

Министерство образования Республики Беларусь  
Учреждение образования «Барановичский государственный университет»

# **АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ**

Межвузовский сборник научных статей  
с международным участием

Выпуск 9

*Рекомендовано  
редакционно-издательским советом  
учреждения образования  
«Барановичский государственный университет»*

Барановичи  
БарГУ  
2020

Межвузовский сборник содержит статьи, посвященные актуальным проблемам возрастной, педагогической и социальной психологии. Представлены результаты теоретико-эмпирических исследований и авторские методические разработки.

Адресуется специалистам системы профессионального образования, студентам учреждений высшего образования, аспирантам, научным и практическим работникам в области образования.

*Авторы опубликованных материалов несут ответственность за достоверность приведенных эмпирических данных, статистических данных, фактов и цитат. Редакция может опубликовать материалы, не разделяя точку зрения автора (в порядке обсуждения).*

Редакционная коллегия:

д-р с.-х. наук, проф. В. И. Кочурко (*председатель*);  
канд. психол. наук, доц. Т. Е. Яценко (зам. председателя редколлегии, науч. ред.);  
д-р мед. наук, проф. С. А. Игумнов; д-р психол. наук, проф. Я. Л. Коломинский;  
д-р психол. наук Г. В. Лосик; д-р психол. наук, проф. В. В. Рубцов;  
д-р психол. наук, проф. В. И. Панов; д-р психол. наук, проф. М. В. Савчин;  
д-р психол. наук, проф. В. В. Селиванов; д-р филос. наук, доц. Н. А. Ореховская;  
канд. психол. наук, доц. О. В. Белановская; канд. психол. наук, доц. Т. Ф. Велента;  
канд. филос. наук А. Г. Иценко; канд. психол. наук Т. Д. Карягина; канд. психол.  
наук, доц. Е. А. Клешева; канд. психол. наук, доц. Е. И. Медведская;  
канд. психол. наук, доц. Н. И. Олифирович

## СОДЕРЖАНИЕ

<i>Предисловие</i> .....	6
<b>Адасько А. И., Янчий А. И.</b> Содержательные характеристики образа «Я» личности подросткового и юношеского возраста с разными уровнями мотивации достижения .....	7
<b>Алферова И. С.</b> Связь восприятия родительских установок и механизмов психологической защиты у подростков .....	15
<b>Белановская О. В., Бортулева Н. Л.</b> Смысложизненные ориентации виктимной личности в юношеском возрасте .....	21
<b>Белозерцева Н. В.</b> Формирование мотивации профессиональной деятельности у студентов-инвалидов в условиях инклюзивного образования .....	30
<b>Болкунов А. В., Янчий А. И.</b> Структура одиночества религиозной личности .....	39
<b>Ворошилина И. В.</b> Психологическое благополучие ребенка с разной структурной организацией семьи повторного брака .....	49
<b>Гонина О. О., Жарова М. А.</b> Общение дошкольников с родителями как фактор мотивационной готовности к школьному обучению .....	57
<b>Дикова В. В.</b> Ориентация на развитие как фактор профессионального развития будущих педагогов .....	65
<b>Елисеева-Сеттергрэн Н. В., Боброва Е. С.</b> Нарушение сенсорной интеграции в детском возрасте .....	72
<b>Зубков В. А.</b> Чувственное и рациональное в формировании оперативного образа у летного состава .....	80
<b>Иванова С. П.</b> Современная российская семья как субъект воспитания на первичном этапе формирования у детей идентичности школьника ..	87
<b>Иценко А. Г.</b> «Религиозный опыт» в концептуальных построениях У. Джеймса — рецепция С. Л. Франка .....	97
<b>Кебеева А. О., Макашкулова Г. Б., Ибрагимова У. О.</b> Развитие самооценки студентов .....	111
<b>Кишея И. Л., Астрейко А. В.</b> Полорольевые различия во взглядах на воспитание детей (на примере периода взрослости) .....	118
<b>Королькова Н. А., Лустенкова Н. А.</b> Решение проблем современной семьи с особенным ребенком и формирование толерантного сознания социума в инклюзивном пространстве через подготовку родителей-волонтеров .....	123
<b>Кузнецова Е. Н.</b> Особенности школьной мотивации обучающихся в условиях федеральных государственных образовательных стандартов ..	131
<b>Ленкова А. А., Топузидис Г. Г.</b> Психологические аспекты волонтерской деятельности .....	137
<b>Лешкевич Е. В.</b> Взаимосвязь толерантности к неопределенности и жизнестойкости студентов .....	147
<b>Ливенкова Е. А.</b> Особенности мотивации достижения в подростковом возрасте: обзор современных исследований .....	155

<b>Мазуркевич Е. В.</b> Эмоциональная сфера подростков со склонностью к табачной аддикции . . . . .	166
<b>Макеева Е. С., Сидорова М. В.</b> Особенности конфликтологической компетентности студентов экономического профиля обучения . . . . .	170
<b>Малиновский Е. Л.</b> Личностное мужество как образовательная инновация . . . . .	180
<b>Мириуца Е. В.</b> Копинг-стратегии как фактор школьной адаптации в младшем школьном возрасте . . . . .	187
<b>Мешкова И. В.</b> Ценностные карьерные ориентации как фактор профессионального самоопределения студентов педагогического вуза . . . . .	194
<b>Нестер Е. Ф., Ващук О. И.</b> Взаимосвязь креативности и волевых качеств личности у студентов педагогических специальностей . . . . .	202
<b>Нестер Е. Ф., Малиновская А. В.</b> Специфика страхов креативных детей старшего дошкольного возраста . . . . .	209
<b>Полушкина И. В.</b> Особенности копинг-стратегий у студентов с разными типами пищевого поведения . . . . .	217
<b>Прохорова И. К.</b> Использование метода кейсов при подготовке будущего учителя . . . . .	227
<b>Рзаева Ж. В., Матюшкова О. П.</b> Половые различия в эмпатических способностях студентов . . . . .	235
<b>Рзаева Ж. В., Шакалида К. В.</b> Особенности личностных черт женщин, воспитывающих детей разного пола . . . . .	243
<b>Сергеева Е. В.</b> Семейный клуб как форма организации взаимодействия семьи и учреждения образования в вопросах профилактики девиантного поведения учащихся . . . . .	252
<b>Слепович Е. С., Поляков А. М.</b> Инклюзивное образование в контексте проблемы развивающего сотрудничества . . . . .	256
<b>Соболь Н. Б.</b> Влияние дисфункциональной семьи на формирование личности ребенка . . . . .	265
<b>Стенищева А. А.</b> Формирование этнокультурной идентичности подростков в отечественной литературе . . . . .	273
<b>Суворова Г. М.</b> Психология развития культуры безопасности школьников в условиях санаторно-лесной школы . . . . .	279
<b>Таджибаева Ж. С.</b> Педагогические условия социализации детей-сирот в условиях школы-интерната . . . . .	284
<b>Терещенко В. В.</b> Исследование взаимосвязи виктимности и суверенности психологического пространства у школьников и студентов . . . . .	289
<b>Топанова Г. Т., Казиманова М. Д.</b> Способы обучения психологическому консультированию в экзистенциальной психологии: ограничения и необходимость перемен . . . . .	298
<b>Тютюева И. А.</b> Затруднения звукопроизношения у дошкольников при подготовке к школе . . . . .	305
<b>Ческидова И. Б.</b> Подготовка студентов педагогического высшего учебного заведения к работе в условиях инклюзивного образования . . . . .	310
<b>Шматкова И. В.</b> Нарушения привязанности как предпосылка созависимого поведения . . . . .	317

<b>Щурко Н. И., Кивайко В. Н.</b> Внеучебная деятельность — важный элемент формирования профессиональных управленческих качеств. . . . .	328
<b>Юхновец Т. И.</b> Сравнительный аспект низкосубъектных и высоко-субъектных студентов-дефектологов . . . . .	337
<b>Яценко Т. Е.</b> Девиктимизация как коррекция педагогами виктимности личности в подростковом возрасте . . . . .	350
<b>Яценко Т. Е., Иценко А. Г., Мусийчук М. В.</b> Роль ожидания и притязания в браке девушек и юношей, склонных к виктимному поведению . . . . .	359
<b>Яценко Т. Е., Аникевич А. А.</b> Предикторы амбивалентной привязанности в романтических и дружеских отношениях в раннем юношеском возрасте . . . . .	368
<b>Яценко Т. Е., Ермолович Д. М.</b> Предикторы академической прокрастинации юношей и девушек . . . . .	374
<b>Яценко Т. Е., Кульба А. В.</b> Образ тела личности, склонной к неинструментальному виктимному поведению, в юношеском возрасте . . . . .	380
Сведения об авторах . . . . .	386

Репозиторий БаФУ

9. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. — СПб. : Питер, 2001. — 752 с.
10. Нестер, Е. Ф. Роль семьи в развитии креативности детей дошкольного возраста / Е. Ф. Нестер, Т. Н. Шевко // Психология семьи в современном мире : сб. материалов Междунар. науч.-практ. конф., Екатеринбург, 18—19 окт. 2017 г. / Урал. гос. пед. ун-т ; редкол.: Н. Н. Васягина [и др.]. — Екатеринбург, 2017. — С. 229—232.
11. Алфеева, Е. В. Креативность и личностные особенности детей дошкольного возраста, 4—7 лет : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Е. В. Алфеева ; МГОУ — М., 2000. — 22 с.
12. Дружинин, В. Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин. — СПб. : Питер, 2007. — 368 с.
13. Матюшкин, А. М. Концепция творческой одаренности / А. М. Матюшкин // Вопр. психологии. — 1989. — № 6. — С. 29—33.
14. Богоявленская, Д. Б. Психология творческих способностей / Д. Б. Богоявленская. — М. : Академия, 2002. — 320 с.
15. Опарина, О. В. Феноменология креативности и факторы формирования креативной личности / О. В. Опарина // Вестн. Каз. гос. ун-та культуры и искусств. — 2009. — № 4. — С. 3—6.
16. Пономарев, Я. А. Психология творчества и педагогика / Я. А. Пономарев. — М. : Педагогика, 1976. — 280 с.
17. Torrance, E. P. Understanding creativity: where to start? / E. P. Torrance // Psychological inquiry. — 1993. — Vol. 4, № 3. — P. 232—234.

Материал поступил в редколлегию 09.04.2019

УДК 159.99

**И. В. Полушкина**

*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Тамбовский государственный университет  
имени Г. Р. Державина», Тамбов, Российская Федерация*

## **ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ**

В статье представлены результаты исследования взаимосвязи копинг-стратегий и типов пищевого поведения у студентов. Показана связь между дезадаптивными стратегиями совладания и пищевым поведением в студенческом возрасте.

**Ключевые слова:** копинг-стратегии; студенческий возраст; тип пищевого поведения.

Рис. 5. Библиогр.: 5 назв.

## FEATURES COPING STRATEGIES OF STUDENTS WITH DIFFERENT TYPES OF EATING BEHAVIOR

The article presents the results of the study of the relationship of coping strategies and type of eating behavior in students. The relationship between the non-adaptive strategies of coping and eating behavior in student age is shown.

**Key words:** coping; student; type of eating behavior.

Fig. 5. Ref.: 5 titles.

**Введение.** *Актуальность работы* обусловлена ростом распространенности нарушений пищевого поведения, приводящих к ухудшениям и проблемам со здоровьем, риску развития ожирения, депрессии, тревожных расстройств, злоупотребления психоактивными веществами. Результаты исследований свидетельствуют о наличии взаимосвязи между дезадаптивными стратегиями совладания со стрессовыми ситуациями (неспецифические копинги) и пищевым поведением.

В отечественной психологии термин «копинг» понимают как адаптивное, совладающее поведение. «...Coping есть индивидуальный способ взаимодействия с ситуацией в соответствии с ее собственной логикой, значимостью в жизни человека и его психологическими возможностями...» [4]. Смысл копинга состоит в том, чтобы помочь человеку адаптироваться в трудной ситуации, уменьшить стрессовое воздействие. Копинг-поведение определяется как непрерывно меняющиеся когнитивные и поведенческие попытки справиться со специфическими внешними или внутренними требованиями, которые оцениваются как чрезмерные или превышающие ресурсы человека.

Доказано, что высокий риск формирования нарушения пищевого поведения среди подросткового и юношеского возраста связан в основном с использованием такой копинг-стратегии, как избегание проблемной ситуации.

В данном исследовании мы будем опираться на классификацию стратегий совладания трудных стрессовых ситуаций Р. Ла-

заруса и его ученицы С. Фолкман [1]. Ученые выделили восемь ситуативно-специфических стратегий совладания с неблагоприятными ситуациями: конфронтационный копинг, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, бегство-избегание, планирование решения проблем, положительная переоценка.

*Конфронтационный копинг* является агрессивным противостоянием сложившейся ситуации.

При *дистанцировании* индивид справляется с негативными переживаниями благодаря субъективному снижению значимости проблемы, эмоциональной отстраненности от нее.

*Стратегия самоконтроля* предполагает решение трудноразрешимой ситуации за счет подавления, скрытия собственных эмоций, переживаний, стремления к самообладанию.

Характерным для *стратегии «поиск социальной поддержки»* является попытка решения возникшей проблемы за счет привлечения сторонних социальных ресурсов, использования информационной, эмоциональной и действенной поддержки.

*Стратегия «принятие ответственности»* предполагает принятие человеком собственных ошибок, их исправление, а также с помощью самокритики определение своей роли в сложившейся ситуации.

*Бегство-избегание* — это уклонение человека от проблемы с помощью фантазирования, ее отрицания.

*Планирование решения проблемы* — это копинг-стратегия, направленная на осознанный анализ ситуации, активное взаимодействие с ситуацией, информацией, людьми.

*Положительная переоценка* предполагает стремление человека видеть в любой проблеме положительные стороны, направлена на поиск смысла, переоценку жизненных ценностей, переосмысление себя, направление мыслей на извлечение положительной выгоды из стрессовой ситуации.

Под пищевым поведением понимается ценностное отношение к пище и ее приему, стереотип питания как в обыденных условиях, так и в ситуации стресса, ориентация на образ собственного тела, а также деятельность по его формированию [2].

Пищевое поведение состоит из эмоций, привычек, установок, устоявшихся форм поведения, индивидуальных для каждого человека.

*Нарушение пищевого поведения* — это способ получить от еды не только физиологическое удовлетворение, но и то, что в основном получают от других источников. Различают следующие типы пищевого поведения: эмоциогенное, экстернальное и ограничительное.

1. *Экстернальный тип* — это тип, при котором у человека возникает желание принять пищу не от внутренних (уровень глюкозы, чувство голода и др.), а от внешних стимулов.

2. В случае *эмоциогенного пищевого поведения* стимулом к употреблению пищи является эмоциональный дискомфорт, но не голод. Это гиперфагическая реакция на стресс и эмоциональное переедание, может быть представлено компульсивным пищевым поведением, синдромом ночной еды. Такой тип людей употребляет пищу для поднятия настроения, причем в основном отдают предпочтение высококалорийным углеводным продуктам.

3. *Ограничительное пищевое поведение* — это поведение, включающее в себя соблюдение строгих диет и сильного самоограничения в питании. Такие периоды ограничительного питания длятся недолго и сменяются периодами срыва. Как правило, большинство людей, применяющих этот тип поведения, хотят добиться похудения, но излишнее ограничение себя в питании приводит в дальнейшем к перееданию и, соответственно, к набору лишнего веса.

В исследовании М. Ю. Дурневой и Т. А. Мешковой было обнаружено, что девушки с повышенным риском нарушений пищевого поведения, реагируя на стресс, чаще всего прибегают к таким стратегиям совладающего поведения, как избегание (избегают общения и стараются, чтобы другие не узнали об их неудачах, используют еду, алкоголь, курение для улучшения самочувствия); самоконтроль (скрывают свои переживания от других, подавляют эмоции); принятие ответственности (критикуют и укоряют себя) [3].

Т. Ф. Хизертон и Р. Ф. Баумейстер полагают, что пищевое поведение может выступать в качестве механизма совладания со стрессовыми ситуациями [1]. Е. Фитцсиммонс и А. Бардон-Кон обнаружили, что эмоциональный копинг является звеном, опосредующим связь тревожных расстройств и нарушений пищевого по-

ведения у девушек и молодых женщин с нарушениями пищевого поведения [3].

Исследования Т. А. Макаровой показали положительную связь пищевых установок, в том числе диет и булимического поведения, с такими копингами, как самоконтроль, конфронтация, принятие ответственности и избегание. Принятие ответственности и избегание отрицательно связаны с возрастом и удовлетворенностью телом, а положительно — с алекситимией [4].

В своем исследовании Т. Г. Гадельшина выявила, что поведенческими особенностями женщин с избыточной массой тела, взаимосвязанными с нарушениями пищевого поведения, являются уход от проблемы, избегание действительности, обращение ко внешним средовым ресурсам.

В исследовании М. Л. Захаровой, А. О. Егоренко доказано, что девушки как с ограничительным, так и с эмоциогенным типом пищевого поведения, в отличие от девушек без специфического типа пищевого поведения, демонстрируют высокую степень выраженности копинг-стратегии «поиск социальной поддержки» и малоадаптивной копинг-стратегии «бегство-избегание» [5]. А девушки с ограничительным типом пищевого поведения более часто используют конфронтационный копинг.

Доминирующая роль в подростковом возрасте принадлежит ближайшему окружению, сверстникам [3]. В этот период пищевое поведение претерпевает ряд изменений: подростки начинают употреблять больше вредных продуктов (газированные напитки, чипсы, сладости). Появление неконструктивных моделей пищевого поведения связано с гормональными изменениями. Для подростков в этот период важно, чтобы их тело и внешность соответствовали идеалу, пропагандируемому СМИ. Непринятие своего тела, сниженная самооценка, неудовлетворенность собственным весом приводят к поиску средств изменения тела, приносящих скорее вред, чем пользу. Одним из эффективных способов профилактики риска нарушения пищевого поведения является работа с телом, в основе которой лежит техника сближения «Я-идеального» и «Я-реального» в результате переосмысления самооценки.

В ряде исследований пищевого нарушения *среди лиц юношеского возраста* в основном присутствуют такие факторы, влияю-

щие на пищевое поведение, как неудовлетворенность телом, перфекционизм, недоверие в межличностных отношениях, отсутствие контроля за собственную жизнь, неспособность прощать недостатки, стремление к идеальному. В связи с этим немаловажную роль играют особенности личности: стрессоустойчивость, тревожность, неуверенность, негативная самооценка [3].

**Основная часть.** *Цель исследования:* изучение особенностей копинг-стратегий у студентов в зависимости от типов пищевого поведения. *Диагностический инструментарий:* методики «Опросник пищевого поведения (EAT-26)», «Голландский опросник пищевого поведения (DEBQ)», «Опросник «копинг-стратегии» Р. Лазаруса.

*База исследования:* ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина» (Педагогический институт).

В качестве *испытуемых* выступили студенты направления подготовки «Психология» и «Психолого-педагогическое образование» в количестве 50 человек.

В результате мы выявили, что в среднем у всех испытуемых наблюдается отсутствие риска нарушения пищевого поведения (ср. знач. = 7,3).

Наиболее выражен экстернальный тип пищевого поведения (44 %). Таким образом, большинство студентов ориентируются не на чувство голода или сытости, а на внешний вид еды, запах, употребление пищи «за компанию». Наименее выражен эмоциогенный тип пищевого поведения (23 %). Следовательно, при эмоциональном дискомфорте, стрессе для студентов не характерно «заедание проблемы» или употребление пищи для поднятия настроения.

Наиболее выраженными являются такие стратегии, как самоконтроль, бегство-избегание, планирование решения проблем и положительная переоценка. Таким образом, большинство студентов используют как конструктивные, так и неконструктивные копинг-стратегии. К первым относятся: достижение целей, тщательное обдумывание проблемы и путей ее решения, изменение своего отношения к ситуации, изменения в себе самом, в системе собственных установок и стереотипов; к неконструктивным — пассивность, избегание, фантизирование, отвлечение (рисунок 1).

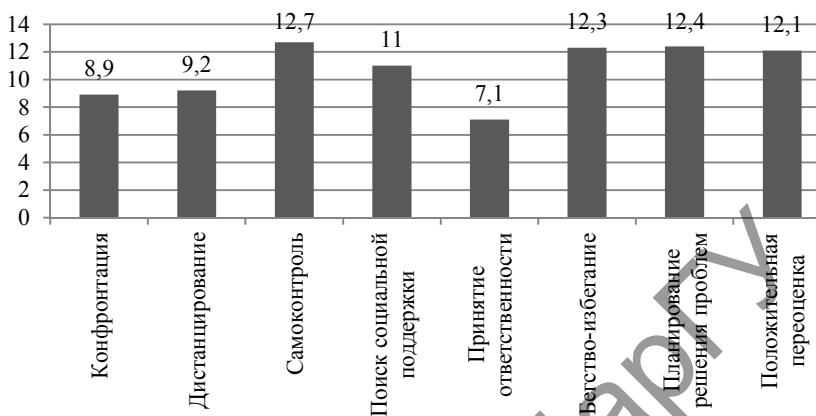


Рисунок 1 — Выраженность копинг-стратегий у студентов

Для выявления связи типов пищевого поведения с копинг-стратегиями был произведен *корреляционный анализ (критерий Пирсона)*. Выявлены значимые корреляции на уровне  $p \leq 0,01$  и  $p \leq 0,05$  между типами пищевого поведения и копинг-стратегиями (рисунок 2).

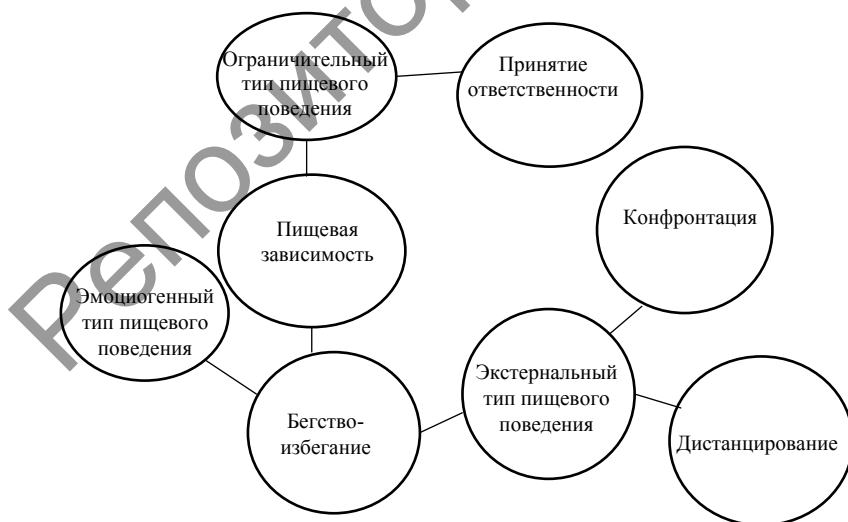


Рисунок 2 — Взаимосвязь типов пищевого поведения и копинг-стратегий

Наблюдаются статистически значимые корреляции с копинг-стратегией «бегство-избегание». Для студентов с эмоциогенным типом пищевого поведения характерна копинг-стратегия «бегство-избегание», приводящая к пассивному, уводящему от разрешения проблемы поведению. Экстернальный тип пищевого поведения имеет связь с дистанцированием, конфронтацией, бегством-избеганием. Для студентов с данным типом пищевого поведения характерно использование неконструктивных копинг-стратегий, что говорит о неумении разрешения проблем. Ограничительный тип пищевого поведения коррелирует с принятием ответственности. Студентам с ограничительным типом пищевого поведения свойственна чрезмерная критика, самообвинения, повышенное чувство вины, тревожность.

По результатам методики DEBQ мы разделили испытуемых на следующие группы: не выявлен тип пищевого поведения (22 %); преобладает ограничительный тип пищевого поведения (8 испытуемых); преобладает эмоциогенный тип пищевого поведения (в чистом виде этот тип не встречается); экстернальный тип пищевого поведения (24 %); смешанный тип пищевого поведения (38 %).

Был проведен *сравнительный анализ данных по критерию Манна—Уитни*, направленный на выявление различий в копинг-стратегиях у студентов с разными типами пищевого поведения (рисунок 3).

При сравнении группы «0» с первой и третьей группами различий не обнаружилось, но с четвертой группой на уровне  $p \leq 0,01$  были выявлены значимые различия по копинг-стратегиям «дистанцирование», «бегство-избегание». Также значимые различия были выявлены при сравнении первой и третьей, первой и четвертой групп на уровне  $p \leq 0,05$  по выраженности такой стратегии, как бегство-избегание (рисунки 4—5).

Таким образом, значимые различия наблюдаются у группы с невыявленным типом пищевого поведения и смешанным типом пищевого поведения по таким копинг-стратегиям, как дистанцирование и бегство-избегание. Различия выявлены у ограничительного типа с экстернальным и смешанным типами пищевого поведения по выраженности такой стратегии, как бегство-избегание. Можно сделать вывод, что у студентов со смешанным типом пищевого поведения выражены неконструктивные копинг-стратегии, у студентов с отсутствием выраженности типа пищевого поведения эти стратегии менее выражены.



Рисунок 3 — Сравнительный анализ копинг-стратегий у студентов с разным типом пищевого поведения

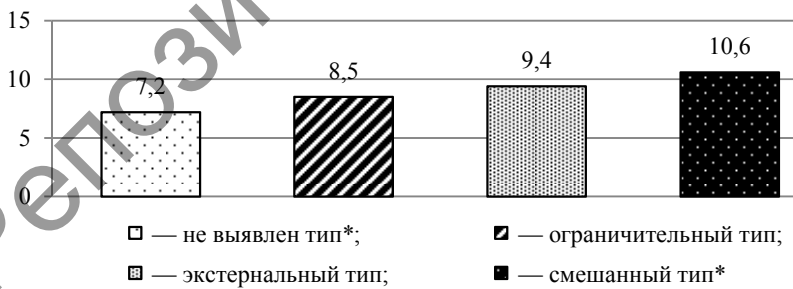


Рисунок 4 — Сравнительный анализ по копинг-стратегии «дистанцирование»

Примечание. \* — значимые различия на уровне  $p \leq 0,01$ .

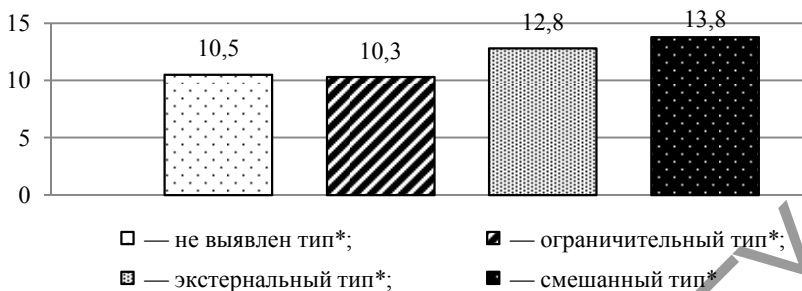


Рисунок 5 — Сравнительный анализ по копинг-стратегии «бегство-избегание»

Примечание. \* — значимые различия на уровне  $p \leq 0,05$ .

**Заключение.** Существует взаимосвязь между копинг-стратегиями и типами пищевого поведения. У студентов с возможным риском нарушения пищевого поведения выражены ограничительный и экстернальный типы пищевого поведения, связанные с такими копинг-стратегиями, как бегство-избегание, дистанцирование, конфронтация, принятие ответственности.

С точки зрения профилактики снижение риска возникновения нарушений пищевого поведения может происходить путем трансформации неадаптивных копинг-стратегий в эффективные стратегии поведения.

Для применения конструктивных копинг-стратегий могут быть полезны следующие *рекомендации*.

1. Расширение знаний о совладающем поведении, его эффективности, об использовании конструктивных копинг-стратегий.

2. Повышение мотивации в отношении совершенствования совладающего поведения с помощью тренингов, проективных методик, упражнений на развитие мотивации.

3. Помощь в осознании особенностей использования собственных копинг-стратегий, их конструктивности/деструктивности, благодаря проведению психодиагностических методик (проективных тестов, опросников и др.) и анализа копинг-поведения в играх.

4. Обучение стратегиям конструктивного совладающего поведения.

5. Помощь в индивидуальном планировании и проектировании стратегий поведения в широком диапазоне жизненных и трудовых ситуаций.

6. Контроль и поддержка в использовании конструктивных стратегий совладающего поведения в реальных жизненных ситуациях.

#### Список цитируемых источников

1. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс. — М., 1970. — С. 178—209.

2. Менделевич, В. Д. Клиническая и медицинская психология / В. Д. Менделевич. — М. : МЕДпресс-информ, 2008. — 432 с.

3. Дурнева, М. Ю. Формирование пищевого поведения: путь от младенчества до подростка. Обзор зарубежных исследований / М. Ю. Дурнева // Клин. и спец. психология. — 2015. — Т. 4, № 3. — С. 1—19.

4. Захарова, М. Л. Особенности защитно-совладающего поведения девушек с ограничительным и эмоциогенным типами пищевого поведения / М. Л. Захарова, А. О. Егоренко // Мед. психология в России. — 2015. — № 5 (34).

5. Вознесенская, Т. Г. Расстройства пищевого поведения при ожирении и их коррекция / Т. Г. Вознесенская // Фарматека. — 2009. — № 12. — С. 91—94.

Материал поступил в редколлегию 10.06.2019

УДК 371.388.3

**И. К. Прохорова**

*Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт, (филиал) федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», Нижний Тагил, Российская Федерация*

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА КЕЙСОВ ПРИ ПОДГОТОВКЕ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ

В статье описана технология применения кейс-метода в образовательном процессе, способствующая формированию профессиональных компетенций будущего учителя. Представлены результаты опроса студентов-первокурсников педагогического вуза об эффективности использования кейс-ситуаций при изучении курса «Педагогика». Приводятся примеры педагогических ситуаций, предложенных сту-