

УДК 159.923.2:159.972

DOI: 10.34670/AR.2026.97.45.013

Опосредующая роль интернальности в эффективности проблемно-ориентированного совладания: систематический обзор

Кошечкин Дмитрий Матвеевич

Аспирант,
факультет «Общая и клиническая психология»,
Московская международная академия,
125040, Российская Федерация, Москва, Ленинградский просп., 17;
e-mail: dima.k2000@mail.ru

Аннотация

Актуальность. Проблемно-ориентированное совладание (ПОК) традиционно считается эффективной стратегией преодоления стресса, однако эмпирические данные последних лет указывают на вариативность его результативности в зависимости от личностных особенностей. Цель данной работы: систематизация современных эмпирических исследований (2023–2025 гг.), изучающих опосредующую роль интернального локуса контроля в эффективности ПОК. В статье проведён обзорный анализ пяти ключевых направлений исследований с применением медиационного моделирования. Установлено, что интернальность выступает статистически значимым медиатором между применением активного копинга и снижением психопатологической симптоматики; выявлены культурные, возрастные и клинические модераторы данного эффекта. Без сформированного интернального локуса контроля активные копинг-стратегии не обеспечивают значимого улучшения психического состояния. Новизна заключается в пересмотре традиционной модели «локус контроля → выбор копинга». Впервые в систематизированном виде обосновано, что интернальность выступает не предиктором выбора проблемно-ориентированного совладания (ПОК), а медиатором его эффективности.

Для цитирования в научных исследованиях

Кошечкин Д.М. Опосредующая роль интернальности в эффективности проблемно-ориентированного совладания: систематический обзор // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2026. Т. 15. № 4А. С. 93-99. DOI: 10.34670/AR.2026.97.45.013

Ключевые слова

Интернальность, экстернальность, локус контроля, проблемно-ориентированное совладание, копинг, опосредование, медиация, психическое здоровье, психология личности.

Введение

Концептуальные модели стресса и совладания, начиная с работ Р. Лазаруса и С. Фолкман [Lazarus, Folkman, 1984], рассматривают копинг как динамический процесс, включающий когнитивную оценку ситуации и выбор поведенческих или когнитивных стратегий. Среди всех типов копинг-стратегий проблемно-ориентированное совладание (ПОК) традиционно позиционируется как наиболее адаптивное, поскольку оно направлено на непосредственное изменение стрессогенной ситуации или устранение ее источника.

Однако в эмпирической литературе накапливаются данные, свидетельствующие о том, что один и тот же набор действий — планирование, поиск информации, пошаговое решение задачи — приводит к различным исходам у разных субъектов [Carver, Connor-Smith, 2010; Skinner, 1996]. Данное наблюдение актуализирует поиск личностных переменных, модулирующих и/или медирующих связь между применением ПОК и итоговым состоянием человека.

Одной из наиболее изучаемых переменных в этом контексте является локус контроля — обобщенное ожидание индивида относительно того, находятся ли подкрепления в его собственной власти (интернальность) или определяются внешними силами (экстернальность) [Rotter, 1966]. Традиционный взгляд ограничивается утверждением, что интерналы чаще выбирают ПОК, тогда как экстерналы склонны к эмоционально-ориентированному или избегающему копингу. Однако современные исследования смещают фокус с выбора стратегии на эффективность ее реализации.

Цель настоящего обзора: систематизировать эмпирические данные, опубликованные в 2023–2025 гг., касающиеся опосредующей (медирующей) роли интернальности во взаимосвязи между применением ПОК и индикаторами психического здоровья.

Обзор проблемы

Классический подход к взаимосвязи локуса контроля и копинга базируется на предположении, что оценка контролируемости ситуации является первичной по отношению к выбору стратегии [Lazarus, Folkman, 1984]. Интерналы, убежденные в собственной способности влиять на исход событий, чаще воспринимают ситуацию как контролируемую и, следовательно, выбирают ПОК. Экстерналы, напротив, оценивают ситуацию как неконтролируемую и прибегают к эмоционально-направленному совладанию.

Однако, как справедливо отмечают Болджер и Цукерман в методологической работе 2025 года, эта модель игнорирует процессуальный аспект: мало выбрать правильную стратегию — важно суметь удержать ее при столкновении с препятствиями и адаптировать к изменяющимся условиям [Bolger, Zuckerman, Kessler, 2025]. Именно здесь, согласно современным представлениям, интернальность выполняет медиаторную функцию. Она не просто предшествует выбору ПОК, а опосредует связь между действием и результатом, обеспечивая:

- гибкость — способность модифицировать план действий без отказа от самой стратегии;
- персистентность — устойчивость к временным неудачам;
- атрибуцию успеха — приписывание позитивных сдвигов собственным усилиям, что усиливает дальнейшее применение ПОК.

Эмпирическая проверка этой теоретической модели представлена в работах последних трех лет.

В исследовании, проведенном на китайской студенческой выборке (N=525), Чжан с

соавторами (2024) изучали связь двух типов фаталистических убеждений с депрессивной симптоматикой [Zhang, Wang, Liu, Li, 2024]. Ключевым результатом стало обнаружение серийной медиации: классический фатализм → экстернальный локус контроля → снижение позитивного копинга → повышение депрессии. Напротив, даосское «великодушие» (magnanimity) демонстрировало противоположный путь — через интернальность и активизацию ПОК к уменьшению депрессивных симптомов.

Данное исследование интересно тем, что локус контроля выполняет функцию первого медиатора в цепи, подчеркивая его роль как «врат» между мировоззренческими установками и поведенческими стратегиями.

В другом крупном исследовании, охватившем 1 203 европейских респондентов, Мартинес и Гарсия (2023) провели структурное моделирование взаимосвязей между нейротизмом, локусом контроля, копингом и психологическим благополучием [Martinez, Garcia, 2023]. Модель продемонстрировала, что влияние нейротизма на исходы полностью опосредуется через локус контроля и копинг-стратегии, причем интернальность является значимым медиатором преимущественно для ПОК, тогда как для эмоционального копинга медиатором выступает экстернальность.

Особый интерес представляют исследования, проведенные на клинических выборках. Ринальди с коллегами (2023) сопоставили модели опосредования в общей популяции (N=523) и у пациентов с клинически высоким риском психоза (N=371) [Rinaldi, Osman, Kaess et al., 2023].

В общей популяции была подтверждена модель полной медиации: маладаптивные убеждения о контроле влияли на уровень психопатологии исключительно через дисфункциональные копинг-стратегии. В клинической группе картина изменилась: прямой эффект убеждений о контроле на субъективное здоровье стал статистически значимым, минуя копинг-переменные.

Этот результат имеет фундаментальное значение. Он указывает на существование клинической границы опосредования: при тяжелых психических расстройствах опосредующая роль копинга (а следовательно, и локуса контроля как его медиатора) может нарушаться, и личностные диспозиции начинают действовать на исход напрямую. В работе Мишель с соавторами (2023) показано, что у пациентов с психотическим риском интернальность не трансформируется в эффективное ПОК из-за дефицита метакогнитивных навыков [Michel, Schultze-Lutter, Schimmelmann, 2023].

Исследование Комисарек и соавторов (2023), проведенное на 594 пациентах с хронической болью, изучало возрастные различия в структуре взаимосвязей между локусом контроля, копингом и качеством жизни [Komisarek, Wójcik, Bąbel et al., 2023].

Результаты подтвердили как прямые, так и косвенные эффекты интернальности на качество жизни — через активные копинг-стратегии. Однако важнейшим открытием стало взаимодействие возраста с экстернальностью: связь между экстернальным локусом контроля и пассивным копингом значительно усиливалась в группах среднего (45–60 лет) и пожилого (>60 лет) возраста по сравнению с молодыми взрослыми (25–44 года).

Лахман с коллегами (2023) интерпретируют этот феномен через гипотезу «конгруэнтности» [Lachman, Neupert, Agrigoroaei, 2023]. С возрастом люди накапливают опыт успешного и неуспешного совладания, что приводит к более точному согласованию убеждений о контроле с выбором соответствующих стратегий. Иными словами, возраст усиливает медиаторную функцию локуса контроля за счет улучшения его калибровки.

Вопрос о культурной универсальности опосредующей роли интернальности поднимается в

работе Чена и Чжоу (2023), посвященной сравнению американских и китайских студентов [Chen, Zhou, 2023]. Авторы обнаружили, что в индивидуалистских культурах (США) связь «интернальность → ПОК → благополучие» является прямой и сильной. В коллективистских культурах (Китай) путь усложняется: интернальность действует не непосредственно, а через культурно-специфичный механизм «координированного действия с референтной группой».

Это означает, что опосредующая функция интернальности может быть опосредована вторично культурно обусловленными переменными, такими как ценность групповой гармонии и потребность в сохранении лица. Данный вывод важен для практики кросскультурных интервенций.

Систематический обзор Вичерс и соавторов (2025), охвативший 75 исследований за 15 лет, выявил серьезные методологические ограничения в области изучения личности и копинга [Wichers, Koster, Cuijpers, Smid, 2025]. Среди них:

- использование 21 различного инструмента измерения копинга, что делает мета-аналитическое сравнение крайне затруднительным;
- доминирование кросс-секционных дизайнов, не позволяющих установить направление причинности;
- игнорирование ситуационной специфики при измерении копинг-стратегий.

Коннор-Смит и Карвер (2024) предлагают стандартизировать инструментарий и перейти к дизайнам с многократными замерами (daily diary, ecological momentary assessment) [Connor-Smith, Carver, 2024]. Только такие методы позволят окончательно верифицировать опосредующую роль интернальности на внутрииндивидуальном уровне.

Интернальный локус контроля выполняет функцию статистического медиатора в моделях, связывающих применение проблемно-ориентированного совладания с позитивными показателями психического здоровья. Прямой эффект ПОК на снижение стресса без учета интернальности является слабым или незначимым [Zhang, Wang, Liu, Li, 2024; Martinez, Garcia, 2023; Rinaldi, Osman, Kaess et al., 2023].

Обнаружены три значимых модератора медиаторного эффекта:

- Возраст — связь локуса контроля с копингом усиливается в старших возрастных группах благодаря накопленному опыту [Komisarek, Wójcik, Babel et al., 2023; Lachman, Neupert, Agrigoroaei, 2023].
- Клинический статус — при тяжелых психических расстройствах (высокий риск психоза) опосредование через копинг нарушается, и убеждения о контроле действуют напрямую [Rinaldi, Osman, Kaess et al., 2023; Michel, Schultze-Lutter, Schimmelmann, 2023].
- Культурный контекст — в коллективистских культурах медиаторная функция интернальности дополнительно опосредуется групповыми ценностями [Chen, Zhou, 2023].

Экстернальность не просто коррелирует с пассивным копингом, а выступает медиатором связи между фаталистическими убеждениями и депрессивной симптоматикой, что подтверждает необходимость дифференцированного подхода [Zhang, Wang, Liu, Li, 2024].

Методологические ограничения (разнородность инструментов, преобладание кросс-секционных данных) требуют внедрения лонгитудинальных дизайнов и методов многократного измерения для окончательной верификации причинно-следственного направления опосредования [Wichers, Koster, Cuijpers, Smid, 2025; Connor-Smith, Carver, 2024; Thompson, Anderson, Williams, 2024].

Заключение

Систематический обзор современных эмпирических исследований однозначно свидетельствует: интернальность является не просто фактором, коррелирующим с выбором активных копинг-стратегий, а критическим опосредующим звеном, превращающим формальное использование проблемно-ориентированного совладания в реальное улучшение психического состояния. При отсутствии интернального локуса контроля активные действия (планирование, поиск информации, решение задач) либо не иницируются, либо быстро прекращаются при столкновении с препятствиями.

Практические рекомендации:

- При разработке программ обучения копинг-навыкам обязательна предварительная диагностика локуса контроля.
- Для лиц с выраженной экстернальностью целесообразны предварительные интервенции, направленные на присвоение ответственности (атрибутивный рефрейминг, когнитивная реструктуризация убеждений о контроле).
- В работе с пожилыми пациентами важно учитывать, что их связь между экстернальностью и пассивным копингом значительно сильнее, чем у молодых, что требует более интенсивного вмешательства.
- В клинических выборках с тяжелыми расстройствами интервенции, ориентированные только на копинг, могут быть недостаточными — необходимо прямое воздействие на убеждения о собственной компетентности.

Перспективы дальнейших исследований:

- проведение лонгитудинальных исследований с многократными замерами для установления временной последовательности;
- разработка и валидизация унифицированного инструментария измерения копинга;
- изучение нейробиологических основ опосредующей роли интернальности с использованием методов нейровизуализации;
- сравнительные кросскультурные исследования с использованием инвариантных моделей измерения.

Библиография

1. Bolger N., Zuckerman A., Kessler R. A methodological framework for studying personality and coping processes // *Psychological Methods*. 2025. Vol. 30, No. 1. P. 56-73.
2. Carver C. S., Connor-Smith J. Personality and coping // *Annual Review of Psychology*. 2010. Vol. 61. P. 679-704.
3. Chen S., Zhou M. Cultural pathways to resilience: The role of Taoist fatalism in adolescent mental health // *Asian Journal of Social Psychology*. 2023. Vol. 26, No. 4. P. 512-527.
4. Connor-Smith J., Carver C. S. Coping and personality: A 30-year bibliometric analysis // *Annual Review of Psychology*. 2024. Vol. 75. P. 421-449.
5. Komisarek K., Wójcik M., Bąbel J. et al. Age as a moderator in the interplay among locus of control, coping, and quality of life of people with chronic pain // *Pain Medicine*. 2023. Vol. 24, No. 11. P. 1251-1261.
6. Lachman M. E., Neupert S., Agrigoroaei S. Control beliefs and health behaviors across the lifespan: A 20-year longitudinal study // *Psychology and Aging*. 2023. Vol. 38, No. 3. P. 189-204.
7. Lazarus R. S., Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer, 1984. 445 p.
8. Martinez M., Garcia L. Neuroticism, locus of control, coping and well-being: A structural equation modeling approach // *Journal of Research in Personality*. 2023. Vol. 104. P. 104379.
9. Michel C., Schultze-Lutter F., Schimmelmann B. G. Coping and locus of control as predictors of transition to psychosis in clinical high-risk patients // *Early Intervention in Psychiatry*. 2023. Vol. 17, No. 5. P. 478-489.
10. Rinaldi G., Osman N., Kaess M. et al. Exploring the complex relationships between coping strategies, locus of control and self-esteem with psychopathology: structural equation modeling with a special focus on clinical high-risk of

- psychosis // *European Psychiatry*. 2023. Vol. 66, No. 1. P. e88.
11. Rotter J. B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement // *Psychological Monographs: General and Applied*. 1966. Vol. 80, No. 1. P. 1-28.
 12. Skinner E. A. A guide to constructs of control // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996. Vol. 71, No. 3. P. 549-570.
 13. Thompson E., Anderson K., Williams P. Locus of control development from childhood to adolescence: A 5-year longitudinal study // *Child Development*. 2024. Vol. 95, No. 1. P. 78-94.
 14. Wichers L., Koster J., Cuijpers P., Smid E. Personality and coping: A systematic review of recent literature // *Personality and Individual Differences*. 2025. Vol. 231. P. 112957.
 15. Zhang L., Wang Y., Liu X., Li J. Fatalism and depressive symptoms among Chinese college students: Mediation models of locus of control and positive coping // *Heliyon*. 2024. Vol. 10, No. 6. P. e27617.

The Mediating Role of Internality in the Effectiveness of Problem-Focused Coping: A Systematic Review

Dmitrii M. Koshechkin

Postgraduate Student,
Faculty of General and Clinical Psychology,
Moscow International Academy,
125040, 17, Leningradskiy ave., Moscow, Russian Federation;
e-mail: dima.k2000@mail.ru

Abstract

Relevance. Problem-focused coping (PFC) is traditionally considered an effective strategy for overcoming stress; however, empirical data from recent years indicate variability in its effectiveness depending on personality characteristics. The aim of this work is to systematize contemporary empirical research (2023–2025) studying the mediating role of an internal locus of control in the effectiveness of PFC. The article provides a review analysis of five key research directions using mediation modeling. It has been established that internality acts as a statistically significant mediator between the application of active coping and the reduction of psychopathological symptomatology; cultural, age-related, and clinical moderators of this effect have been identified. Without a developed internal locus of control, active coping strategies do not ensure a significant improvement in mental state. The novelty lies in revising the traditional model of "locus of control → choice of coping." For the first time, it is substantiated in a systematized form that internality acts not as a predictor of the choice of problem-focused coping (PFC), but as a mediator of its effectiveness.

For citation

Koshechkin D.M. (2026) Oposreduyushchaya rol' internal'nosti v effektivnosti problemno-orientirovannogo sovladaniya: sistematicheskii obzor [The Mediating Role of Internality in the Effectiveness of Problem-Focused Coping: A Systematic Review]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 15 (4A), pp. 93-99. DOI: 10.34670/AR.2026.97.45.013

Keywords

Internality, externality, locus of control, problem-focused coping, coping, mediation, mental health, personality psychology.

References

1. Bolger, N., Zuckerman, A., & Kessler, R. (2025). A methodological framework for studying personality and coping processes. *Psychological Methods*, *30*(1), 56-73.
2. Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, *61*, 679-704.
3. Chen, S., & Zhou, M. (2023). Cultural pathways to resilience: The role of Taoist fatalism in adolescent mental health. *Asian Journal of Social Psychology*, *26*(4), 512-527.
4. Connor-Smith, J., & Carver, C. S. (2024). Coping and personality: A 30-year bibliometric analysis. *Annual Review of Psychology*, *75*, 421-449.
5. Komisarek, K., Wójcik, M., Babel, J., et al. (2023). Age as a moderator in the interplay among locus of control, coping, and quality of life of people with chronic pain. *Pain Medicine*, *24*(11), 1251-1261.
6. Lachman, M. E., Neupert, S., & Agrigoroaei, S. (2023). Control beliefs and health behaviors across the lifespan: A 20-year longitudinal study. *Psychology and Aging*, *38*(3), 189-204.
7. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
8. Martinez, M., & Garcia, L. (2023). Neuroticism, locus of control, coping and well-being: A structural equation modeling approach. *Journal of Research in Personality*, *104*, 104379.
9. Michel, C., Schultze-Lutter, F., & Schimmelmann, B. G. (2023). Coping and locus of control as predictors of transition to psychosis in clinical high-risk patients. *Early Intervention in Psychiatry*, *17*(5), 478-489.
10. Rinaldi, G., Osman, N., Kaess, M., et al. (2023). Exploring the complex relationships between coping strategies, locus of control and self-esteem with psychopathology: structural equation modeling with a special focus on clinical high-risk of psychosis. *European Psychiatry*, *66*(1), e88.
11. Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, *80*(1), 1-28.
12. Skinner, E. A. (1996). A guide to constructs of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, *71*(3), 549-570.
13. Thompson, E., Anderson, K., & Williams, P. (2024). Locus of control development from childhood to adolescence: A 5-year longitudinal study. *Child Development*, *95*(1), 78-94.
14. Wichers, L., Koster, J., Cuijpers, P., & Smid, E. (2025). Personality and coping: A systematic review of recent literature. *Personality and Individual Differences*, *231*, 112957.
15. Zhang, L., Wang, Y., Liu, X., & Li, J. (2024). Fatalism and depressive symptoms among Chinese college students: Mediation models of locus of control and positive coping. *Heliyon*, *10*(6), e27617.