

ПСИХОЛОГИЯ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2023. Т. 29, № 2. С. 73–81. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2023, vol. 29, № 2, pp. 73–81.

ISSN 2073-1426

Научная статья

УДК 378:159.9

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-2-73-81>

СУБЪЕКТНЫЕ КАЧЕСТВА СТУДЕНТОВ ВУЗА С РАЗЛИЧНЫМИ СТИЛЯМИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Леонова Юлия Игоревна, Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, Калуга, Россия, julia.leonova.psy@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0008-5918-0014>

Спиженкова Мария Антониновна, кандидат философских наук, Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, Калуга, Россия, spizhenkovama@tksu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-2197-6286>

Аннотация. В рамках уровневого подхода к совладающему поведению (копинг-действия, копинг-стратегии, копинг-стили) представлена эмпирическая классификация определённых Ч. Карвером копинг-стратегий. Выборку составили 1 469 студентов трёх вузов Калужской области. Методом кластерного анализа определены продуктивный, непродуктивный копинг-стили, а также внешне-ориентированный копинг-стиль, положительно связанный как с продуктивным, так и с непродуктивным стилями. Проанализированы личностные особенности и показатели осмысленности жизни студентов в зависимости от доминирующего копинг-стиля, представлены гендерные особенности. Эмпирически обосновано, что у студентов, которым присущи активные способы совладания, по сравнению со студентами, которые в ситуациях стресса бездействуют либо ищут внешней помощи, будут в большей степени развиты субъектные качества: осмысленность жизни, целеполагание, внутренний локус контроля, а также открытость для нового опыта.

Ключевые слова: копинг, субъектность, личностные особенности, смысложизненные ориентации, юношеский кризис, студенты вуза.

Для цитирования: Леонова Ю.И., Спиженкова М.А. Субъектные качества студентов вуза с различными стилями совладающего поведения // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2023. Т. 29, № 2. С. 73–81. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-2-73-81>

Research article

HUMAN AGENCY TRAITS OF UNIVERSITY STUDENTS WITH DIFFERENT COPING STYLES

Julia I. Leonova, Tsiolkovskiy Kaluga State University, Kaluga, Russia, julia.leonova.psy@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0008-5918-0014>

Maria A. Spizhenkova, Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor, Tsiolkovskiy Kaluga State University, Kaluga, Russia, spizhenkovama@tksu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-2197-6286>

Abstract. An empirical classification of certain coping strategies from Ch. Carver's studies is presented. Hierarchic approach to coping behavior (coping-actions, coping strategies, coping styles) was used. The sample consisted of 1 469 students. Using the method of cluster analysis, we identified productive, unproductive coping styles, as well as externally-oriented coping-style, which positively correlates with both productive and unproductive styles. The article includes analysis of personality traits and meaningfulness of life of students depending on the dominant coping-style, as well as gender-based specifics. Students with active coping as compared to students who are inactive in situations of stress or seek external help will develop subjective qualities to a greater extent: meaningfulness of life, goal setting, internal locus of control, as well as openness to new experience, the results of the study showed.

Keywords: coping, human agency, personality traits, purpose in life, youth crisis, university students.

For citation: Leonova Ju.I., Spizhenkova M.A. Human agency traits of university students with different coping styles. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2023, vol. 29, № 2, pp. 73–81. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-2-73-81>

Введение. Проблема совладающего поведения (копинга) является одной из актуальных научных и практических проблем начиная с последней четверти XX века, исследования копинга лежат в основе понимания влияния стресса на человека.

Как отмечает Е.А. Скиннер, вопрос влияния стратегии совладания на снижение или усиление эффекта негативно окрашенных событий и состояний важен не только в контексте морального вреда и функционирования индивида в краткосрочной перспективе, но и в контексте долгосрочной деятельности, а также развития соматических или психических заболеваний [Searching for the structure of coping: 216]. Следует отметить различие сложившихся к настоящему времени подходов как к определению понятия «копинг», так и к классификации методов совладания со стрессом. С позиций психоаналитического подхода копинг рассматривается в контексте динамики Эго и направлен на снижение психического напряжения (К. Меннингер, Г. Вайлан, Н. Хаан). С позиций теории личности копинг детерминируется личностными особенностями индивида (Р. Моуз). С позиций ресурсного подхода копинг рассматривается как динамика когнитивных и поведенческих усилий по снижению стрессового воздействия, оценка силы которого зависит от имеющихся у человека ресурсов (Р. Лазарус, С. Фолкман). С позиций социально-психологического подхода каждый индивид является носителем индивидуальных, диадических и коллективных способов совладания одновременно (Т.Л. Крюкова, О.А. Екимчик, Т.П. Опекина).

Т.Л. Крюковой показана иерархия уровней поведения в ситуации стресса: копинг-действия (определяемые спецификой ситуации), копинг-стратегии (образы действий) и копинг-стили (группы стратегий, близких по смыслу) – когнитивно-поведенческое образование [Крюкова 2008: 92]. Такой подход созвучен с предложенной Е.А. Скиннер двухэтапной классификацией методов совладания: определение всеобъемлющего перечня категорий нижнего порядка, которые должны быть концептуально ясны и не повторять друг друга, и далее выявление категорий высшего порядка – типов копинг-стилей, которые являются совокупностью категорий нижнего порядка, имеющих общие топологические особенности и функции в адаптации [Searching for the structure of coping: 217]. Ч. Карвер обосновал, что содержательная классификация базовых копингов в группы проблемно-ориентированного, эмоционально-ориентированного копинга, а также копинга, ориентированного на избегание (в соответствии с подходом Р. Лазаруса), в целом может упростить результат исследования, поэтому предпочтительным является эмпирическое объединение (выявление факторов второго порядка) на конкретной выборке, при этом на разных выбор-

ках может быть получена разная структура исходных копингов [Carver C.S., Scheier M.F., & Weintraub J.K.: 267]. Вместе с тем многие авторы сходятся во мнении о необходимости различать копинги продуктивные и непродуктивные вплоть до дезадаптивных, которые могут нанести вред и самому человеку, и его окружению [Крюкова 2008: 90].

Активное развитие паттернов совладающего поведения происходит в юношеском возрасте. В этом возрасте, по В.И. Слободчикову, изменяется отношение к будущему (оценка настоящего с позиций будущего), субъектность выходит на новый уровень, что часто связано с преодолением социально-ролевых ожиданий [Слободчиков: 48]. Всё это приводит к увеличению стрессовых факторов, как внешних, так и внутренних. В последнее время проведены исследования возрастных особенностей копинга, которые обуславливаются наличием тех или иных групп ресурсов (таких как социальная поддержка, физическое здоровье, уверенность, контроль напряжения и другие) [Хазова, Шипова: 217]. Прохождение юношеского кризиса связано с формированием жизненных целей и стремления к их реализации, ощущения собственной ответственности за их достижение. Студенты, успешно преодолевшие нормативный образовательный кризис адаптации, отличаются от своих сверстников, имеющих проблемы прохождения этого кризиса, по сформированности субъектных качеств, в том числе осмысленности жизни, умению находить эффективные способы достижения цели, способностью к самостоятельному принятию решения [Леонова: 322]. Смысло-жизненные ориентации обуславливают внутреннюю мотивацию учебной деятельности [Дворецкая, Ахмадиева: 176], готовность к достижению целей, осмысленность жизни связана у студентов с ощущением счастья [Гаранина, Андропова: 161].

Студенты в период обучения сталкиваются со многими стрессовыми ситуациями, в перечень которых, помимо адаптации к обучению в вузе, входит период промежуточной аттестации, постоянная большая нагрузка в учебное и свободное время, на которое приходится выполнение большого объема домашних заданий, потенциальные конфликты со сверстниками или преподавателями. Как показывает опыт работы психологических служб вузов, многим студентам требуется помощь в выработке умений подбирать методы продуктивного совладания со стрессовыми ситуациями. В связи с этим представляет особую важность изучение закономерностей выбора копинг-стратегий студентами с различными личностными особенностями, находящихся на различных этапах разрешения юношеского кризиса. В выполненных к настоящему времени исследованиях показана взаимосвязь копинг-стратегий студентов с показателями тревожности [Бирюкова,

Ледовская: 101], интернальности, эмпатии и антиципационной состоятельности [Взаимосвязь копинг-стратегий студентов с некоторыми особенностями личности: 275]. Активный копинг наряду с социальными копингами характерен, в частности, для студентов, находящихся на разных стадиях эмоционального выгорания [Ледовская: 338]. Отмечается большая роль понятийных способностей как фактора регуляции эффективного совладающего поведения [Холодная: 146].

Мы предположили, что выбираемые в юношеском возрасте стратегии и стили совладания будут, с одной стороны, обусловлены личностными характеристиками, а с другой – осмысленностью жизни. У студентов, которым присущи активные способы совладания, по сравнению со студентами, которые в ситуациях стресса бездействуют либо ищут внешней помощи, будут в большей степени развиты субъектные качества: осмысленность жизни, целеполагание, внутренний локус контроля, а также открытость для нового опыта.

Метод. В выборку вошло 1 469 студентов: 545 мужчин, 924 женщины, средний возраст 20,3 лет, обучающиеся в трех ведущих вузах Калужской области: Обнинский институт атомной энергетики – филиал НИЯУ МИФИ; Калужский государственный университет имени К.Э. Циолковского; Калужский филиал МГТУ имени Н.Э. Баумана.

Для определения копинг-стратегий студентов использовалась русскоязычная версия краткой формы опросника совладания со стрессом Brief COPE Ч. Карвера [Крюкова, Екимчик, Опекина: 208]. В список

изучаемых психологических особенностей вошли экстраверсия, дружелюбие, добросовестность, эмоциональная стабильность и открытость новому опыту, измеряемые с помощью русскоязычной версии краткого пятифакторного опросника личности GPI-RU [Сергеева, Кириллов, Джумагулова: 138], а также осмысленность жизни и такие ее аспекты, как наличие целей, интерес и эмоциональная насыщенность жизни, удовлетворенность самореализацией, вера в возможность и собственную способность контролировать свою жизнь, которые оценивались с использованием теста смысловых ориентаций Д.А. Леонтьева [Леонтьев]. Статистический анализ данных проводился с помощью программ MS Excel и Statistica v.13, применялись кластерный анализ, корреляционный анализ по Спирмену, t-критерий Стьюдента, U-критерий Манна – Уитни и критерий ϕ^* – угловое преобразование Фишера.

Анализ данных. На первом этапе анализа данных мы произвели группировку копинг-стратегий методом кластерного анализа (использовался объединительный кластерный анализ, в качестве расстояния между шкалами использовалось значение 1-r (где r – коэффициент корреляции Пирсона). Результирующая дендрограмма представлена на рисунке 1.

При соотношении полученных данных с уровнем подходом к определению совладающего поведения Т.Л. Крюковой указанные кластеры копинг-стратегий можно определить как продуктивные и непродуктивные стили, а также отдельно сформировался кластер внешне-ориентированных копинг-стратегий (табл. 1).

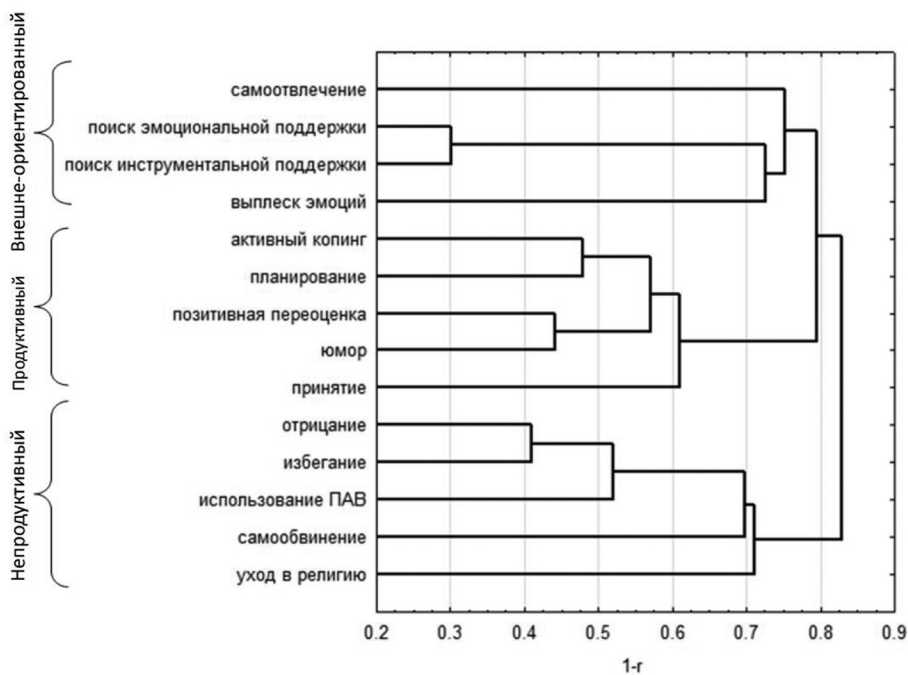


Рис. 1. Копинг-стили по результатам кластеризации копинг-стратегий

Копинг-стили студентов
(жирным шрифтом выделены копинг-стратегии, по которым выявлены гендерные различия, см. рис. 3)

Копинг-стили		
Продуктивный	Непродуктивный	Внешнеориентированный
Активный копинг Планирование Позитивная переоценка Юмор Принятие	Отрицание Избегание Использование ПАВ Самообвинение Уход в религию	Самоотвлечение Поиск эмоциональной поддержки Поиск инструментальной поддержки Выплеск эмоций

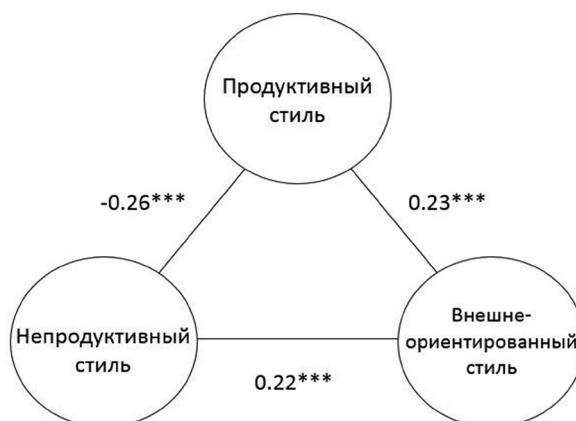
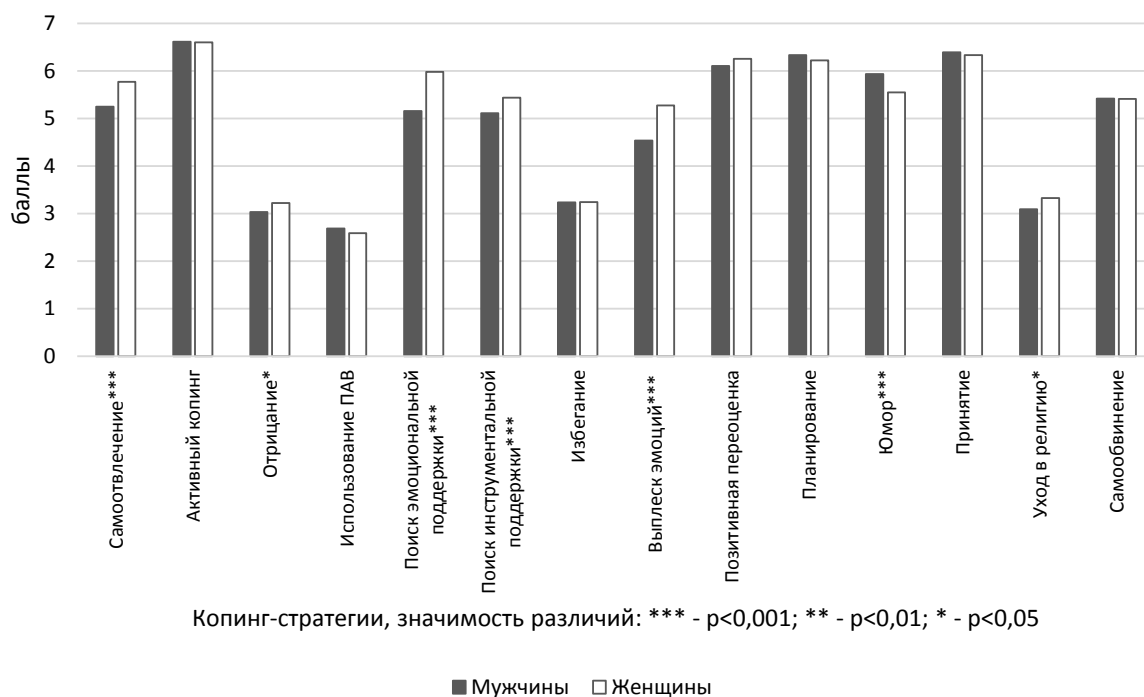


Рис. 2. Взаимосвязь выраженности копинг-стилей в общей выборке (указаны коэффициенты корреляции Спирмена, *** – уровень значимости $p < 0,001$)



Копинг-стратегии, значимость различий: *** - $p < 0,001$; ** - $p < 0,01$; * - $p < 0,05$

■ Мужчины □ Женщины

Рис. 3. Выраженность копинг-стратегий у мужчин и женщин (статистическая значимость различий определялась с помощью t-критерия Стьюдента)

Следует отметить, что использование терминологии «продуктивный» и «непродуктивный» неоднозначно, ряд авторов утверждает об амбивалентности копинг-стратегий с точки зрения их эффективности/неэффективности (см., например: [Холодная, Алексапольский: 62]). «Продуктивность» в нашем случае относится к способу действий/поведению в стрессовой ситуации и, по сути, свидетельствует о разного рода активности человека в преодолении трудностей, тогда как «непродуктивность» связана с отсутствием активных действий и уходом в себя. При этом итоговая эффективность используемых копинг-стилей в рамках данной статьи не оценивается.

Анализ взаимосвязи эмпирически определённых копинг-стилей показал, что внешне-ориентированный стиль нельзя отождествить с продуктивным или же непродуктивным стилем, так как он меняет свою коннотацию в зависимости от ситуации применения (рис. 2).

Анализ гендерных различий выраженности стратегий, составляющих выявленные нами копинг-стили, показал, что по отдельным стратегиям существуют статистически значимые различия (рис. 3), у женщин более выражены стратегии, относящиеся к непродуктивному (отрицание, уход в религию) и внешне-ориентированному (поиск эмоциональной поддержки, выплеск эмоций) стилям, у мужчин более выражена стратегия «юмор», относящаяся к продуктивному копинг-стилю.

Поэтому дальнейший анализ мы проводили отдельно в выборках мужчин и женщин. Целью второго этапа анализа данных было определение различий

между личностными особенностями и осмысленностью жизни студентов с доминированием продуктивного, непродуктивного и внешне-ориентированного копинг-стилей. Для определения доминирующего копинг-стиля для каждого респондента были вычислены средние значения копинг-стратегий, являющихся компонентами каждого стиля, и определено максимальное из трёх получившихся значений. Распределение выборок мужчин и женщин по доминирующему копинг-стилю представлено в таблице 2. Распределение выборки по доминирующему копинг-стилю неравномерно: у подавляющего большинства студентов (71 %) доминирует продуктивный копинг-стиль, у 26 % – внешне-ориентированный. Непродуктивный копинг-стиль доминирует всего у 3 % студентов, но это именно та часть выборки, которая может нуждаться в психологической поддержке. Следует отметить статистически значимое ($p < 0,01$) превышение доли внешне-ориентированного копинг-стиля в выборке женщин по сравнению с мужчинами, а также обратный эффект в долях респондентов с доминирующим продуктивным стилем.

В таблице 3 представлена выраженность личностных особенностей студентов в зависимости от доминирующего копинг-стиля.

Сравнительный анализ показателей с применением критерия Манна – Уитни выявил статистически значимые различия на уровне значимости $p < 0,05$ и выше между личностными особенностями респондентов с разным доминирующим копинг-стилем как в выборке женщин, так и в выборке мужчин.

Таблица 2

Распределение выборок мужчин и женщин по доминирующему копинг-стилю

Стиль	Всего	% от выборки	М	% от выборки М	Ж	% от выборки Ж	Значение критерия φ^*
Продуктивный	1 047	71 %	443	81,3 %	604	65,4 %	6,7**
Непродуктивный	39	3 %	17	3,1 %	22	2,4 %	0,84
Внешнеориентированный	383	26 %	85	15,6 %	298	32,3 %	7,3**

Примечания: ** – $p < 0,01$.

Таблица 3

Личностные особенности студентов с различным копинг-стилем

Копинг-стиль	Экстравертность	Дружелюбие	Добросовестность	Эмоциональная стабильность	Открытость новому опыту
<i>Женщины</i>					
Продуктивный	10,29 ± 2,61	9,50 ± 2,29	11,45 ± 2,38	8,91 ± 2,79	10,30 ± 2,39
Непродуктивный	7,36 ± 3,30	8,14 ± 2,12	9,82 ± 2,59	5,91 ± 2,72	9,05 ± 1,62
Внешне-ориентированный	9,32 ± 2,86	9,35 ± 2,26	10,88 ± 2,58	6,47 ± 2,80	9,52 ± 2,53
<i>Мужчины</i>					
Продуктивный	9,91 ± 2,76	8,54 ± 2,20	10,62 ± 2,51	10,35 ± 2,60	9,81 ± 2,44
Непродуктивный	7,41 ± 3,66	8,71 ± 2,62	8,65 ± 3,16	8,12 ± 3,33	7,53 ± 2,21
Внешне-ориентированный	8,32 ± 2,99	8,21 ± 2,24	8,80 ± 2,57	8,15 ± 2,73	9,06 ± 2,55

Так, в выборке женщин были обнаружены значимые различия по всем параметрам пятифакторной модели личности между респондентами, предпочитающими продуктивный и непродуктивные копинг-стили, что позволяет говорить о более высокой экстравертности ($U = 3297^{***}$), дружелюбии ($U = 4450^{**}$), добросовестности ($U = 4220^{**}$), эмоциональной стабильности ($U = 3026^{***}$) и открытости новому опыту ($U = 4362^{**}$) у респонденток с продуктивным копинг-стилем. При сравнении респонденток с продуктивным и внешне-ориентированным копинг-стилем были получены данные, свидетельствующие о большей экстравертности ($U = 72017^{***}$), добросовестности ($U = 77968^{**}$), эмоциональной стабильности ($U = 48110^{***}$) и открытости новому опыту ($U = 74730^{***}$) у респонденток с продуктивным копинг-стилем с невыраженными различиями в дружелюбии. При сопоставлении групп респонденток с непродуктивным и внешне-ориентированным копинг-стилем было выявлено, что у последних более выражены экстравертность ($U = 2200,5^{**}$), дружелюбие ($U = 2317,5^{**}$) и добросовестность ($U = 2449^{**}$) при отсутствии значимых различий в эмоциональной стабильности и открытости новому опыту.

В мужской выборке при сравнении респондентов с продуктивным и непродуктивным стилями были выявлены значимые различия по всем параметрам, кроме дружелюбия, что позволяет говорить о большей экстравертности ($U = 2224,5^{**}$), добросовестности ($U = 2290^{**}$), эмоциональной стабильности ($U = 2185^{**}$) и открытости новому опыту ($U = 1704^{**}$) у респондентов, предпочитающих продуктивный копинг-стиль.

При сопоставлении респондентов с продуктивным и внешне-ориентированным копинг-стилями были выявлены схожие различия, что свидетельствует о большей экстравертности ($U = 13014^{***}$), добросовестности ($U = 11367^{***}$), эмоциональной стабильности ($U = 10458^{***}$) и открытости новому опыту ($U = 15704^{**}$) у респондентов, предпочитающих продуктивный копинг-стиль. При сравнении

респондентов с непродуктивным и внешне-ориентированным копинг-стилем было выявлено различие только в открытости новому опыту ($U = 444^{**}$), склонность к которому выше у респондентов с непродуктивным копинг-стилем.

В таблице 4 представлены результаты оценки показателей осмысленности жизни мужчин и женщин в зависимости от доминирующего копинг-стиля.

В женской выборке были обнаружены значимые различия по всем параметрам осмысленности жизни между респондентами, предпочитающими продуктивный и непродуктивные копинг-стили, что позволяет говорить о более высокой осмысленности жизни и выраженности таких ее аспектов, как наличие целей ($U = 3236^{***}$), удовлетворенность самореализацией ($U = 2472^{***}$), удовлетворенность процессом жизни ($U = 2303^{***}$), осознание возможности и способности ($U = 9812^{***}$) влиять на жизнь у респонденток с продуктивным копинг-стилем. При сравнении респонденток с продуктивным и внешне-ориентированным копинг-стилем были получены схожие данные, что говорит о том, что у респонденток с продуктивным копинг-стилем более высокий уровень целеполагания ($U = 64361,5^{***}$), удовлетворенности процессом жизни ($U = 60007^{***}$) и самореализацией ($U = 59482,5^{***}$), осознания способности влиять на жизнь ($U = 66394,5^{***}$). При сопоставлении групп респонденток с непродуктивным и внешне-ориентированным копинг-стилем было выявлено, что у последних показатели целеполагания ($U = 2268^{**}$), удовлетворенности процессом жизни ($U = 1866,5^{***}$), удовлетворенности самореализацией ($U = 2002,5^{**}$) и осознания способности влиять на жизнь ($U = 1590^{***}$) выше.

В мужской выборке при сравнении респондентов с продуктивным и непродуктивным стилями была установлена значимость различий по всем параметрам, что свидетельствует о более высоких уровнях целеполагания ($U = 1751,5^{***}$), удовлетворенности процессом жизни ($U = 1791^{***}$), удовлетворенности самореализацией ($U = 1310,5^{***}$), осознания способ-

Таблица 4

Смыслоразнозначные ориентации студентов с различным копинг-стилем

Копинг-стиль	Цели	Процесс	Результат	ЛК-Я	ЛК-Жизнь	Общий показатель ОЖ
<i>Женщины</i>						
Продуктивный	29,29 ± 7,32	27,97 ± 6,67	25,22 ± 5,88	21,03 ± 4,09	30,52 ± 6,60	99,36 ± 19,51
Непродуктивный	21,55 ± 8,69	18,00 ± 8,67	17,05 ± 7,77	14,85 ± 4,54	20,23 ± 8,41	68,95 ± 24,42
Внешне-ориентированный	25,44 ± 7,64	23,97 ± 6,87	21,77 ± 5,94	18,95 ± 4,58	26,55 ± 6,89	86,79 ± 19,79
<i>Мужчины</i>						
Продуктивный	28,92 ± 6,85	26,84 ± 6,44	24,84 ± 5,55	20,23 ± 4,25	29,25 ± 6,70	96,62 ± 18,94
Непродуктивный	21,00 ± 8,05	19,41 ± 8,34	16,41 ± 7,28	14,41 ± 4,93	20,82 ± 7,30	69,18 ± 22,74
Внешне-ориентированный	23,36 ± 6,79	21,66 ± 6,61	19,81 ± 6,10	16,56 ± 4,07	23,91 ± 6,31	79,12 ± 18,77

ности влиять на свою жизнь ($U = 1352^{***}$). При сопоставлении респондентов с продуктивным и внешне-ориентированным копинг-стилями были выявлены схожие различия – респонденты с продуктивным копинг-стилем имеют более высокие показатели целеполагания ($U = 10475^{***}$), удовлетворенности процессом жизни ($U = 10486,5^{***}$), удовлетворенности самореализацией ($U = 9981,5^{***}$), осознания собственной способности влиять на жизнь ($U = 9812^{***}$). При сопоставлении показателей осмысленности жизни у респондентов с непродуктивным и внешне-ориентированным копинг-стилями статистически значимых различий выявлено не было.

Таким образом, установлено, что субъектные качества студентов, такие как осмысленность жизни и открытость новому опыту, у респондентов с продуктивным копинг-стилем, объединяющим активные копинг-стратегии, как в мужской, так и в женской выборках значимо выше, чем у респондентов, которые в ситуациях стресса бездействуют либо ищут внешней помощи, что подтверждает выдвинутую гипотезу. Дополнительно установлено, что у респондентов с продуктивным копинг-стилем более развиты такие личностные качества, как экстравертность, дружелюбие, добросовестность и эмоциональная стабильность, что свидетельствует о более активной жизненной позиции и личностной зрелости.

Выводы. 1. По результатам кластерного анализа копинг-стратегий на выборке студентов определены три копинг-стиля: продуктивный (включающий копинг-стратегии на активное преодоление ситуации), непродуктивный (включающий копинг-стратегии, связанные с отказом от действий) и внешне-ориентированный. Выраженность продуктивного и непродуктивного копинг-стилей находятся в обратной корреляционной взаимосвязи, тогда как внешне-ориентированный копинг-стиль положительно взаимосвязан как с продуктивным, так и с непродуктивным копинг-стилями, что свидетельствует о том, что его коннотация меняется в зависимости от ситуации и должна рассматриваться в каждом индивидуальном случае.

2. Выявлены гендерные различия между рядом копинг-стратегий, в первую очередь относящихся ко внешне-ориентированному стилю: все копинг-стратегии, объединённые во внешне-ориентированный стиль, значимо выше у женщин. Установлена неравномерность распределения респондентов по доминирующему копинг-стилю. У подавляющего большинства респондентов (71 %) доминирует продуктивный стиль, что согласуется с результатами исследований копинга, выполненными на студенческих выборках [Бохан: 66].

3. Доказано, что вне зависимости от пола у студентов, которым присущи активные способы совла-

дания (доминирует продуктивный копинг-стиль), по сравнению со студентами, которые в ситуациях стресса бездействуют либо ищут внешней помощи, будут в большей степени развиты субъектные качества: осмысленность жизни, целеполагание, внутренний локус контроля, а также открытость для нового опыта, что подтверждает выдвинутую гипотезу.

В представленном в статье исследовании был реализован уровневый подход к определению копинга, при этом эмпирически выявленный внешне-ориентированный копинг-стиль, положительно связанный с противоположными по содержанию продуктивным и непродуктивным стилями, может быть специфичным для выборки студентов. Изучение этого феномена может стать направлением дальнейших исследований.

Примечания

¹ Здесь и далее по тексту звёздочками отмечен уровень статистической значимости: * – $p < 0,05$, ** – $p < 0,01$, *** – $p < 0,001$.

Библиографический список

Бирюкова Д.А., Ледовская Т.В. Влияние тревожности на стратегии совладающего поведения у студентов вуза в период промежуточной аттестации // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Междунар. науч. конф.; Кострома, 22–24 сент. 2016 г. / отв. ред.: Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. Кострома: КГУ, 2016. Т. 1. С. 100–102.

Бойко А.Д., Никифорова Д.М. Модель безопасного защитного и совладающего поведения личности в образовательной среде // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Междунар. науч. конф.; Кострома, 22–24 сент. 2016 г. / отв. ред. Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. Кострома: КГУ, 2016. Т. 1. С. 19–22.

Бохан Т.Г. Возрастные и социально-психологические характеристики копинг-стратегий в периодах юношества и ранней взрослости // Сибирский психологический журнал. 2002. № 16–17. С. 66–72. EDN VUBXCH.

Взаимосвязь копинг-стратегий студентов с некоторыми особенностями личности / Абитов И.Р., Куприянов Р.В., Мустафина Е.Э. и др. // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Междунар. науч. конф.; Кострома, 22–24 сент. 2016 г. / отв. ред. Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. Кострома: КГУ, 2016. Т. 1. С. 274–276.

Гаранина Ж.Г., Андронова Н.В. Особенности переживания счастья у студентов с различными смысловыми ориентациями // ИТС. 2022. № 1 (106). С. 146–162.

Дворецкая Т.А., Ахмадиева Л.Р. Смыслоразностные ориентации и мотивы учебной деятельности студентов вузов // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки. 2018. № 3 (802). С. 166–177.

Крюкова Т.Л., Екимчик О.А., Опекина Т.П. Психология совладания с трудностями в близких (межличностных) отношениях. Кострома: Костромской гос. ун-т, 2019. 340 с.

Крюкова Т.Л. Человек как субъект совладающего поведения // Психологический журнал. 2008. Т. 29, № 2. С. 88–95.

Ледовская Т.В. Проявление синдрома эмоционального выгорания и копинг-поведения у студентов в период обучения в вузе // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Междунар. науч. конф.; Кострома, 22–24 сент. 2016 г. / отв. ред. Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. Кострома: КГУ, 2016. С. 336–338.

Леонова Е.В. Становление субъектности в нормативных возрастных и образовательных кризисах. Калуга: Калужский гос. ун-т им. К.Э. Циолковского, 2018. 394 с. ISBN 978-5-88725-523-1. EDN YVDKSD.

Леонтьев Д.А. Тест смыслоразностных ориентаций (СЖО). 2-е изд. Москва: Смысл, 2000. 18 с.

Сергеева А.С., Кириллов Б.А., Джумагулова А.Ф. Перевод и адаптация краткого пятифакторного опросника личности (TIPI-RU): оценка конвергентной валидности, внутренней согласованности и тестретестовой надежности // Экспериментальная психология. 2016. Т. 9, № 3. С. 138–154. <https://doi.org/10.17759/exppsy.2016090311>

Слободчиков В.И. Категория возраста в психологии и педагогике развития // Вопр. психол. 1991. № 2. С. 37–49.

Хазова С.А., Шипова Н.С. Индивидуальные ресурсы и гибкость копинг-поведения в разные возрастные периоды // Смоленский медицинский альманах. 2021. № 4. С. 215–219. <https://doi.org/10.37963/SMA.2021.4.340>. EDN JMZMSQ.

Холодная М.А., Александровский А.А. Интеллектуальные способности и стратегии совладания // Психологический журнал. 2010. Т. 31, № 4. С. 59–68. EDN MSRILD.

Холодная М.А. Понятийные способности и эффективность совладающего поведения // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен. Москва: Институт психологии РАН, 2020. С. 141–149. EDN KKBZHP.

Carver C.S., Scheier M.F., & Weintraub J.K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989, 56 (2), pp. 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>

Skinner E.A., Edge K., Altman J., Sherwood H. Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychol Bull*, 2003, Mar; No. 129 (2), pp. 216–269. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>. PMID: 12696840

References

Biriukova D.A., Ledovskaia T.V. *Vliianie trevozhnosti na strategii sovladaiushchego povedeniia u studentov VUZa v period promezhutochnoi attestatsii* [Anxiety influence on students' coping behaviour in the period of examinations]. *Psikhologiiia stressa i sovladaiushchego povedeniia: resursy, zdorov'e, razvitiie: materialy IV Mezhdunar. nauch. konf.* [Stress and coping: challenges, resources, well-being : material of the IV-th International Scientific Conference]; Kostroma, 22–24 sent., 2016 g., ed. by T.L. Kriukova, M.V. Saporovskaia, S.A. Khazova. Kostroma, KGU Publ., 2016, vol. 1, pp. 100–102. (In Russ.)

Boiko A.D., Nikiforova D.M. *Model' bezopasnogo zashchitnogo i sovladaiushchego povedeniia lichnosti v obrazovatel'noi srede* [Model of safety protective and coping behaviour person in the educational environment]. *Psikhologiiia stressa i sovladaiushchego povedeniia: resursy, zdorov'e, razvitiie: materialy IV Mezhdunar. nauch. konf.* [Stress and coping: challenges, resources, well-being: material of the IV-th International Scientific Conference]; Kostroma, 22–24 sent. 2016 g., ed. by T.L. Kriukova, M.V. Saporovskaia, S.A. Khazova. Kostroma, KGU Publ., 2016, vol. 1, pp. 19–22 (In Russ.)

Dvoretzkaia T.A., Akhmadieva L.R. *Smyslozhiznennye orientatsii i motivy uchebnoi deiatel'nosti studentov vuzov* [Meaningful life and academic motivation of high school students]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo lingvisticheskogo universiteta. Obrazovanie i pedagogicheskie nauki* [Vestnik of Moscow State Linguistic University. Education and teaching], 2018, № 3 (802), pp. 166–177. (In Russ.)

Garanina Zh.G., Andronova N.V. *Osobennosti perezhivaniia schast'ia u studentov s razlichnymi smyslozhiznennymi orientatsiiami* [Specifics of Happiness Felt Over by Students with Different Life-Purpose Orientations]. *ITS* [Integration of Education], 2022, № 1 (106), pp. 146–162. (In Russ.)

Khazova S.A., Shipova N.S. *Individual'nye resursy i gibkost' koping-povedeniia v raznye vozrastnye periody* [Individual resources and flexibility of coping behavior in different age periods]. *Smolenskii meditsinskii al'manakh* [Smolensk Medical Almanac], 2021, № 4, pp. 215–219. <https://doi.org/10.37963/SMA.2021.4.340>. EDN JMZMSQ. (In Russ.)

Kholodnaia M.A., Aleksapol'skii A.A. *Intellektual'nye sposobnosti i strategii sovladaniia* [Intellectual abilities and coping strategies]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psy-

chological Journal], 2010, vol. 31, No. 4, pp. 59-68. EDN MSRILD. (In Russ.)

Kholodnaia M.A. *Poniatiinye sposobnosti i effektivnost' sovladaiushchego povedeniia* [Conceptual abilities and effectiveness of coping behavior]. *Sposobnosti i mental'nye resursy cheloveka v mire global'nykh pere-men* [Human abilities and mental resources in the world of global change]. Moscow, Institut psikhologii RAN Publ., 2020, pp. 141-149. EDN KKBZHP. (In Russ.)

Kriukova T.L., Ekimchik O.A., Opekina T.P. *Psikhologiya sovladaniia s trudnostiami v blizkikh (mezhlíčnostnykh) otnosheniakh* [Psychology of coping with difficulties in close (interpersonal) relationships]. Kostroma, Kostromskoi gosudarstvennyi universitet Publ., 2019, 340 p. (In Russ.)

Kriukova T.L. *Chelovek kak sub"ekt sovladaiushchego povedeniia* [A man as a subject of coping behavior]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 2008, vol. 29, No. 2, pp. 88-95. (In Russ.)

Ledovskaia T.V. *Proiavlenie sindroma emotsional'nogo vygoraniia i koping-povedeniia u studentov v period obucheniia v vuze* [The syndrome of emotional burnout and coping-behavior among students during the education]. *Psikhologiya stressa i sovladaiushchego povedeniia: resursy, zdorov'e, razvitie: materialy IV Mezhdunar. nauch. konf.* [Stress and coping: challenges, resources, well-being: material of the IV-th International Scientific Conference]; Kostroma, 22–24 sent. 2016g., ed. by T.L. Kriukova, M.V. Saporovskaia, S.A. Khazova. Kostroma, KGU Publ., 2016, vol. 1, pp. 336-338. (In Russ.)

Leont'ev D.A. *Test smyslozhiznennykh orientatsii (SZhO)* [Purpose-in-Life test (PIL)], 2-e izd. Moscow, Smysl Publ., 2000, 18 p. (In Russ.)

Sergeeva A.S., Kirillov B.A., Dzhumagulova A.F. *Perevod i adaptatsiia kratkogo piatifaktornogo oprosnika lichnosti (TIPI-RU): otsenka konvergentnoi validnosti, vnutrennei soglasovannosti i testretestovoi nadezhnosti* [Translation and adaptation of short five factor

personality questionnaire (TIPI-RU): convergent validity, internal consistency and test-retest reliability evaluation]. *Eksperimental'naia psikhologiya* [Experimental Psychology], 2016, vol. 9, No. 3, pp. 138–154. <https://doi.org/10.17759/exppsy.2016090311> (In Russ.)

Slobodchikov V.I. *Kategoriia vozrasta v psikhologii i pedagogike razvitiia* [The Concept of Age in Developmental Psychology and Pedagogy]. *Vopr. Psikhol.* [Issues of Psychology], 1991, No. 2, pp. 37-49. (In Russ.)

Vzaimosviaz' koping-strategii studentov s nekotorymi osobennostiami lichnosti [Correlations between coping-strategies and students' personality traits], Abitov I.R., Kupriianov R.V., Mustafina E.E. et al. *Psikhologiya stressa i sovladaiushchego povedeniia: resursy, zdorov'e, razvitie : materialy IV Mezhdunar. nauch. konf.* [Stress and coping: challenges, resources, well-being: material of the IV-th International Scientific Conference]; Kostroma, 22–24 sent. 2016 g., ed. by T.L. Kriukova, M.V. Saporovskaia, S.A. Khazova. Kostroma, KGU Publ., 2016, vol. 1, pp. 274-276. (In Russ.)

Carver C.S., Scheier M.F., & Weintraub J.K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989, 56 (2), pp. 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>

Skinner E.A., Edge K., Altman J., Sherwood H. Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychol Bull*, 2003, Mar; No. 129 (2), pp. 216-269. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>. PMID: 12696840

Статья поступила в редакцию 28.03.2023; одобрена после рецензирования 15.04.2023; принята к публикации 02.05.2023.

The article was submitted 28.03.2023; approved after reviewing 15.04.2023; accepted for publication 02.05.2023.