

Представленные полученные сводные данные по мужскому и женскому полу, полученные по методике Дж. Г. Скотта «Оценка уровня конфликтности и стратегий поведения в конфликте» на рисунке 1.

Далее мы определили типичные способы реагирования на конфликтные ситуации у респондентов по методике К. Томаса, адаптированной Н.В. Гришиной. В результате диагностики выяснилось, что у мужчин и женщин существуют различные методы решения конфликтных ситуаций. Большинство членов коллектива предпочитают решать конфликтные ситуации методом сотрудничества (31%), компромисса (22%) или приспособления (25%). Двое избегают решения конфликтов. Применяют стратегию соперничества в конфликтных ситуациях 13% опрошенных.

Заключение. Таким образом, проанализировав результаты исследования, мы пришли к выводу о том, что не все члены коллектива настроены агрессивно и у них нет стремления к конфликтам. Большинство членов коллектива дружелюбны и настроены на сотрудничество. Лишь у некоторых его членов нам удалось в результате исследования выявить склонных к агрессии и к конфликтам. Мы полагаем, что специально разработанные мероприятия по повышению конфликтоустойчивости сотрудников учреждения образования и обучение их эффективным методам управления конфликтами могут помочь рационально вести себя в конфликте и снизить конфликтность в коллективе.

Список использованной литературы:

1. Куровская, С.Н. Конфликтология в социально-педагогической деятельности: учебное пособие / С.Н. Куровская. – Минск: Изд-во Гревцова, 2012. – 336 с.
2. Лагонда, Г.В. Клановые причины семейных конфликтов : экскурс в историю, советы психолога / Г.В. Лагонда // Народная асвета. – 2015. – № 10. – С. 85–89.
3. Ярошук, Е.В. Профилактика межличностных конфликтов / Е.В. Ярошук // Народная асвета. – 2010. – № 9. – С. 23–26.
4. Яценко, Т.Д. Межличностный конфликт / Т.Д. Яценко // Кіраванне у адукацыі. – 2010. – № 97. – С. 11–12.

Голосова О.Г. (Научный руководитель – Циркунова Н.И.,
старший преподаватель)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

КОПИНГ-СТРАТЕГИИ СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ

Современный окружающий мир предъявляет к студентам всё более сложные требования. Увеличивается поток информации, растёт нагрузка на психику, всё чаще возникает необходимость решать все более ответственные задачи, включаться в новые межличностные и общественные отношения, учитывать большее количество факторов, которые способствуют продуктивной и успешной деятельности.

В период обучения, особенно в самом начале, возникают противоречия, которые влекут за собой различные трудности. Стресс, которому подвержены современные студенты, сказывается на их академических успехах и в целом на эффективности профессиональной подготовки.

Первым исследователем проблемы стресса стал Ганс Селье, в дальнейшем проблема стресса получила широкое изучение в концепциях Р. Лазаруса и др. [1].

Устойчивость к стрессу – важное условие для сохранения эффективности обучения, продуктивного взаимодействия с окружающими и внутренней гармонии студентов в трудных, стрессовых условиях.

«Копинг» – это индивидуальный способ взаимодействия с ситуацией в соответствии с ее собственной логикой, значимостью в жизни человека и его психологическими возможностями [3]. Задача копинга – поддержание благополучия человека, его физического и психического здоровья и удовлетворенности социальными отношениями.

Р. Лазарус и С. Фолкман изучая способы совладающего поведения, утверждают, что восприятие человеком ситуации или проблемы, напрямую определяет дальнейшие способы его реагирования на неё [2].

Материал и методы. С целью изучения копинг-стратегий студентов с разным уровнем стрессоустойчивости нами было проведено исследование на базе общежития №3 ВГУ имени П.М. Машерова, в котором приняли участие 60 студентов первого курса.

Методология исследования представлена теоретическим анализом научной литературы, психодиагностическими методами: «Методика для определения вероятности развития стресса» (по Т. А. Немчину и Тейлору), опросник «Способы совладающего поведения Лазаруса» (ССП), методы качественного анализа результатов исследования.

Результаты и их обсуждение. В ходе проведения диагностики с помощью методики для определения вероятности развития стресса Т.А. Немчина, получены следующие результаты: у 44% респондентов выявлен высокий уровень стресса, у 38% опрошенных – средний уровень стресса, и у 18% студентов – низкий уровень стресса. На рис.1 представлены данные об уровнях вероятности развития стресса.



Рисунок 1 – Уровень стрессоустойчивости у студентов первого курса по методике «Определения вероятности развития стресса» Т.А. Немчина

Проанализировав полученные данные, мы можем сделать вывод о том, что у студентов-первокурсников данной выборки доминирует высокий и средний уровень стрессоустойчивости. Высокий уровень характеризуется устойчивой мотивацией достижения, направленностью личности на результативные аспекты деятельности и взаимодействие в группе, саморазвитие и самосовершенствование. Средний уровень характеризуется неустойчивостью мотивации достижения и направленности личности, их зависимостью от нормативно заданных установок и внешних обстоятельств.

На рис.2 представлены данные о степени выраженности использования копинг-стратегий студентами-первокурсниками.

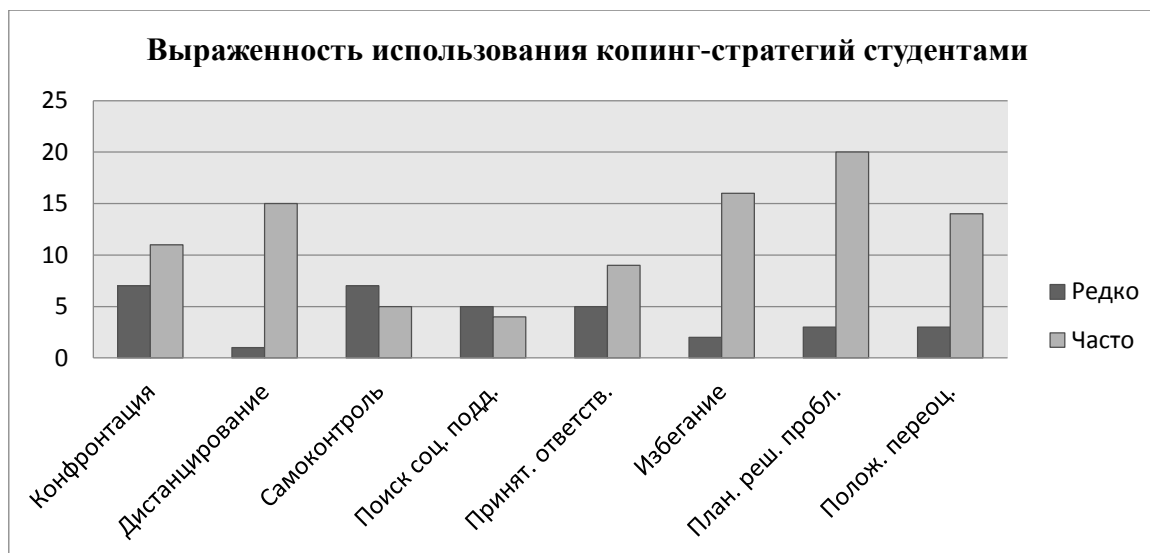


Рисунок 2 – Выраженность использования копинг-стратегий студентами-первокурсниками

Данные рисунка свидетельствуют о том, что среди наиболее часто используемых студентами видов копинг-стратегий применяются: стратегия «планирование решения проблемы» – 33,3% испытуемых, стратегия «избегание» – 26,6% испытуемых и стратегия «дистанцирование» – 25% испытуемых. Подобный выбор копинг-стратегий «избегание» и «дистанцирование», может говорить о недостаточной эмоциональности, интуитивности, нежелании самостоятельно разбираться с возникающими трудными жизненными ситуациями, использовании интеллектуальных приемов рационализации, отстранения, юмора, обесценивания, отрицания проблемы, фантазирования. Применяя стратегию «планирования», студенты активно взаимодействуют со сложившейся ситуацией и окружающими людьми. Результаты исследования по данной методике показывают, что наряду с наиболее часто используемыми видами стратегий поведения, большинство испытуемых использует разнообразные копинг-стратегии, что свидетельствует об отсутствии невротического поведения у студентов данной выборки. Так, стратегию «положительная переоценка» используют 23,3% студентов; «конфронтация» – 18,3% испытуемых; «принятие ответственности» – 15% первокурсников; «самоконтроль» – 8,3% респондентов; «поиск социальной поддержки» – 6,7% участников исследования.

Заключение. Поводя итоги полученных результатов, можно сделать выводы о том, что студенты первого курса данной выборки исследования могут предотвращать стрессовые ситуации, хотя иногда попадают под его негативное влияние. Большинство из них умеют контролировать свои эмоции, не подвержены частым сменам настроения и редко испытывают стрессовое состояние.

Разнообразные трудные ситуации, индивидуальные особенности и характеристики личности, обуславливают выбор используемых ею стратегий для преодоления стресса. Один и тот же человек способен использовать разные виды стратегий в разное время, а может применять только те, которые типичны для него. Успех применения одной стратегии в конкретной ситуации не гарантирует её эффективность в других ситуациях.

Список использованной литературы:

1. Куприянов, Р.В. Психодиагностика стресса: практикум / Р.В. Куприянов, Ю.М. Кузьмина // М-во образ. и науки РФ, Казан. гос. технол.ун-т. – Казань: КНИТУ, 2012. – 212 с.

2. Лазарус, Р.С. Теория стресса и психофизиологические исследования [Текст] / Эмоциональный стресс / Р.С. Лазарус / Под ред. Л. Лева. – Л., 1970. – 127 с.
3. Маслоу, А. Мотивация и личность. 3-е изд. / А. Маслоу, – СПб.: Питер, – 2003. – 352 с.
4. Серебрякова, Т.А. Психология стресса: Учебное пособие / Т.А. Серебрякова. – Н.Новгород: ВГИПУ, 2007. – 143 с.

Демко К.С. (Научный руководитель – Совейко Е.И.,
магистр образования, старший преподаватель)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ВОСПРИЯТИЕ СТУДЕНТАМИ ТРУДНОСТЕЙ И СПОСОБЫ РЕАГИРОВАНИЯ НА НИХ

Вопрос преодоления жизненных трудностей, является одним из актуальных в современной психологии. На протяжении всей жизни человек неизбежно попадает в сложные ситуации, которые требуют от него психологической устойчивости и умения находить выход. В каждой трудной ситуации студент оказывается перед выбором: сдаться или приложить все усилия, чтобы преодолеть их. Принятое решение в некоторой степени определяет его жизненную позицию.

Слободчиков И.М. из спектра проблем адаптации студентов к вузу выделяет: во-первых, проблему нахождения собственной ниши в новом коллективе и ситуацию взаимодействия с членами новой группы; во-вторых, изменение привычного режима функционирования; в-третьих, большие изменения связаны с перестройкой эмоциональных ощущений в рамках нового статуса, приобретением новых ролей. Однако, он обращает внимание на то, что труднее всего у студентов проходит адаптация к новым формам и методам работы (дидактическая адаптация) [1]. Целью данного исследования является рассмотрение ситуаций, которые студенты квалифицируют в качестве трудностей, и способы реагирования на них.

Материал и методы. Согласно цели, в данном исследовании были задействованы 20 студентов 3 курса специальности «Биология и химия». Трудности, с которыми встречаются студенты, были выделены в два этапа: сначала проведена беседа, затем разработана анкета, в которой необходимо было проранжировать предложенные трудности. Реагирование на трудности было исследовано с помощью «Тест-опросника диагностики механизмов психологической защиты» [2]. В исследовании применены качественные и количественные методы анализа. Математическое исследование проведено с помощью процедуры кросс-табуляции.

Результаты и их обсуждение. Результаты изучения механизмов психологической защиты показывают, что преобладающим способом является адаптивный. Он отмечен у 65% студентов. Реже встречается психотический способ защиты, регистрирующийся у 20% респондентов. Некоторые студенты (10%) проявляют инфантильный механизм защиты. Отмечен единичный случай проявления невротического механизма защиты (5%).

Трудности, выделенные студентами, мы разделили на: связанные с учёбой, социальными взаимоотношениями, восприятием себя и взаимоотношениями с родителями. Отмечено, что значимыми для большинства студентов (64%) являются сложности, связанные с социальными взаимоотношениями. В анкетировании они были представлены примерами жизненных ситуаций, с которыми могут столкнуться студенты: из-за твоего поступка весь коллектив перестал с тобой общаться; рассказал ситуацию своему другу по секрету, на следующий день о ней узнали все; на паре услышал, что тебя обсуждают