

Шамшикова Ольга Александровна

Кандидат психологических наук, профессор факультета психологии Новосибирского государственного педагогического университета, *kafedra_psi@mail.ru*, Новосибирск

Клепикова Наталья Михайловна

Кандидат психологических наук, доцент факультета психологии Новосибирского государственного педагогического университета, *nataliaklepikova@ya.ru*, Новосибирск

Гришин Александр Михайлович

Зав. информационным психологическим кабинетом факультета психологии Новосибирского государственного педагогического университета, педагог-психолог МБУ Центр психолого-педагогической помощи молодежи «Радуга», *grischin.ngpu@yandex.ru*, Новосибирск

**ЭМПИРИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ
СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА**

Аннотация. Статья посвящена исследованию совладающего поведения студентов педагогического вуза. На основе диагностики копинг-действий посредством эксплораторного факторного анализа выявлены эмпирические характеристики совладающего поведения студентов, будущих психологов: самообвинение, манипуляции, разработка способов решения проблемы, эмоционально-ориентированный поиск поддержки, проблемно-ориентированный поиск поддержки, отвлечение, активное решение проблемы. Общая выборка классифицирована на четыре группы посредством кластерного анализа методом Уорда. Профили копинг-стратегий выделенных групп свидетельствуют об альтернативном доминировании продуктивных, либо непродуктивных стратегий совладающего поведения. В целом проведенное исследование показывает неоднородный выбор способов совладания студентов.

Ключевые слова: эмпирическое исследование, копинг-стратегии, совладающее поведение.

Shamshikova Olga Aleksandrovna

Candidate of Psychological Sciences, Professor of the Department of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, *kafedra_psi@mail.ru*, Novosibirsk

Klepikova Natalya Mikhailovna

Candidate of Psychological Sciences, Docent of the Department of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, *nataliaklepikova@ya.ru*, Novosibirsk

Grishin Aleksandr Mihailovich

Manager of Information Psychological cabinets, Novosibirsk State Pedagogical University, Educational psychologist, MBU Center for psychological and educational assistance to youth «Rainbow», *grischin.ngpu@ya.ru*, Novosibirsk

**THE EMPIRICAL CHARACTERISTICS OF COPING STRATEGIES
OF BEHAVIOUR OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL INSTITUTE**

Annotation. The article is devoted to research of coping behaviour of students of pedagogical institute. Self-blame, manipulations, development of problem-solving, seeking social emotional support from others, problem-focused coping, self-distracting, taking action to try to get rid of the problem are empirical characteristics of coping strategies of students of psychological speciality, which were found by using of exploratory factor analysis in an empirical research. The total sample was classified into 4 groups by Ward's method clustering. The coping-strategy profiles of classified groups testify about alternate domination of constructive coping or non-coping strategies. In common this research demonstrates a heterogeneous selection on student's coping strategies.

Keywords: empirical research, coping strategies of behaviour, coping behaviour.

В последние годы в отечественной психологии стали популярны работы, направленные на исследование совладающего поведения, занявшие центральное место в междисциплинарных разработках по психологии [4]. Даже беглый обзор базы данных индексации психологических научных работ и журналов «Psychlit» позволяет проследить более двадцати тысяч источников на тему стресса и процессов совладания [6]. Учитывая, что стресс представлен в различных измерениях повседневной жизни, опыт получения высшего образования также может восприниматься как стрессовый. Особую актуальность тема совладания приобретает в связи с многочисленными требованиями, предъявляемыми к студентам в системе высшего образования. Munoz G. постулирует существование как минимум четырех факторов, вызывающих стресс у студентов [10]: ситуация оценивания: студенты чувствуют тревогу, если они считают, что могут не сдать экзамен; чрезмерные экзаменационные нагрузки и неоднозначность критериев оценивания. Рабочие нагрузки: загруженность заданиями, трудности в планировании времени и в объединении научной и личной жизни и прочие трудности. Условия учебного процесса: межличностные отношения, включая отношения с преподавателями и сокурсниками; учебный график, календарный план, размер группы, включенность студентов в жизнь факультета и т.п. Адаптация к высшему учебному заведению: принятие новой роли, правил, обязанностей и требований академической среды.

Среди исследователей совладающего поведения нет единого мнения о том, какие именно стратегии характерны для студентов вузов [10]. Кроме того, как утверждает ряд авторов [7; 9], в зависимости от особенностей исследуемой группы будут выделяться соответствующие репертуары совладающего поведения. Наше исследование фокусируется на построении классификационных и факторных моделей, отражающих стили совладающего поведения, характерные для студентов, будущих психологов.

Основной задачей настоящего исследования явилось выявление эмпирических характеристик совладающего поведения у студентов, будущих психологов, на основе факторных и классификационных моделей.

Базой исследования являлся факультет психологии Новосибирского государственного педагогического университета. Выборку исследования составили 399 студентов (254 юноши и 145 девушек, в возрасте от 17 до 28 лет).

В исследовании применялся следующий комплекс методов: эксплораторный факторный анализ (метод главных компонент с Varimax-вращением и оценкой решений по критериям Кайзера-Мейера-Олькина, сферичности Бартлетта), кластерный анализ (метод Уорда), дисперсионный анализ и t-критерий Стьюдента. Математическая обработка полученных данных проводилась с использованием программы IBM SPSS Amos. Достоверность полученных результатов не ниже 5% уровня значимости.

Первый этап нашего исследования предполагает построение факторной модели стилей копинг-поведения студентов. Для этого применяется эксплораторный факторный анализ методом главных компонент с Varimax-вращением, основанный на определении минимального числа факторов, которые вносят наибольший вклад в дисперсию исходных данных, а ортогональное вращение позволяет получить хорошо интерпретируемую факторную структуру за счет минимизации количества переменных с высокой факторной нагрузкой [2]. Выбранный алгоритм позволяет воссоздать максимально полную картину, отражающую предпочитаемые стратегии совладающего поведения студентов.

Считаем необходимым отметить, что нашей целью не является разработка исчерпывающей категориальной системы совладающего поведения, эта процедура требует применения широкого круга диагностических методик, более сложного методологического аппарата и комплекса методов математического моделирования. Мы стремились представить эмпирические характеристики копинг-стратегий студентов.

В результате факторизации эмпирических данных была получена 57 факторная модель (критерий Кайзера-Мейера-Олькина 0,739; критерий сферичности Бартлетта – $\chi^2 = 34758,183$ $df = 17020$ $p < 0,0001$). В процессе обработки выявлены переменные с низким квадратом множественной корреляции, не связанные с другими переменными и

не вошедшие в структуру первых значимых факторов, а рассеявшиеся по мелким факторам, менее устойчивым и достоверным. Митина О.В. указывает, что подобные переменные целесообразно исключать из анализа, а интерпретацию «маленьких» факторов следует осуществлять «с большой осторожностью или вообще опустить» [2, с. 33]. На основании этих положений, в сконструированной нами исходной модели интерпретации были подвергнуты только первые семь факторов, образованные совокупностью разных копинг-действий.

Факторный анализ позволил выявить наиболее типичные стратегии совладающего поведения студентов, а именно самообвинение, манипуляции, разработка способов решения проблемы, эмоционально-ориентированный поиск поддержки, проблемно-ориентированный поиск поддержки, отвлечение, активное решение проблемы. Каждый из обозначенных факторов имеет свою специфику, например, «самообвинение» содержит преимущественно интернализированные негативные эмоциональные реакции, способствующие увеличению дистресса студентов [9].

Фактор «манипулирование» включает преимущественно непрямые, агрессивные и асоциальные действия, оправдывающие себя в случаях, когда невозможно действовать напрямую [8]. Ситуация манипулятивного воздействия таит в себе угрозу конфликта, который вначале может носить скрытый характер (в общении появляется некое «двойное дно», скрытый план), а затем перерасти в открытое столкновение» [5, с. 40]. Применительно к студентам педагогического университета можно предположить деструктивный характер последствий использования этих копингов.

Фактор «разработка способов решения проблемы» характеризуют действия направленные на тщательное планирование, прогнозирование и гибкий подход к генерированию решений проблемы, что требует от студентов больших энергетических и временных затрат, навыков и ресурсов совладания.

Фактор «эмоционально-ориентированный поиск поддержки» образуют социально ориентированные совладающие действия направленные на получение эмоциональной поддержки. В отличие от него выделенный

фактор «Проблемно-ориентированный поиск поддержки» отражает совладающие действия направленные на получение инструментальной поддержки. Фактор «отвлечение» характеризуют совладающие действия студентов направленные на избегание мыслей и переживаний проблемной ситуации.

Подвергнув полученную модель повторному факторному анализу методом главных компонент с Varimax-вращением, нам удалось получить трех факторное решение, которое описывает 45 % дисперсии. Мера выборочной адекватности Кайзера-Мейера-Олкина – 0,5; критерий сферичности Бартлетта – $\chi^2 = 2,798$ $df = 21$ $p < 0,0001$.

Первый фактор описывает 15% дисперсии, отражает непродуктивные стратегии и включает переменные: эмоционально-ориентированный поиск поддержки (0,654), отвлечение (0,596), манипуляции (0,305). Второй фактор отражает продуктивные стратегии и включает переменные: активное решение проблемы (0,714) и разработка способов решения проблемы (0,660). Третий фактор имеет два полюса, включая продуктивную стратегию – проблемно-ориентированный поиск поддержки (0,793) и непродуктивную стратегию – самообвинение (-0,583).

Копинг-действия, объединенные в стратегии совладающего поведения, образуют блоки продуктивных и непродуктивных стратегий. Vigil M. подчеркивает, что одни и те же стратегии совладания могут, как способствовать решению проблем, уменьшению последствий стресса, так и усугублять их, препятствуя достижению какой-либо пользы [10]. С. К. Нартова-Бочавер [3], ссылаясь на эмпирические исследования, считает возможным выделение неэффективных стратегий, таких как избегание и самообвинение во всех вариантах, занижение своих возможностей и открытое проявление агрессии. Хобфолл С. Е. также указывает на деструктивный характер манипулятивных стратегий совладания [8]. Таким образом, стратегии, вошедшие в первый фактор и стратегия соответствующая отрицательному полюсу третьего фактора, на наш взгляд характеризуют непродуктивное совладание студентов, будущих психологов. К продуктивным стратегиям совладающего поведения, как правило, относят реальное преобразование ситуации

или, по крайней мере, ее перетолкование [3]. В соответствии с результатами нашего исследования, второй фактор в наибольшей степени будет соответствовать продуктивным стратегиям совладания.

Вошедшие в первый и третий фактор стратегии поиска социальной поддержки характеризуют как продуктивные, так и непродуктивные стратегии совладания. Так, ряд авторов подчеркивает [9; 10], что стратегия эмоционально-ориентированного поиска поддержки лишь опосредовано, участвует в разрешении проблемной ситуации, и по большей части направлена на восстановление представления о себе за счет одобрения, принятия или дружеского общения со стороны окружающих. В свою очередь стратегия поиска инструментальной поддержки направлена на социум с целью разрешения проблемной ситуации путем привлечения дополнительных информационных или материальных ресурсов. Безусловно, обе стратегии социального поиска могут оказывать положительное влияние на благополучие студентов, однако только поиск инструментальной поддержки продуктивен в плане направленности на разрешение проблемной ситуации [10].

Второй этап нашего исследования отражает классификацию респондентов в зависимости от предпочитаемых стратегий совладающего поведения. Кластеризация выборки осуществлялась методом иерархического кластерного анализа (метод Уорда), который направлен на объединение близко расположенных кластеров, и является наиболее адекватным с точки зрения чувствительности к зашумлению и способности к восстановлению структуры данных. При дифференциации выборки ($N = 399$) на четыре группы, первую образуют 76 человек (19 % от общей выборки), вторую – 138 человек (34 %), третью – 107 человек (27 %), четвертую – 78 человек (20 %). Таким образом, сконструированная нами факторная модель позволяет дифференцировать респондентов в зависимости от доминирующих стратегий совладающего поведения и обозначать их эмпирические характеристики.

На заключительном этапе исследования оценивались описательные возможности полученной классификации, посредством сравнительно-сопоставительного анализа

групп, полученных в результате кластеризации. Для оценки достоверности различий между группами использовался однофакторный дисперсионный анализ, который позволяет проверить гипотезу о том, что средние значения двух генеральных совокупностей, из которых извлечены сравниваемые независимые выборки, отличаются друг от друга.

Первую группу ($n = 76$) образуют студенты, для которых ведущими стратегиями являются разработка способов решения проблемы ($F = 26,566$ при $p \leq 0,0001$) и проблемно-ориентированный поиск поддержки ($F = 102,551$ при $p \leq 0,0001$), а наименее предпочитаемыми оказываются самообвинение ($F=41,387$ при $p \leq 0,0001$) и отвлечение ($F = 14,217$ при $p \leq 0,0001$). Вторую группу ($n = 138$) образуют лица, которым присуще самообвинение ($F = 41,387$ при $p \leq 0,0001$), манипуляции ($F = 9,664$ при $p \leq 0,0001$), отвлечение ($F = 14,217$ при $p \leq 0,0001$), а также продуктивная копинг-стратегия – активное решение проблемы ($F = 42,418$ при $p \leq 0,0001$). В третью группу ($n = 107$) входят респонденты, для которых ведущими стратегиями совладающего поведения в стрессовой ситуации будут эмоционально-ориентированный ($F = 20,885$ при $p \leq 0,0001$) и проблемно-ориентированный поиск поддержки ($F = 102,551$ при $p \leq 0,0001$). В четвертой группе ($n = 78$) за исключением стратегии самообвинения, все остальные стратегии имеют крайне низкую степень выраженности, минимально выражен проблемно-ориентированный поиск поддержки ($F = 102,551$ при $p \leq 0,0001$), манипуляции, эмоционально-ориентированный поиск поддержки. Респонденты этой группы вызывают наибольшую тревогу с точки зрения их способности преодолевать стрессовые ситуации. Безусловно, помимо обнаруженных различий, респондентов выделенных групп характеризует определенное сходство, акцент на различиях делается с целью подчеркнуть специфику групп.

Таким образом, в ходе исследования нами была построена 7 факторная модель копинг-стратегий студентов, будущих психологов. Выделенные факторы соотносятся с результатами ряда зарубежных авторов [7; 8; 9] получивших в ходе факторного анализа схожие конструкты копинг-стратегий. Так выявленная модель описывает следующие копинг-

стратегии: проблемно-ориентированные (5 и 7 факторы), просоциальные (3 и 4 факторы), отвлечение (6 фактор) и эмоционально-ориентированное совладание (1 фактор).

Вместе с тем полученная нами модель описывает отличные от заявленных авторами методик копинг-стратегии. Данное обстоятельство соотносится с данными ряда исследователей [7; 9], утверждающих, что использование идентичного набора методик на разных выборках может приводить к построению различных факторных структур, отражающих характерные особенности данной группы.

В целом проведенное исследование отражает многообразие способов совладания. Различия в доминирующих стратегиях очевидны: профили, построенные по результатам классификации общей выборки на группы, свидетельствуют об альтернативном доминировании продуктивных, либо непродуктивных стратегий совладающего поведения. Результаты исследования подтверждают специфику стратегий совладания и не противоречат данным полученным другими учеными [8; 10].

Библиографический список

1. *Гришин А. М.* Возможности диагностики способов совладающего поведения / Развитие человека в современном мире: материалы II Все-

российской научно – практической конференции с международным участием. – Новосибирск: Изд. НГПУ, 2011. – С. 6–25.

2. *Митина О. В., Михайловская И. Б.* Факторный анализ для психологов. – М.: Психология, 2001. – 169 с.

3. *Нартова–Бочавер С. К.* «Coping behavior» в системе понятий психологии личности / Психологический журнал. – 1997. – Том.18. – №5. – С.20–30.

4. *Совладающее поведение* : современное состояние и перспективы. – М.: ИП РАН, 2008. – 474 с.

5. *Тарелкин А. И.* Манипуляции студентов как причина трудностей общения преподавателей вузов/ Психологический журнал. – 2009. – №1(21). – С. 38–42.

6. *Aldwin Carolyn M.* Stress, coping, and development : an integrative perspective. – New-York; London: The guilford press, 2007. – 442 p.

7. *Endler N.S., & Parker J.D.A.* Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology.*1990. V.58: P. 844–854.

8. *Hobfoll S.E., Dunahoo C.L.* Gender and coping: The dual-axis model of coping. *American Journal of Community Psychology.* – 1994. – 22(1). P. 49–82.

9. *Lazarus R.S., Folkman S.* An analysis of coping in a middle – aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior.* 1980. 21, 219–239.

10. *Muñoz G.* *El Estrés Académico: Problemas y Soluciones Desde una Perspectiva Psicosocial.* – Universidad de Huelva, 2003. – 159 p.