

*Капидинова С.Б.*

*Канд.псих.наук,ст.преп.*

*Халилова Анифе Руслановна*

*Магистрантка*

**ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ СТРАТЕГИЙ  
СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

*Аннотация.* В статье представлено описание особенностей формирования стратегий совладающего поведения личности во время образовательного процесса в условиях карантина по предотвращению COVID-19, рассмотрены компоненты и этапы его формирования. Различия в реализации стратегий совладающего поведения у обучающихся первых курсов (18 лет) и четвертых курсов (22-23 года).

*Ключевые слова:* Совладающее поведение, образовательный процесс, копинг-стратегий.

*Annotation.* The article describes the features of the formation of strategies of coping behavior of the individual during the educational process in the conditions of quarantine to prevent COVID-19, the components and stages of its formation are considered. Differences in the implementation of coping behavior strategies among first-year students (18 years old) and fourth-year students (22-23 years old).

*Keywords:* Coping behavior, educational process, coping strategies.

В студенческом периоде главным вопросом является взаимосвязь личностного развития и копинг-стратегий поведения, когда сталкиваясь с новыми требованиями, молодые люди отказываются от стереотипного поведения и вырабатывают новые ее формы. В этом процессе могут закрепиться как эффективные способы поведения, так и дисгармоничны, что может привести к деструктивному процессу личностного развития.

Многие проблемы, связанные с обучением в вузе, требуют использования адаптивных стратегий копинг-поведения, которые в основном сформированы в недостаточном объеме. В этом случае большое значение приобретает потребность в оказании студентам помощи в овладении способами копинг-поведения, которые позволят им преодолевать кризисы обучения, будут способствовать дальнейшему личностному и профессиональному развитию.

Анализ литературы по проблеме формирования копинг-стратегий поведения позволяет утверждать, что изучение поведенческих особенностей вызывает значительный интерес среди представителей различных направлений и научных школ. Вместе с тем, приходится констатировать, что существует недостаточная разработанность данной проблемы и отсутствие методических приемов для комплексного изучения стратегических поведенческих особенностей.

Однако, наиболее полной и глубоко разработанной концепцией, описывающей структуру копинг-стратегий поведения и механизмы их формирования, является концепция стратегических поведенческих особенностей, разработанная Д. Басом. В его трудах приводятся данные, указывающие на наличие значимых корреляций между индивидуально-психологическими свойствами и стратегиями поведения, уделяется особое внимание анализу внутренних и внешних (средовых) факторов.

Выделяются три основных типа стратегий поведения. Во-первых, активный выбор своего окружения, характерный для стратегий выбора. Во-вторых, вызов определенных реакций у окружающих, характеризующий стратегии вызова. В-третьих, манипулирование своим окружением, определяющее соответствующие стратегии манипуляции .

Выделим цель как один из ведущих функциональных элементов в построении стратегии поведения. Динамика возникновения цели идет от потребности, следовательно, возникает еще до начала поведения. Цель – это

чаще всего образ результата, существующий в представлениях человека, он может быть в скрытом или активном состоянии.

Заметим, что, изучая условия формирования копинг-стратегий поведения, исследователи рассматривают ценностную диспозицию личности как фактор, обуславливающий характер стратегии ее поведения. Как правило, каждый человек имеет готовые просоциальные или асоциальные цели (ценности), которые он заимствует из общественного сознания и превращает в собственную цель, создавая при этом либо законопослушное, либо аморальное поведение. Этот факт привнесения во внутренний план личности ценностных ориентации, установок извне, от окружающей среды (социума) представляется нам достаточно значимым.

Установлено, что динамика цели определяется тремя условиями: потребностями, ситуацией, прошлым опытом удовлетворения потребностей. Каждая потребность имеет устойчивую группу целей, которые определяют желаемый результат поведения.

Для понимания направленности поведения, его стратегии важно классифицировать цели. Их можно разделить на два уровня: материальные и нематериальные. Чаще у своей жизни личность оперирует целями, отражающими ее социальное положение в группе, соответствующей ее статусу и роли. Как правило, эти социогенные, нематериальные цели, связанные со структурой отношений, также могут заключаться в достижении определенного психического состояния, определяющего внутренние цели. Следующий уровень в формировании копинг-стратегий поведения – это средства, инструментальная характеристика. Здесь отражается степень энергетичности стратегии и уровень организации на операциональном уровне, то есть использование личностью внутреннего запаса ресурса (прошлый опыт, психофизиологическая энергия, когнитивное поведение, творческий потенциал) и управление стратегией с опорой на внешние нормы, правила с привлечением ресурса извне, умение использовать ситуационные условия как средства. Третий уровень – это результат. Здесь важным моментом является

оценивание результата. Оно может быть эмоциональным, когда личность испытывает чувство удовлетворения или неудовольствия.

Изучая особенности формирования копинг-стратегий поведения студенческой молодежи, следует раскрыть специфику проблемных ситуаций в жизни студенчества. Исследования, посвященные содержательному анализу проблемных ситуаций в жизни молодых людей, в работах современных авторов преимущественно направлены на выявление сфер возникновения таких ситуаций в их повседневной жизни. Обращает на себя внимание тот факт, что недостаточно представлены работы, которые описывают содержательную типологию таких ситуаций на основании выявления их качественной специфики, связанной с психологическими особенностями личности.

В методическом плане большинство исследований ограничивается анализом данных, относительно феноменологии проблемных ситуаций с помощью массовых опросов.

Вместе с этим, существует и другой подход к диагностике таких ситуаций, а именно – клинический. В основе этого подхода лежит практика работы с молодыми людьми, которые страдают различными формами дезадаптации поведения, ориентированные на выявление ситуаций (патогенных факторов), создающих наивысший риск такой дезадаптации.

Таким образом, подтверждается, что студенты переживают и кризис развития, и кризис ситуаций. Недостаточное развитие конструктивных форм овладевающего поведения увеличивает патогенность жизненных событий и тяжелых ситуаций, и эти события могут спровоцировать возникновение психосоматических заболеваний или привести к деструктивному процессу личностного развития. Это указывает на необходимость влияния на определение социально-психологических детерминант адаптивного копинг-поведения у студентов и ее формирование в условиях психокоррекционного процесса.

## Список литературы.

1. Божович Л.И. Психологические закономерности формирования личности в онтогенезе / Л.И. Божович // Вопросы психологии. – 1976. – № 6. – С. 45 – 53.
2. Исаев Д.Н. Эмоциональный стресс. Психосоматические и соматические расстройства у детей / Д.Н. Исаев. – СПб. : Речь, 2005. – 400 с.
3. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения: монография. Кострома: КГУ им. Н. Некрасова – студия оперативной полиграфии «Авантитул», 2004. 344 с.
4. Квинн В. Прикладная психология / Вирджиния Квинн ; пер. с англ. Н. Мальгина [и др.]. – СПб. : Питер, 2000. – 560 с.
5. Кикнадзе Д.А. Потребности. Поведение. Воспитание / Д.А. Кикнадзе. – М. : Мысль, 1968. – 148 с.
6. Леонтьев Д. А. Психологические ресурсы преодоления стрессовых ситуаций: к уточнению базовых конструктов. Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе: материалы московской научно-практической конференции. Кострома, 2010. С. 40-42.
7. Лабезная Л.П. Социально-психологические аспекты формирования адаптивных стратегий поведения у студенческой молодежи в условиях современного социума / Л.П. Лабезная // Современные фундаментальные и прикладные исследования : междунар. науч. изд. – Серия: Психология. Педагогика. Социология. – Кисловодск : Изд-во УЦ «Магистр», 2013. – Вып. 3 (10). – С. 79 – 84.
8. Малкина-Пых И. Г. Стратегии поведения при стрессе. Московский психологический журнал. 2007. С. 15–25
9. Селье Г. Стресс без дистресса. Москва: Прогресс, 1982. 127 с. 83
10. Симатова О.Б. Копинг-стратегии и копинг ресурсы как мишени превентивного воздействия в профилактике адиктивного поведения

подростков. Отклоняющееся поведение человека в современном мире: проблемы и решения: международная заочная научно-практическая конференция. URL: <http://deviatio2010.vlsu.ru/index.php?id=49> (дата звернения: 12.03.2022).