

РАЗДЕЛ 1

ПСИХОЛОГИЯ. ПЕДАГОГИКА

УДК 159.923+141.32

Я. Н. Веремеюк

*Учреждение образования «Барановичский государственный университет»,
Барановичи, Республика Беларусь*

СТИЛИ И СТРАТЕГИИ СОВЛАДАНИЯ С НЕОПРЕДЕЛЕННОСТЬЮ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

В статье представлены трактовки понятий «совладающее поведение», «стиль совладания», «стратегия совладания». Приведены результаты эмпирического исследования стиливых характеристик принятий решений и готовности к изменениям в условиях неопределенности, а также стратегий принятия решений в условиях неопределенности, демонстрируемых студентами педагогических специальностей.

Ключевые слова: совладающее поведение; стиль совладания; стратегия совладания; студенты; обучающиеся высшей школы; неопределенность.

Библиогр.: 6 назв.

Y. N. Veremeyuk

*Institution of Education “Baranavichy State University”,
Baranovichy, the Republic of Belarus*

STYLES AND STRATEGIES OF COPING WITH UNCERTAINTY IN HIGH SCHOOL STUDENTS

The article presents interpretations of the concepts “coping behavior”, “coping style”, “coping strategy”. The results of an empirical study of the stylistic characteristics of decision-making and readiness for change in conditions of uncertainty, as well as strategies for decision-making in conditions of uncertainty demonstrated by students of pedagogical specialties are presented.

Key words: coping behavior; coping style; coping strategy; students; higher school students; uncertainty.

Ref.: 6 titles.

Введение. В современном мире всё большие требования предъявляются к готовности личности к изменениям с учетом новых требований, предъявляемых как системой образования, так и профессиональной деятельностью [1].

Копинг в общем смысле — совладание, или преодоление [2]. Совладающее поведение — это адаптационная составляющая, рассматриваемая как арсенал осознанных действий и решений личности, благодаря которым она справляется с трудностями повседневного и экстремального стресса, неопределенностью [3]. Значение совладающего поведения состоит в адаптации человека к требованиям среды, ослаблении или смягчении ее воздействия.

В психологии феномен совладания рассматривается в трех подходах: диспозиционный, интегративный и ситуативный. В диспозиционном подходе (Р. Лазарус, Г. Келлерман, Х. Р. Конте, Р. Плутчик, С. Фолкман) рассматривается вопрос о существовании личностных качеств, которые детерминируют лучшее совладание с трудными ситуациями. В интегративном подходе (Е. В. Куфтык, Т. Л. Крюкова, Е. А. Сергиенко) считается, что и личностные, и ситуационные аспекты влияют на выбор копинг-стратегий. При ситуативном подходе (Р. Лазарус, С. Фолкман) рассматривается совладание со стрессом в связи с изменением тех или иных ситуаций. Основоположники данного подхода С. Фолкман и Р. Лазарус считают, что именно ситуация в большей степени влияет на стиль совладания личности [4].

В. А. Шиялев совладающее поведение трактует с использованием следующих понятий: «тактика» — нацеленные действия с учётом сложной ситуации либо события жизнедеятельности; «стратегия» — система обдуманых действий, ориентированных на разрешение сложного случая либо ситуации из жизни; «стиль совладания» — преобладающие способы поведения наряду с готовностью к обдуманным действиям, позволяющим преодолеть проблему во время сложного случая либо ситуации из жизни [5].

Копинг-стратегии рассматриваются как действия, повышающие стрессоустойчивость, в рамках помощи и самопомощи личности, испытывающей трудность в экстремальных и напряженных условиях [4]. Стратегии совладания с неопределенностью определяются Т. В. Корниловой как составляющая интеллектуально-личностного потенциала, под которым понимается единство процессов когнитивного оценивания, переживания и выбора путей решения про-

блемной ситуации, способствующее выбору наиболее эффективного паттерна поведения [6].

Стиль совладания — это способ поведения в ситуациях неопределенности; представляет собой обобщённую устойчивую структуру преобладающих у человека стратегий совладания с ситуациями неопределенности

Основная часть. Выборку исследования составили 100 студентов педагогических специальностей в возрасте от 17 до 21 лет. Были использованы Мельбурнский опросник принятия решений (Л. Манн, Р. Барнет) (адаптация и валидизация Т. В. Корниловой), Опросник «Потенциал самоизменений» (В. Р. Манукян, И. Р. Муртазина, Н. В. Гришина), Опросник «Личностные факторы принятия решений» (Т. В. Корниловой).

В ходе диагностики стилей совладания с неопределенностью жизненных ситуаций у обучающихся с помощью методики «Мельбурнский опросник принятия решений» (Л. Манн, Р. Барнет) (адаптация и валидизация Т. В. Корниловой) установлено, что для большинства студентов характерны:

– высокий уровень бдительности (99 %). Студенты в высокой степени способны принимать неопределенность, сохранять рациональность и взвешенность позиции при анализе альтернатив;

– высокий уровень избегания (76 %). Студенты в высокой степени прибегают к перекладыванию ответственности на других людей при принятии решений в условиях неопределенности.

– высокий уровень прокрастинации (57 %). Студенты в высокой степени в ситуации принятии решений в условиях неопределенности ориентированы на согласование своих планов и их реализации с другими людьми, что может влиять на изменение временных рамок выполнения заданий;

– высокий уровень сверхбдительности (78 %). Студенты в высокой степени склонны к «метанию» между разными альтернативами, импульсивному принятию решения.

В ходе диагностики стилей совладания с неопределенностью жизненных ситуаций у студентов с помощью опросника «Потенциал самоизменений» (В. Р. Манукян, И. Р. Муртазина, Н. В. Гришина) нами были выявлены стилевые характеристики изменений личностного профиля и поведения в ситуации неопределенности на основе соотношения мотивационной составляющей личности.

Для большинства студентов характерны:

– средний уровень способности к самоизменениям (84 %). Студенты в средней степени способны ставить цель и планомерно реализовывать их в жизни;

– средний уровень возможности самоизменений (69 %). Студенты в средней степени способны проявлять формально-динамические характеристики личности, главным образом психическую ригидность;

– средний уровень веры в возможность самоизменений (80 %). Студенты в средней степени способны преодолевать неопределенность и найти новые пути решения задач;

– средний уровень потребности в самоизменениях у студентов (58 %). Студенты в средней степени стремятся к изменениям в своей жизни;

– средний уровень потенциал самоизменений (63 %). Студенты в средней степени способны осознанно инициировать личностные изменения и саморазвитие.

В ходе диагностики стратегий совладания с неопределенностью жизненных ситуаций у студентов с помощью опросника «Личностные факторы принятия решений» Т. В. Корниловой была выявлена приверженность применению стратегий личностной регуляции человека в ситуациях неопределенности (готовность к риску и рациональность).

Для большинства студентов характерны:

– средний уровень приверженности стратегии «субъективная рациональность» (85 %). Студенты в средней степени готовы обдумывать свои решения и действовать при возможно полной ориентировке в неопределенной ситуации, что может характеризовать разные, в том числе и рискованные решения субъекта;

– средний уровень приверженности стратегии «готовность к риску» (54 %). Студенты в средней степени способны оценить свой прошлый опыт (с точки зрения чувства «Я рискую»), результативности своих действий в ситуациях шанса, умения полагаться на себя без достаточной ориентировки в ситуации и т. п.).

Заключение. Таким образом, стилевые характеристики совладания с неопределенностью современных студентов педагогических специальностей: высокий уровень бдительности, сверхбди-

тельности, избегания и прокрастинации, средний уровень ориентации на личностные изменения в ситуациях неопределенности. Субъективная рациональность, как стратегия совладания с неопределенностью, превалирует над готовностью к риску.

Список цитируемых источников

1. Яценко, Т. Е. Готовность к изменениям и функционированию в ситуации неопределенности у обучающихся в ситуации неопределенности у обучающихся раннего юношеского возраста из городской и сельской местности / Т. Е. Яценко, М. А. Король // Адукацыя і выхаванне. — 2021. — № 10. — С. 67—75.
2. Карягина, Т. Д. Внутрличностная эмоциональная компетентность и эмпатия: факторы и профили связи на мультикультурной выборке / Т. Д. Карягина, М. А. Чумакова, Е. С. Мазаева, М. А. Томчук // Консультативная психология и психотерапия. — 2023. — Т. 31. — № 4. — С. 125-150.
3. Карягина, Т. Д. Эволюция понятия «эмпатия» в психологии: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Т. Д. Карягина. — М., 2013. — 175 л.
4. Davis, M. Empathy: a social psychological approach / M. Davis // Scispace. — 2018. — Режимдоступа: <https://typeset.io/papers/empathy-a-social-psychological-approach-2fe50ey2ae> — Дата доступа: 02.04.2024.
5. Бойко, В. В. Диагностика уровня эмпатических способностей / В. В. Бойко // Психологический журнал. — 2007. — № 6. — С. 12-24.
6. Reniers, R. Psychometric properties of the questionnaire of cognitive and affective empathy in a Portuguese sample / A. Queirós, E. Fernandes, R. Reniers, A. Sampaio, J. Coutinho, A. Seara-Cardoso // PloS one. — 2018. — Vol. 13, № 6. — Режим доступа: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0197755>. — Датадоступа: 02.04.2024.

УДК 159.923+141.32

Я. Н. Веремеюк

*Учреждение образования «Барановичский государственный университет»,
Барановичи, Республика Беларусь*

СТИЛЬ САМОИЗМЕНЕНИЙ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ У СТУДЕНТОВ, ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ

В статье раскрыта сущность неопределенности в спортивной деятельности. Описаны исследования данной проблемы в русле различных научных подходов. Систематизированы факторы неопределенности на этапе подготовки к соревнованиям и в процессе спортивного соревнования. Приведены трактовки толерантно-