

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ СТУДЕНТОВ С НЕКОТОРЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ ЛИЧНОСТИ**

*И.Р. Абитов\**; *Р.В. Куприянов\*\**; *Е.Э. Мустафина\**;

*А.В. Власова\**; *Р.Р. Акбирова\**

*\* Россия, Казань, Казанский (Приволжский) федеральный  
университет*

*\*\* Россия, Казань, Казанский национальный исследовательский  
технологический университет (КХТИ)*

E-mail: [ildar-abitov@yandex.ru](mailto:ildar-abitov@yandex.ru)

### *Аннотация*

*Исследование направлено на выявление взаимосвязи копинг-поведения студентов с такими их личностными характеристиками как интернальность-экстернальность, тревожность, эмпатия и антиципационная состоятельность. Обнаружены взаимосвязи копинг-стратегий со всеми исследуемыми особенностями личности.*

*Ключевые слова: копинг-поведение, локус контроля, тревожность, эмпатия, антиципационная состоятельность.*

## **RELATIONSHIP BETWEEN COPING-STRATEGIES AND PERSONALITY TRAITS OF STUDENTS'**

*I.R. Abitov\**; *R.V. Kupriyanov\*\**; *E.E. Mustafina\**; *A.V. Vlasova\**; *R.R. Akbirova\**

*\* Russia, Kazan, Kazan (Volga-region) Federal University*

*\*\* Russia, Kazan, Kazan National Research Technological University*

### *Summary*

*The study aims to identify the relationship of coping behavior of students with their personal characteristics such as the internality - externality, anxiety, empathy and anticipatory competence. The authors have found a correlation of coping - strategies with all personality traits, that were investigated .*

*Key words: coping-strategies, locus of control, anxiety, empathy, anticipation consistency.*

Одной из серьезных проблем, с которой сталкиваются студенты в процессе получения высшего образования, является проблема стресса и совладания с ним. В данных условиях особое значение приобретает исследование способов совладания со стрессом, используемых в студенческой среде.

Т.Л. Крюкова определяет совладающее поведение как целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией адекватными личностным особенностям и ситуации способами через осознанные стратегии действий. Автор указывает на то, что личностные качества могут выступать в качестве предикторов совладающего поведения (Крюкова, 2010).

Зарубежные исследования описывают следующие взаимосвязи между копинг-поведением и тревожностью: повышение ситуативной тревожности связано со снижением выраженности планирования решения проблемы, личностная тревожность связана с частым использованием избегания проблем. Старшеклассники с повышенной тревожностью чаще, чем их сверстники используют непродуктивные копинг-стратегии и прибегают к поиску социальной поддержки (приводится по: Крюкова, 2010).

По результатам исследования взаимосвязи копинг-поведения и локуса контроля у студентов, чем выше у них показатели экстернальности, тем чаще они выбирают непродуктивные эмоционально-ориентированные стратегии совладающего поведения. Чем выше показатель интернальности в области неудач у студентов и старшеклассников, тем чаще они используют копинг-стратегии, направленные на решение проблем. (Крюкова, 2010).

В. Д. Менделевич и Н.П. Ничипоренко рассматривают совладание, механизмы психологической защиты и антиципационную состоятельность

как компоненты системы стабилизации личности. Ими обнаружены обратные взаимосвязи между показателем общей антиципационной состоятельности, пространственной составляющей антиципационной состоятельности и показателем копинга, направленного на эмоции. Испытуемые имеющие развитые способности прогнозировать последствия своих действий предвосхищать стрессовые ситуации в будущем и действовать в соответствии со своим прогнозом реже используют эмоционально-ориентированные копинг-стратегии. Обнаружена прямая связь между показателем общей антиципационной состоятельности и копингом, направленным на решение задач. Испытуемые, имеющие развитую способность предвосхищать стрессовые ситуации в будущем и готовиться к ним, чаще используют стратегии совладания, направленные на решение проблем (Менделевич, 2011).

Для выявления взаимосвязей между совладающим поведением и такими особенностями личности как тревожность, антиципационная состоятельность (прогностическая компетентность), интернальность – экстернальность, эмпатия нами было проведено исследование студентов Казанского (Приволжского) федерального университета и Казанского национального исследовательского технологического университета. В исследовании приняло участие 45 студентов. Из них 22 человека обучаются на 4 курсе К(П)ФУ по направлению «Математика», 12 человек обучаются на 1 курсе КНИТУ (КХТИ) по направлению «Управление персоналом», 6 человек обучаются на 2 курсе КНИТУ (КХТИ) по направлению «Социальная работа» и 3 человека – на 3 курсе КНИТУ (КХТИ) по направлению «Туризм».

Для диагностики копинг-поведения использовалась методика «Опросник способов совладания» Р. Лазаруса и С. Фолкман Т.Л.Крюковой, для диагностики интернальности-экстернальности - опросник «Локус контроля» Дж. Роттера, для диагностики тревожности – шкала самооценки

уровня тревожности Ч. Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина, для диагностики антиципационной состоятельности - «Тест антиципационной состоятельности» В.Д. Менделевича (Менделевич, 2003).

Все полученные данные были проверены на нормальность распределения с помощью критерия Колмогорова – Смирнова. Выяснено, что распределение данных можно отнести к нормальному, и, следовательно, использовать параметрические критерии для выявления взаимосвязей. Для выявления взаимосвязей использовался корреляционный анализ (вычисление коэффициентов корреляции Пирсона).

Обнаружены обратные взаимосвязи показателя локуса контроля с копинг-стратегиями «дистанцирование» ( $r = -0,33$ ;  $p < 0,05$ ) и «бегство-избегание» ( $r = -0,30$ ;  $p < 0,05$ ). Чем выше интернальность испытуемых, тем реже они стремятся снизить интенсивность неприятных переживаний, за счет снижения значимости ситуации и степени вовлеченности в нее, а также за счет уклонения от встречи со стрессогенной ситуацией. Обе данные копинг-стратегии (дистанцирование и бегство-избегание) относятся к эмоционально-ориентированным копинг-стратегиям. Полученные нами результаты в целом согласуются с результатами, полученными в исследованиях Т.Л. Крюковой. Повышение экстернальности связано с предпочтением эмоционально-ориентированных копинг-стратегий, и наоборот, чем выше интернальность, тем реже используются эмоционально-ориентированные стратегии совладания, такие как дистанцирование от проблем и их избегание.

Показатель ситуативной тревожности имеет прямые связи с показателем копинг-стратегий «социальная поддержка» ( $r = 0,30$ ;  $p < 0,05$ ) и «бегство-избегание» ( $r = 0,41$ ;  $p < 0,01$ ). Чем выше уровень тревоги в данный момент времени, тем более склонны испытуемые обращаться к

окружающим за информационной, эмоциональной или действенной поддержкой, а также уклоняться от ситуации, с которой связано повышение тревоги. Показатель личностной тревожности имеет прямые связи с показателями таких стратегий совладания, как «дистанцирование» ( $r = 0,29$ ;  $p < 0,05$ ), «поиск социальной поддержки» ( $r = 0,31$ ;  $p < 0,05$ ), «принятие ответственности» ( $r = 0,34$ ;  $p < 0,05$ ) и «бегство-избегание» ( $r = 0,54$ ;  $p < 0,001$ ). Чем более выражена у испытуемых тревожность, как черта личности, тем чаще они используют для преодоления негативных переживаний снижение значимости ситуации и степень своей вовлеченности в нее, обращение к окружению за информацией, эмоциональной или действенной поддержкой, уклонение от встреч со стрессогенными ситуациями, признавая свою роль в возникновении и развитии данных ситуаций. Полученные нами результаты также согласуются с результатами исследований Т.Л. Крюковой. Чем выше тревожность, тем более студенты склонны использовать эмоционально-ориентированные стратегии совладания со стрессом и обращаться за поддержкой к своему окружению.

Показатель эмпатии обнаруживает прямую связь с показателем копинг-стратегии «принятие ответственности» ( $r = 0,32$ ;  $p < 0,05$ ). Чем более развиты у студентов эмпатические способности, тем чаще они признают свою роль в возникновении и развитии стрессовой ситуации. Эта связь может быть объяснена тем, что стрессовые ситуации в жизни студентов чаще всего возникают при межличностном взаимодействии. Студенты, способные сопереживать своему партнеру по общению, посмотреть на ситуацию его глазами, чаще признают свою роль в конфликтной, стрессовой ситуации.

Обнаруживаются обратные связи показателя копинг-стратегии «бегство-избегание» с показателями «лично-ситуативной» ( $r = - 0,36$ ;  $p < 0,05$ ), «пространственной» составляющей ( $r = - 0,41$ ;  $p < 0,01$ ) и общим

показателем антиципационной состоятельности ( $r = -0,43$ ;  $p < 0,01$ ). Чем более развиты у испытуемых способности с высокой вероятностью предвосхищать ход событий, прогнозировать развитие ситуаций и свои реакции на них, реагировать с временно-пространственным упреждением, прогнозировать различные ситуации, возникающие в общении, предвосхищать движение предметов в пространстве, координировать собственные движения, проявляя моторную ловкость, тем реже они используют для преодоления негативных переживаний уклонение от встречи со стрессогенной ситуацией. Показатель копинг-стратегии «планирование решение проблем» имеет прямую связь с показателем «лично-ситуативной» составляющей антиципационной состоятельности ( $r = 0,36$ ;  $p < 0,05$ ). Чем более развита у испытуемых способность предвосхищать различные ситуации, возникающие в общении и организовывать свое поведение в соответствии со своим прогнозом, тем чаще они используют для преодоления стрессовых ситуаций целенаправленный анализ ситуации и возможных способов реагирования на нее, вырабатывают план действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов.

#### Литература

1. Крюкова Т.Л. Психология совладания в разные периоды жизни/ Кострома: Изд-во Костромского государственного университета, 2010. – 380 с.
2. Менделевич В.Д. Антиципационные механизмы неврозогенеза / Казань: Медицина, 2011. – 288 с.
3. Менделевич В.Д. Тест антиципационной состоятельности и прогностической компетентности – экспериментально-психологической оценки готовности к невротическим расстройствам// Социально-клиническая психиатрия, 2003. - №1. – С. 35 – 40.