

# СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ РОССИЙСКИХ СТУДЕНТОВ<sup>1</sup>

Шабданбекова Зулайка Шабданбековна,  
аспирантка кафедры психологии и педагогики, Российский  
университет дружбы народов

**Аннотация.** В данной работе рассматривалось совладающее поведение российских студентов международно-ориентированного вуза: 60 участников, из них по 30 юношей и девушек из России, средний возраст которых равен: 20-25 годам, были выбраны в качестве испытуемых студенты-бакалары 3-4 курса РУДН.

**Abstract.** In this work, was considered coping behavior of Russian students in international-oriented University: 60 participants, 30 boys and girls from Russia, whose average age is equal to: 20-25 years were selected as subjects students of bachelor 3-4 courses of PFUR.

**Ключевые слова:** копинг-стратегии, проактивное совладание, российские студенты, совладающее поведение.

**Key words:** coping strategies, proactive coping, Russian students, coping behavior.

В современном поликультурном образовании от личности требуется активная адаптация к неизбежным изменениям, обусловленным самой спецификой международно-ориентированного ВУЗа [5, 7]. Попадая в полиэтническую образовательную среду, студент сталкивается с представителями новых культур и традиций, носителями определенных ценностных ориентаций, играющих немаловажную роль в развитии личности юношеского возраста [1-4]. Зачастую причиной стресса, помимо процесса адаптации в инокультурной среде, может быть недостаток времени, а также его непродуктивное распределение. В процессе обучения студенты сталкиваются с рядом трудностей, связанных с

---

<sup>1</sup> Работа выполнена при поддержке гранта РФФИ, проект № 17-06-00834.

восприятием, управлением временем, а также преодолением стресса, вызванного недостатком знаний о том, как правильно распределять собственные временные ресурсы [6].

## **МЕТОДЫ И ВЫБОРКА ИССЛЕДОВАНИЯ**

Для изучения особенностей совладающего поведения у студентов из РФ и КР использовались методики: «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса, С. Фолкман в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой [6]; «Опросник проактивного совладающего поведения (копинга)» (PCI) Greenglas, Schwarzer и Taubert в адаптации Е.С. Старченковой. Количественно урavnенную общую выборку исследования составили: 60 российских студентов, обучающихся в Российском университете дружбы народов (далее РУДН), выборка была урavnена по полу по 30 юношей и девушек. Что касается специальности, в выборку попали студенты, обучающиеся на медицинском факультете, факультете гуманитарных и социальных наук, филологическом, юридическом, инженерном, экономическом факультетах. Возраст студентов составил от 20 до 25 лет.

## **ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ**

Полученные в ходе исследования результаты демонстрируют статистически значимые половые различия в особенностях совладающего поведения. Так, юноши в большей мере предпочитают последовательно реализовывать поставленные цели, имеют развитые навыки тактического планирования ( $U = 1282,5$ ;  $p = 0,007$ ,  $M(м) = 69,13$ ;  $M(ж) = 51,88$ ), они более целенаправленны, чаще всего знают, чего хотят и к чему стремятся, идут по направлению к своим целям ( $U = 1412,5$ ;  $p = 0,041$ ,  $M(м) = 66,96$ ;  $M(ж) = 54,04$ ). Юношам по сравнению с девушками более свойственно

видеть и ставить цели, планировать свою деятельность, в том числе с помощью внешних средств, и, проявляя волевые качества и настойчивость, идти к ее достижению, что иногда может приводить к негибкости ( $U = 1346$ ;  $p = 0,017$ )  $M(м) = 68,07$ ;  $M(ж) = 52,93$ ). Девушки, в свою очередь, могут быть менее организованы и планомерны, однако проявляют большую гибкость в переключениях между различными видами деятельности, чем юноши.

В результате подсчета коэффициента корреляции Спирмена были установлены следующие значимые связи в выборке российских студентов.

Обнаружена положительная значимая связь между конфронтацией и бегством-избеганием ( $r_s = 0,539$ ,  $p \leq 0,000$ ); между поиском социальной поддержки и поиском инструментальной поддержки ( $r_s = 0,509$ ,  $p \leq 0,000$ ); между планированием решения проблемы и планомерностью ( $r_s = 0,528$ ,  $p \leq 0,000$ ); между планомерностью и самоорганизацией ( $r_s = 0,519$ ,  $p \leq 0,000$ ), общим показателем тайм-менеджмента ( $r_s = 0,786$ ,  $p \leq 0,000$ ). Данные показатели подтверждают, что студенты, ориентированные на планомерное решение своих трудных ситуаций, отличаются высокой самоорганизацией и высоким тайм-менеджментом. Была установлена положительная значимая корреляция между целеустремленностью и общим показателем тайм-менеджмента ( $r_s = 0,643$ ,  $p \leq 0,000$ ), проактивным преодолением ( $r_s = 0,660$ ,  $p \leq 0,000$ ); между фиксацией и общим показателем тайм-менеджмента ( $r_s = 0,610$ ,  $p \leq 0,000$ ). Это свидетельствует, что студенты при высоком уровне целеустремленности обладают большой самодисциплиной в период «здесь-и-сейчас».

Установлена положительная корреляция между самоорганизацией и общим показателем тайм-менеджмента ( $r_s = 0,662$ ,  $p \leq 0,000$ ); между общим показателем тайм-менеджмента и проактивным преодолением ( $r_s = 0,547$ ,  $p \leq 0,000$ ), рефлексивным преодолением ( $r_s = 0,541$ ,  $p \leq 0,000$ ); между проактивным преодолением и превентивным преодолением ( $r_s = 0,529$ ,  $p \leq 0,000$ ); между рефлексивным преодолением и стратегическим

планированием ( $r_s = 0,556$ ,  $p \leq 0,000$ ), превентивным преодолением ( $r_s = 0,572$ ,  $p \leq 0,000$ ). По-видимому, студенты с высоким уровнем самоорганизации способны успешно планировать свое время, ставить цели и использовать все необходимые ресурсы для их достижения.

## **ВЫВОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ**

С теоретической точки зрения рассмотрены копинг-стратегии личности как актуальная проблема психологической науки и практики. С эмпирической точки зрения выявлено, что у российских студентов при акцентировании внимания на болезненных воспоминаниях усиливается ощущение безнадежности будущего и отрицание появляющихся проблем. Российские студенты обладают успешной саморегуляцией для достижения целей путем привлечения всех возможных ресурсов.

Результаты настоящего исследования планируется использовать на базе Кабинета психологической помощи РУДН в индивидуальном и групповом психологическом консультировании студентов из России.

## **Литература**

1. Артюхин, И.Н. Копинг-стратегии в терапии стрессовых расстройств / И.Н. Артюхин, О.В. Тишина // Акмеология. 2015. № 3 (55). С. 186–187.
2. Бехтер, А.А. Оптимизация совладающего поведения специалиста путем развития рефлексивности личности (эмпирическое исследование) / А.А. Бехтер // Акмеология. 2014. № 1 (49). С. 138–143.
3. Медведская, Т.С. К проблеме структурно-содержательных и функциональных компонентов активности личности в стрессовой ситуации / Т.С. Медведская // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2009. № 4. С. 84–88.

4. Минаева, А.Ю. Особенности групповой психологической работы с иностранными студентами РУДН / А.Ю. Минаева, З.Ш. Шабданбекова // Международный форум «Восточный вектор миграционных процессов: диалог с русской культурой». Хабаровск: Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та. 2016. С. 61-65.
5. Пилишвили, Т.С. Активное совладающее поведение как акмеологический ресурс в профессиональной деятельности учителей / Т.С. Пилишвили, З.Ш. Шабданбекова // Акмеология. 2016. № 3(59). С. 68-72.
6. Фельдман, И.Л. Особенности копинг-стратегий и защитных механизмов у медицинских работников / И.Л. Фельдман // Акмеология. 2012. № 3 (43) . С. 78–83.
7. Шабданбекова, З.Ш. Механизмы психологической защиты и особенности совладания с профессиональными трудностями (на примере учителей) / З.Ш. Шабданбекова // Личность в природе и обществе. – Москва: РУДН, 2016. – С. 74-76.

#### **Данные об авторе**

Шабданбекова З.Ш., аспирантка кафедры психологии и педагогики, Российский университет дружбы народов, ул. Миклухо-Маклая, д. 6, Москва, Россия, 117198. Тел. 8-929-652-77-84, e-mail: [shabdzet@g.mail.com](mailto:shabdzet@g.mail.com)