

ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООТНОШЕНИЯ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ СТУДЕНТОВ

Белая Э.Г.,

студентка 3 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь
Научный руководитель – Шмуракова М.Е., канд. психол. наук, доцент

Отношение к себе, знание и понимание себя обеспечивает адекватное поведение и оценку окружающей действительности. Успешная социальная адаптация личности невозможна без самостоятельности и веры в себя. Понимание себя, вера в свои силы создаст базу для успешного понимания и взаимодействия с окружающими людьми. Одним из значимых факторов социальной адаптации становится самоотношение личности. Самоотношение представляет собой отражение собственного отношения личности к тому, что она знает относительно себя. Самоотношение влияет на поведение человека, способ адаптации, общение. Периодом наиболее активного становления самоотношения человека, а также отдельных его компонентов считается подростковый и юношеский возраст. В юношеском возрасте существует огромная потребность, необходимость в интегрировании разных проявлений жизни своего Я. В этот период интенсивно развиваются представления о себе, способность к рефлексии, происходит обособление самооценки от оценок окружающих. При этом самоотношение в критических и стрессовых ситуациях может меняться. Некоторые исследования показывают, что в процессе профессионального обучения студентов вузов самоотношение развивается, меняется [2].

Самоотношение, наряду некоторыми другими личностными характеристиками относится к факторам, способствующим адаптации к стрессовым ситуациям независимо от характеристик этих ситуаций. Самоотношение влияет на процесс отбора стратегии совладания с неблагоприятным событием, на ключевые особенности ее использования, а также на результаты данной деятельности. Считается, что все развитие человека связано с процессами совладания, в ходе которого личность выступает не пассивным объектом, а все более активным и сознательным субъектом [1; 2]. Предлагается рассматривать стили и стратегии совладающего поведения как отдельные элементы сознательного социального поведения, с помощью которых человек справляется с жизненными трудностями.

Целью исследования явилось изучение влияния самоотношения студентов на выбор стратегии совладания с неблагоприятными событиями.

Материал и методы. Особенности самоотношения личности студентов определялись с помощью многомерного опросника исследования самоотношения С.Р. Пантеева, позволяющего оценить сферы самосознания личности, включающие различные (когнитивные, динамические, интегральные) аспекты. Копинг-стратегии изучались с помощью Опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса в адаптации Л.И. Вассермана и др. [3]. Математико-статистическая обработка результатов работы производилась с помощью пакета программ по статистической обработке данных Statistica for Windows. В исследовании приняли участие 25 студентов 3 курса факультета социальной педагогики и психологии в возрасте от 19 до 23 лет.

Результаты и их обсуждение. В результате проведенного исследования были получены следующие результаты. Исследование показало, что большинство результатов диагностики особенностей самоотношения студентов соответствуют средним статистическим значениям. В то же время, выявлен достаточно широкий круг студентов с высокой заинтересованностью в собственном Я, любви к себе, ощущением ценности собственной личности и одновременно предполагаемой ценности своего Я для других. При изучении доминирующих для студентов копинг-стратегий было выявлено, что наиболее выраженное предпочтение отдается следующим стратегиям: бегство/избегание (у 72% принявших уча-

стие в исследовании), положительная переоценка (60%). При этом выявляется редкое и умеренное использование следующих стратегий: принятие ответственности (44% и 56% соответственно), конфронтационный копинг и поиск социальной поддержки (по 12% и 60% соответственно), дистанцирование (8% и 64% соответственно).

Так же, проведенное исследование показало, что чем выше показатели самопривязанности, тем реже использование такой копинг-стратегии, как бегство/избегание ($F=3,04$; $p \leq 0,09$). Чем выше показатели по шкале самопривязанности, тем более ригидной считается Я-концепция, и тем ярче выражена тенденция сохранять свой Образ-Я независимо от его адекватности. При этом, в стрессовой ситуации такие личности не стремятся к пассивной позиции, они предпочитают активные действия, направленные на защиту Я и выход из проблемной ситуации. И, наоборот, чем ниже показатели самопривязанности, тем больше желания что-то в себе изменить, соответствовать идеальному представлению о себе, неудовлетворённости собой. В стрессовой ситуации такие студенты чаще реагируют по типу уклонения, оставляя проблему неразрешенной, что провоцирует накоплению трудностей и росту неудовлетворенности собой и окружающей ситуацией.

Заключение. Таким образом, положительное отношение ко всему, что входит в сферу Я у студентов позволяет им в неблагоприятных жизненных ситуациях выбирать и использовать эффективные копинг-стратегии, позволяющие им верить в собственные ресурсы в их преодолении и в наличие выхода в любой, даже самой сложной ситуации. Как показало исследование такие студенты предпочитают активные формы поведения, связанные с активным возмущением по отношению к трудностям.

Студенты с средними и, особенно, с низкими значениями самоотношения предпочитают неэффективные варианты поведения, включающие такие его пассивные формы как отказ от преодоления трудностей из-за неверия в свои силы или интеллектуальные ресурсы, уход от решения проблемы.

1 Пантилеев, С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С. Р. Пантилеев; МГУ им. М. В. Ломоносова, Фак. психологии, Каф. общ. психологии. - Москва: Изд-во МГУ, 1991. - 108 с.

2 Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности: Пер.с нем. / Х. Ремшмидт. - М.: Мир, 1994. - 320 с.

3 Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями: Пособие для врачей и медицинских психологов /под ред. Л.И. Вассермана - НИПНИ им. Бехтерева, Санкт-Петербург, 2009 г. - 38 с.

СТРУКТУРА СИГНАЛЬНЫХ СИСТЕМ УЧАЩИХСЯ ГУМАНИТАРНОГО ПРОФИЛЯ ОБУЧЕНИЯ

Беляева Л.С., Малеванова В.Д.,

студентки 4 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Захарова Г.А., канд. биол. наук, доцент

Профильное обучение является первой ступенью профессиональной ориентации личности. Оно приходится на подростковый возраст, когда завершается формирование основных индивидуально-типологических свойств организма, которые определяют потенциальные возможности человека. Возрастают требования к адаптационным возможностям организма подростков, обучающихся в профильных классах, возникает необходимость в дифференцированной оценке психофизиологических особенностей и выявлении их роли в изменении функционального состояния организма в процессе обучения [1].

Актуальность исследования определяется ростом требований к уровню профессиональной подготовки молодежи. Несоответствие индивидуальных психофи-