Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина

Аннотация

Цель исследования. Выявить систему маркеров антивиктимного поведения у спортсменов с ограниченными возможностями здоровья в разных спортивных и около спортивных ситуациях. Материалы и методы. Материалом исследования выступили интервью, проведенные автором со спортсменами с ограниченными возможностями здоровья и интервью, размещенные в интернете. Для обработки содержания интервью применялись методы качественного и количественного контент-анализов. Всего было обработано 50 интервью. В том числе интервью спортсменов-инвалидов – успешных участников паралимпийских игр. Результаты. Было выявлено пять групп маркеров, сигнализирующих об антивиктимном поведении, в том числе: мотивационные, волевые, личностные и социально-психологические маркеры. Было установлено, что некоторые маркеры являются универсальными в диагностическом плане, как для спортсменов-инвалидов, так и для спортсменов с нормой здоровья. Заключение. Выявленная система маркеров может стать основой для диагностики сформированности антивиктимных свойств личности, а также использоваться для формирования личности, устойчивой к негативным факторам, возникающим в ходе спортивных соревнований и тренировок, а также факторам, сопутствующим спортивной жизни.

Ключевые слова: спортсмены с ограниченными возможностями здоровья, антивиктимная личность, маркеры антивиктимного поведения в спорте, предикторы антивиктимного поведения в спорте.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.5.p502-508

MARKERS AND PREDICTORS OF ANTIVICTIM BEHAVIOR AT SPORTSMEN WITH DISABILITIES OF HEALTH DURING COMPETITIONS AND TRAINING

Tatyana Petrovna Budyakova, the candidate of psychological sciences, senior lecturer, Bunin Yelets State University

Abstract

Aim. To identify the system of anti-victim behavior markers in athletes with disabilities in various sports and near sports situations. Materials and methods. The material of the study was the interviews conducted by the authors with athletes with disabilities and interviews posted on the Internet. To process the content of the interview, methods of qualitative and quantitative content analysis were used. A total of 50 interviews were processed. Including interviews with disabled athletes – successful participants in the Paralympic Games. Results. Five groups of markers were identified that signal anti-victim behavior, including: the motivational, strong-willed, personal and socio-psychological markers. It was found that some markers are universal in diagnostic terms, both for athletes with disabilities, and for athletes with a normal health. Conclusion. The identified system of markers can become the basis for diagnosing the formation of anti-identity characteristics of a person, and can also be used to form a personality that is resistant to negative factors that arise during sports competitions and training, as well as factors associated with sports life.

Keywords: athletes with disabilities, anti-victim personality, markers of anti-victim personality in sports, predictors of anti-victim personality in sports.

ВВЕДЕНИЕ

Спортсмены с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в настоящее время являются не только объектом помощи государства в реализации его гуманистических функций, но и в известном смысле образцом поведения для людей с нормой здоровья. Изучение их личностного потенциала в преодолении физических, психологических и со-

циальных преград необходимо как для разработки реабилитационных программ для инвалидов, так и для спортсменов с нормой здоровья.

Под виктимным поведением в науке понимается поведение, способствующее превращению человека в жертву. В узком смысле в виктимологии, учении о жертве, жертвой признается лицо, в отношении которого совершены криминальные и или иные противоправные деяния, но в широком смысле жертва – это человек, не способный справиться с негативными последствиями социальных конфликтов, трудностями социального взаимодействия, физическим недугом и др. [11]. В этом смысле для спортсмена – виктимное поведение – это поведение, не обеспечивающее стабильность спортивных результатов после поражений, способствующее появлению конфликтов с соперниками, тренером, членами команды и др. [1]. Напротив, антивиктимное поведение раскрывается в способности спортсмена преодолевать возникающие трудности и препятствия в спортивной и около спортивной жизни.

Выявление маркеров и предикторов как виктимного (деструктивного), так и позитивного (антивиктимного) поведения важно для оперативного реагирования в целях психологической помощи спортсменам, демонстрирующим эти показатели или удостоверения в отсутствии необходимости такой помощи. Для того чтобы диагностический инструментарий в определении виктимности/антивиктимности был более четким, надо разделить понятия «предиктор» и «маркер».

Исходя из этимологии слова, предиктор (от англ. predictor «предсказатель») – прогностический параметр или средство прогнозирования. В этом контексте он давно используется в медицине, например, как прогностический признак начала или развития заболевания. Показательно, что в качестве таких предикторов в настоящее время в медицине часто используются и психологические показатели, например, личностные особенности пациента [4]. В этой связи психологические предикторы можно использовать как прогностические средства и в реабилитационной работе.

Вместе с тем существуют определенные проблемы с применением психологических предикторов в диагностических целях. Так, даже в отношении одного и того же показателя можно встретить разные варианты его использования в качестве предиктора. Например, предиктором инклюзивности ученика, фактором его неуспеваемости считают такую личностную особенность как низкая самооффективность в ходе образовательного процесса [2; 10]. В других работах самооффективность рассматривается как предиктор безопасного поведения личности [5]. Адаптивная физическая культура и спорт, в свою очередь, оцениваются как предикторы этой самооффективности [2]. Кроме того, сам показатель «самооффективность» является сложным и требует дальнейшей интерпретации, чтобы быть примененным как диагностическое средство.

Для целей нашей работы значимы исследования фактора жизнестойкости, поскольку он в известном смысле коррелирует с виктимностью/антивиктимностью. В целом жизнестойкость можно рассматривать как аналог антивиктимности, с учетом той разницы, что антивиктимность имеет в качестве включенного компонента сознательный расчет потенциальных угроз для личности, а жизнестойкость – это способ реагирования только на реальную сложную ситуацию. Мы рассматриваем виктимное поведение как поведение, способствующее превращению человека в жертву, а антивиктимное как выполняющее профилактическую функцию, предупреждающее виктимность. Кроме того, антивиктимное поведение облегчает преодоление психологических и иных проблем, если человек все-таки попадает в сложную ситуацию, в этом случае оно предупреждает вторичную и повторную виктимизации.

Вместе с тем, некоторые предикторы жизнестойкости можно рассматривать и как предикторы антивиктимной личности.

В психологической литературе была попытка выявить предикторы жизнестойкости. Так, А.Н. Фоминовой в качестве такого рода предикторов выделены: тип темпера-

мента, образцы, идеалы, стиль мышления, умение конструктивно реагировать на критику, владение навыками коммуникации и др. [6].

В зарубежных источниках предикторами жизнестойкости были заявлены конструктивное мышление, психическое и физическое здоровье [8], позитивная энергия, энтузиазм, жизнерадостность и бдительность [12]. Некоторые ученые выделяют также внешние по отношению к личности факторы жизнестойкости, например, лидерский стиль руководителя, обеспечивающего жизнестойкость сотрудников [7] и др. Как видно в литературе выделяется широкий спектр предикторов жизнестойкости: характерологические особенности личности, ее эмоционально-волевые особенности, побудители личности – позитивные установки, идеалы, мировоззрение и т. п.

Однако приведенные выше перечни предикторов достаточно сложны для оперативной диагностики, они представлены в обобщенном виде и требуют более конкретной детализации. Еще более усложняется задача оперативной диагностики в конкретных ситуациях, когда предиктор формулируется максимально глобально. Например, сама жизнестойкость рассматривается некоторыми авторами как предиктор стрессоустойчивости [3].

Кроме задачи конкретизации предикторов, требуется их адаптация для диагностических целей в предметных видах деятельности, в частности, в спорте и физической культуре, в том числе в адаптивном спорте и адаптивной физической культуре. Так, к примеру, не ясно как в конкретной спортивной ситуации должно выглядеть конструктивное мышление, его гибкость? Не ясно как понимать самоэффективность спортсмена, если он проигрывает более сильному сопернику или выигрывает у более сильного соперника неспортивными средствами. Очень странно будет выглядеть жизнерадостность в ситуации трагедий, например, когда на соревнованиях погибают люди.

Полагаем, что в научный оборот требуется внедрение новых терминов «маркер виктимного поведения» и «маркер антивиктимного поведения». Маркер виктимного/антивиктимного поведения – это наглядный признак объекта наблюдения, оперативный сигнал, свидетельствующий о наличии виктимности или антивиктимности. Соотношение двух понятий: «предиктор» и «маркер» – это отношения «общего» и «частного». При этом маркер – это более конкретный признак, отражающий специфику ситуации или деятельности, в нашем случае, спортивной.

В данном исследовании мы сделали попытку выявить маркеры антивиктимного поведения спортсменов с ОВЗ в разных спортивных и около спортивных ситуациях.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Методы исследования: интервью и логические методы: анализ, синтез, классификация, обобщение.

Материал исследования. В качестве материала были использованы тексты интервью со спортсменами с ОВЗ, участвовавшими в соревнованиях разного уровня. Интервью были собраны двумя способами: меньшая часть (20 интервью) с помощью сети интернет, большая часть (30 интервью) взята авторами статьи. 20 человек – победители международных соревнований среди инвалидов, интервью с ними были взяты из интернета. Всего было обработано 50 интервью.

Метод обработки материала. Содержание интервью обработано при помощи качественного и количественного контент-анализов. Частота встречаемости изученных факторов в исследуемой группе показана в процентах.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В таблице ниже представлен контент-анализ содержания ответов на вопросы интервью.

Таблица – Контент-анализ содержания интервью со спортсменами с ОВЗ (маркеры, сигнализирующие об антивиктимном поведении)

Маркер	Положительные ответы, n (%)
Мотивационные маркеры:	
- настрой на результат, на достижение	35 (70)
- цикличность мотивации: ставить цель, достигать и далее снова, по той же схеме	12 (20)
- отношение к спорту и физической культуре как к труду	46 (92)
- осознание значения спорта и физической культуры для развития своей личности	44 (88)
- осознание важности миссии паралимпийского спорта для примера другим инвалидам	20 (40)
- мотивация сохранять спортивную форму	36 (72)
- наличие идеалов личности в лице спортсменов, которым хочется подражать	31 (62)
- ориентация не только на результат, но и на процесс соревнований и тренировок	28 (46)
- не бросать спорт ради нереализованных амбиций	31 (72)
- внешние мотивы (показывание соревнований по телевидению и т.п.)	12 (24)
- активная жизненная позиция по отстаиванию интересов паралимпийского спорта	14 (28)
- двойная мотивация: доказать себе, а не только сопернику	21 (42)
Волевые маркеры:	
- уметь дожидаться, когда начнет получаться	10 (20)
- регулярность тренировок	25 (50)
Личностные маркеры	
- позитивная самоидентификация: чувствовать себя равным с другими людьми, не стесняясь инвалидности	28 (56)
- позитивные установки: двигаться вперед, несмотря на препятствия	39 (78)
- отношение к поражению как к получению ценного опыта	38 (76)
- понимание, что трудности это – часть профессии	31 (62)
- в качестве одной из целей ставить цель – апробацию своих сил, сравнение себя с другими	30 (60)
- установка на усвоение средств эмоциональной регуляции личности	41 (82)
Социально-психологические маркеры	
- семейный статус: наличие своей семьи: мужа, жены, детей	30 (60)
- умение строить отношения с друзьями	44 (88)
- хорошие отношения в семье, психологическая и организационная помощь близких	41 (82)
- понимание значимости психологической помощи	28 (56)
- позитивность личности тренера	45 (90)
- помощь другим инвалидам	44 (88)
- чувствовать себя членом клана паралимпийцев (международное товарищество)	16 (32)
Разноплановые маркеры:	
- психологическая наполненность времени	21 (42)
- креативность в разработке методик тренировок инвалидов	12 (24)
- привычка к здоровому образу жизни (не пить алкоголь, не курить и т.д.)	44 (88)

Обобщив маркеры, зафиксированные в таблице, мы сгруппировали их в четыре основных блока: мотивационный, волевой, личностный и социально-психологический. Мотивационный блок включил маркеры, отражающие особенности мотивации антивиктимной личности: настрой на результат, на достижение; наличие идеалов в лице спортсменов, которым хочется подражать; ориентация не только на результат, но и на процесс соревнований и тренировок (сдвиг мотива на цель) и др. Волевой блок представлен маркерами выдержки (например, «уметь дожидаться, когда начнет получаться»), настойчивости (например, «регулярность тренировок») и др.

В личностный блок вошли маркеры: личностных установок: «трудности это – часть профессии», «поражение – это ценный опыт» и др. Так, в одном из интервью, показано, как спортсмен-инвалид сформулировал у себя психологическую установку по отношению к поражению, чтобы оно стало основой антивиктимного поведения: «Поражение учит новому, указывает, какие ошибки надо исправлять, чтобы быть первым. Проигрывать тоже надо уметь красиво». Значимость подобных установок для формирования устойчивой к виктимизации личности спортсмена с нормой здоровья была выявлена нами ранее [9]. Данное исследование показало, что данные установки имеют универ-

сальный характер, независимо от статуса личности в контексте здоровья.

Социально-психологический блок выявил такие значимые маркеры как семейный статус, личность тренера, помощь другим инвалидам и др.

Интерес представляет и пятый блок, в который мы включили разноплановые маркеры антивиктимного поведения. Так маркер – «психологическая наполненность времени», хотя и относится к психологическому восприятию времени, отражал способ борьбы с отчаянием, которое возникает у инвалидов по поводу их инклюзивных проблем. Один из интервьюируемых так раскрыл этот маркер: «На отчаяние нет времени».

Количественный контент-анализ позволил выявить, какие из маркеров чаще всего осознаются спортсменами с ОВЗ, а какие отражаются только отдельными из них. Так, в интервью были наиболее представлены маркеры «отношение к спорту и физической культуре как к труду» (46 чел. – 92%); «осознание значения спорта и физической культуры для развития своей личности» (44 чел. – 88%); «позитивность личности тренера» (45 чел. – 90%); «помощь другим инвалидам» (44 чел. – 88%); «психологическая помощь близких» (41 чел. – 82%) и др. Менее представленными были маркеры: «креативность в разработке методик тренировок инвалидов» (12 чел. – 24%); «внешние мотивы (показывание соревнований по телевидению и т.п.)» (12 чел. – 24%); «уметь дожидаться, когда начнет получаться» (10 чел. – 20%) и др. Так, некоторые респонденты отмечали, что именно нестандартность спортивных приемов, найденная на тренировках, помогла им побеждать. Вместе с тем, многие участники исследования указывали на несовершенство методик обучения спортсменов-инвалидов и недостаток квалифицированных тренеров, способных тренировать людей с ОВЗ. В исследовании была выявлена специфика маркеров у спортсменов-паралимпийцев. Только они выделили такие маркеры как: «активная жизненная позиция по отстаиванию интересов паралимпийского спорта», «чувствовать себя членом клана паралимпийцев (международное товарищество)». Это доказывает правильность выбранной нами позиции по изучению предикторов антивиктимного поведения, выделяя более предметные маркеры, зависящие от характера деятельности, в том числе специфики спортивной деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обобщая можно констатировать, что выявленные маркеры антивиктимного поведения могут стать основой для диагностики и формирования антивиктимной личности у спортсменов с ОВЗ, а также у спортсменов с нормой здоровья, поскольку некоторые установки личности умеют универсальный потенциал воздействия.

Было установлено, что многие психологические качества личности, выступающие в качестве предикторов антивиктимного поведения, не всегда формируются спонтанно. В силу этого нужны специальные психологические меры для оказания помощи в формировании антивиктимных свойств личности спортсменов с ОВЗ.

ФИНАНСИРОВАНИЕ

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 20-013-00020 А «Физическая культура и спорт как предикторы формирования антивиктимной личности у людей с ограниченными возможностями здоровья и с нормой здоровья».

FUNDING

The reported study was funded by RFBR, project number 20-013-00020 A «Physical culture and sport as predictors of the formation of an antivictimistic personality in people with disabilities and with a health standard»

ЛИТЕРАТУРА

1. Психологические особенности подростков с девиантной виктимностью / В.Г. Белов, Ю.А. Парфенов, Т.С. Овчинников, М.В. Кирьянов // Ученые записки университета им. П.Ф.

Лесгафта. – 2011. – № 9 (79). – С. 28–32.

2. Зангиева, М.Ж. Самоэффективность как предиктор эффективного инклюзивного физкультурного образования в вузе / М.Ж. Зангиева // Педагогический журнал. – 2019. – Т. 9, № 1-1. – С. 452–458.

3. Леонтьев, Д.А. Вызов инвалидности: от проблемы к задаче / Д.А. Леонтьев, Л.А. Александрова // Четвертая Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии : материалы сообщений. – Москва : Смысл, 2010. – С. 114–120.

4. Ляшенко, Е.А. Влияние эмоционально-личностных нарушений на качество жизни при болезни Паркинсона / Е.А. Ляшенко, О.С. Левин // Личность, семья, общество: вопросы педагогики и психологии. – 2017. – № 1 (70) – С. 43–47.

5. Погорелов, А.А. Самоэффективность как предиктор эффективного и безопасного поведения личности / А.А. Погорелов // Известия ЮФУ. Технические науки. – 2012. – № 4 (129). – С. 140–145.

6. Фоминова, А.Н. Жизнестойкость личности : монография / А.Н. Фоминова. – Москва : [б. и.], 2012. – 152 с.

7. Binyamin, G. Leaders's language and employee proactivity: Enhancing psychological meaningfulness and vitality / G. Binyamin, Y. Brender-Ilan. – DOI: 10.1016/j.emj.2017.09.004 // European Management Journal. – 2018. – Vol. 36, Iss. 4, № 8. – P. 463–473.

8. Bostic, J.H. Constructive thinking. Mental health and physical health, an explain Tory model of correlated construct in health psychology : Ph.D. dissertation / J.H. Bostic. – Saint louis University, 2002.

9. Budyakova, T.P. Social perception as a factor in the professional success of a tennis player / T.P. Budyakova, G.V. Baturkina // Amazonia Investiga. – 2019. – Vol. 8, No. 23. – P. 431–439.

10. Fisher, Y. Predicting Teachers' Perception of Inclusion: What is the Role of Self- Efficacy? / Y. Fisher // EC Psychology and Psychiatry. – 2017. – № 3. – P. 157–171.

11. Takala, J.-P. Victimology / J.-P.Takala, K. Aromaa. – DOI: 10.1016/B978-012373985-8.00189-6 // Encyclopedia of Violence, Peace, and Conflict (Second Edition). – New York : Academic Press, 2008. – P. 2272–2288.

12. Ryan, R.M. Self-determinations theory and the faccilitation of untrinsic motivation, social development, and well-being / R.M Ryan, E.L. Deci // American Psychologist. – 2000. – Vol. 55. – P. 68–78.

REFERENCES

1. Belov, V.G., Parfenov, Yu.A., Ovchinnikova, T.S. and Kiryanov, M.V. (2011), “Psychological features of adolescents with deviant victimization”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 9 (79), pp. 28–32.

2. Zangiev, M.Zh. (2019), “Self-efficacy as a predictor of effective inclusive physical education in university “, *Pedagogicheskiy zhurnal*, No. 1-1, pp. 452–458.

3. Leontiev, D.A. and Alexandrova, L.A. (2010), “The challenge of disability: from problem to task”, *The Fourth All-Russian Scientific and Practical Conference on Existential Psychology: Materials of Communications*, Sense, Moscow, pp. 114-120.

4. Lyashenko, E.A. and Levin, O.S. (2017), “The influence of emotional and personality disorders on the quality of life in Parkinson's disease “, *Person, family, society: issues of pedagogy and psychology*, No 1 (70), pp. 43–47.

5. Pogorelov A.A. (2012), “Self-efficacy as a predictor of effective and safe personal behavior “, *Izvestiya YUFU. Tekhnicheskkiye nauki*, No. 4 (129), pp. 140-145.

6. Fominova A.N. (2012), *Resilience of the personality*, Moscow, 152 p.

7. Binyamin G. and Brender-Ilan Y. (2018), “Leaders' language and employee proactivity: Enhancing psychological meaningfulness and vitality”, *European Management Journal*, No. 8, pp. 463-473, DOI: 10.1016/j.emj.2017.09.004.

8. Bostic J.H. (2002), *Constructive thinking. Mental health and physical health, an explain Tory model of correlated construct in health psychology*, PhD. dissertation, Saint louis University.

9. Budyakova, T.P. and Baturkina, G.V. (2019), “Social perception as a factor in the professional success of a tennis player “, *Amazonia Investiga*, No 23, pp. 431-439.

10. Fisher, Y. (2017), “Predicting Teachers' Perception of Inclusion: What is the Role of Self- Efficacy?”, *EC Psychology and Psychiatry*, No. 3, pp. 157–171.

11. Takala J.-P., Aromaa K. (2008), “Victimology / Encyclopedia of Violence”, Peace, and Conflict (Second Edition), Academic Press, N.Y., pp. 2272–2288, DOI: 10.1016/B978-012373985-8.00189-6.

12. Ryan, R.M. and, Deci E.L. (2000), “Self-determinations theory and the facilitation of untrinsic motivation, social development, and well-being”, *American Psychologist*, vol. 55, pp. 68-78.

Контактная информация: budyakovaelez@mail.ru

Статья поступила в редакцию 18.05.2020

УДК 159.99

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПАРАДИГМ САМОРАЗВИТИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С РАЗНЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Татьяна Петровна Будякова, кандидат психологических наук, доцент, Галина Викторовна Батуркина, старший преподаватель, Елецкий государственный университет имени И.А. Бунина

Аннотация

Введение. Психологическая ценность разных парадигм саморазвития личности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и с нормой здоровья с разных позиций рассматривается в научной литературе. Методология и методики исследования. Авторы статьи полагают, что опросники не могут служить объективным и надежным средством изучения парадигм саморазвития, поскольку методика опросников не допускает комментариев и можно только предполагать, какой жизненный опыт лежит в основе выбора респондента. В качестве методики исследования была разработана экспериментальная методика на основе компиляции известных копинг-опросников и автобиографического метода. Результаты. В эмпирическом исследовании было доказано, что обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья применяют для целей совладания те же копинг-стратегии, что и обучающиеся с нормой здоровья. Было показано, что принципиально нельзя делить копинг-стратегии на позитивные и негативные, не учитывая условия их применения. Практическая значимость. Данные, полученные в исследовании, позволят более продуктивно использовать копинг-стратегии в психопрофилактической работе как с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, так и с нормой здоровья.

Ключевые слова: инклюзивное образование, копинг-стратегии, личность инвалида, саморазвитие, оценка эффективности копинг-стратегий.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.5.p508-514

COMPARATIVE ANALYSIS OF THE PARADIGMS OF SELF-DEVELOPMENT OF STUDENTS WITH DIFFERENT HEALTH OPPORTUNITIES

Tatyana Petrovna Budyakova, the candidate of psychological sciences, senior lecturer, Galina Viktorovna Baturkina, the senior teacher, Bunin Yelets State University

Abstract

Introduction. The psychological assessment of the value of different paradigms of self-development of students with disabilities and health standards are considered. Methodology and research methods. The authors of the article believe that questionnaires cannot serve as an objective and reliable means of studying self-development paradigms, because the methodology of the questionnaires does not allow comments and one can only assume what life experience underlies the respondent's choice. It was based on the compilation of well-known coping questionnaires and autobiographical method. Results. In the empirical study, it was proved that students with disabilities use the same coping strategies for coping as students with a healthy standard. It was shown that in principle it is impossible to divide copying strategies into positive and negative, without taking into account the conditions for their application. Practical significance. The data obtained in the study will allow more efficient use of coping strategies in psycho prevention work both with students with disabilities and with normal health.

Keywords: inclusive education, self-development, coping strategies, personality of a disabled person, evaluation of the effectiveness of coping strategies.