

**А. А. Дьячук**

*Красноярский государственный педагогический университет  
им. В. П. Астафьева  
Красноярск, Россия*

## **ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПОЗИТИВНОГО ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ**

Анализируются способы совладающего поведения как показатели позитивного функционирования студентов в новых условиях обучения. Эмпирически выделяются группы с разным уровнем функционирования через соотношение самочувствия, вовлеченности в учебную деятельность и субъективной оценки результативности в ней. Устанавливаются предпочитаемые копинг-стратегии для выделенных уровней функционирования студентов в учебной деятельности.

*Ключевые слова:* самочувствие, копинг-стратегии, позитивное функционирование, переживание, успешность.

**Anna A. Dyachuk**

*Krasnoyarsk State Pedagogical University  
named after V. P. Astafiev,  
Krasnoyarsk, Russia*

## **DIFFERENCES IN COPING STRATEGIES OF STUDENTS WITH DIFFERENT LEVEL OF POSITIVE FUNCTIONING**

The author analyzes the ways of coping behavior as indicators of the positive functioning of students in a new learning situation. Groups with different levels of functioning are empirically distinguished through the ratio of well-being, involvement in educational activities and subjective academic performance. The coping strategies chosen are correlated with the levels of functioning of students in educational activities.

*Keywords:* positive functioning, coping-strategy, well-being, experiences, success.

*Введение.* Новая реальность обучения, связанная с вынужденным массовым переходом к информационно-коммуникационным технологиям в условиях пандемии COVID-19, актуализировала вопросы совладающего поведения, ресурсов позитивного функционирования. Успешность функционирования в разных сферах рассматривается как активность личности, направленная на поиск возможностей преодоления затруднений в самореализации, использование имеющихся ресурсов для снижения негативных эффектов неблагоприятных условий, проектирования вариантов решения задач сегодняшнего дня и формирования предпосылок движения вперед [1]. Позитивное функционирование может быть описано через удовлетворенность жизнью в целом или отдельных сферах и отсутствием негативных эмоциональных состояний как механизм обратной связи о достижении цели, замыслов [2]. Успешность функционирования в новых условиях обучения мы связываем с совладающим поведением, результатом которого может быть как проектирование вариантов собственного развития, так и обращение к деструктивным способам, несущим угрозу устойчивому существованию.

*Материалы и методы.* В проводимом в январе-феврале 2021 г. исследовании приняло участие 1962 студентов в возрасте 17–26 лет ( $M = 20,6$ ,  $SD = 1,9$ ), осуществляющих подготовку по социальным профессиям. Для выявления особенностей функционирования в период вынужденного удаленного обучения изучались: состояние студентов с помощью «Шкал состояний» и шкалы ситуативной тревожности Спилбергера — Ханина, успешность в учебной деятельности как соотношение субъективной оценки динамики результатов обучения и переживаний в учебной деятельности, характеризующие мотивацию, связанную с вовлеченностью в данную деятельность («Диагностика переживаний в деятельности» Д. А. Леонтьева). С помощью опросников COPE в адаптации Е. И. Рассказовой и др. и «Проактивный копинг» в адаптации Е. П. Белинской, А. В. Вечерина определялись копинг-стратегии.

*Результаты.* Методом кластеризации  $k$  средних были выделены четыре группы, отличающихся соотношением переживания удовольствия, смысла и пустоты в учебной деятельности, оценкой

ухудшения/улучшения результативности в учебе, самочувствия, ситуативной тревожности. Первая группа (13,2 %) характеризуется преобладанием переживания пустоты, субъективной оценкой снижения успеваемости, преобладанием плохого и пониженного самочувствия и высокой ситуативной тревожностью, не справляется с трудностями и характеризуется низким уровнем позитивного функционирования в условиях вынужденного обучения. Во вторую группу (36,2 %) вошли студенты с преобладанием переживания пустоты над удовольствием и смыслом, оценивающие свою успеваемость как не изменившуюся или улучшившуюся. В данной группе самочувствие пониженное, высокий уровень ситуативной тревожности, что характеризует стремление сохранить академические результаты при переживании отчуждения, подавленности. Третью группу (24,9 %) составили студенты с преобладанием переживания удовольствия в учебной деятельности в соотношении с неизменной либо ухудшившейся успеваемостью, пониженным самочувствием и средним уровнем тревожности, что характеризует ее как ищущую возможности, но испытывающую затруднения в обеспечении результатов учебной деятельности. В четвертой группе (25,7 %) преобладает удовольствие и смысл в учебной деятельности, улучшение успеваемости в учебе, более хорошее самочувствие и меньшая выраженность ситуативной тревожности, что может характеризовать высокий уровень позитивного функционирования. Сопоставление копинг-стратегий выделенных групп с помощью критерия Краскала — Уоллиса выявило значимые различия практически по всем рассматриваемым копинг-стратегиям, кроме использования инструментальной и эмоциональной социальной поддержки, концентрации на негативных эмоциях, юмора. Выделяются линейные тенденции относительно уровней функционирования: частота обращения к стратегии совладания уменьшалась или увеличивалась при повышении уровня позитивного функционирования. Для более высоких уровней функционирования (третья и четвертая группа) преобладает частое обращение к проблемно-ориентированным и проактивным копингам, принятию, позитивному переформулированию и личностному росту, реже — обращение к поведенческому уходу, отрицанию произошедшего, воздержанию

от импульсивных действий, использованию алкоголя, лекарств для улучшения самочувствия. При оценке обращения к предлагаемым стратегиям мог повлиять фактор социальной желательности, ответы студентов были стандартизированы, что позволило выделить по средневзвешенному показателю иерархию копинг-стратегий. В группе, не справляющихся с трудностями, наибольший вес имеет поведенческий уход от проблемы, обращение к успокоительным для снятия напряжения, сдерживание от активных действий, чтобы не ухудшить ситуацию, отрицанию. Наименьший вес имеют активные действия и планирование, поиск позитивных сторон в ситуации. В группе, пытающейся сохранить прежние академические результаты, но переживающие отчуждение, наибольший вес имеет обращение к успокоительным, поведенческий уход от проблемы, сдерживание от импульсивных действий, обращение к религии, концентрация на эмоциях, их активное выражение. Наименьший вес — у проактивных стратегий совладания и поиска позитивного в ситуации. В группе, ищущей возможности, более высокий вес имеет позитивное переформулирование и личностный рост, планирование и рефлексивное совладание, направленное на представление возможных вариантов поведения. Меньший вес имеют стратегии поведенческого ухода, обращение к алкоголю и лекарствам, отрицание и юмор. В четвертой группе наибольший вес представлен у проблемно-ориентированных и проактивных копингов, наименьший — отрицание, поведенческий уход и обращение к успокоительным для повышения самочувствия.

*Заключение.* Позитивное функционирование студентов в условиях вынужденного дистанционного обучения может быть описано через соотношение мотивации, связанной с вовлеченностью в учебную деятельность, и результативностью, проявляющееся в самочувствии, функциональном состоянии. Сопоставление репертуара копинг-стратегий студентов с разным уровнем функционирования показало, что на более высоких уровнях преобладает обращение к активному совладанию и планированию, проактивным копингам, поиску позитивного в трудной ситуации. Студентам с более низкими уровнями характерны пассивные действия, обращение к различным средствам для улучшения своего само-

чувствия, стремление получить положительные эмоции помимо действий, что предполагает определение мер поддержки и направлений психолого-педагогического сопровождения студентов в ситуации неопределенности.

#### **Библиографические ссылки**

1. *Леонтьев Д. А.* Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14–37. DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.02.

2. *Головей Л. А., Стрижицкая О. Ю., Кriuлина А. В.* Позитивное функционирование личности в пожилом возрасте: комплексный подход // Психологические исследования. 2014. Т. 7, № 36. С. 9. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 25.05.2022).