

**ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООТНОШЕНИЯ СО СТРАТЕГИЯМИ
СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СТУДЕНТОВ
МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Родионова Ольга Геннадьевна

кандидат психологических наук, доцент

Самарский филиал Московского городского педагогического университета

Самара, Россия

rodionova_olga.g@mail.ru

Крутская Светлана Владимировна

магистрант

Самарский филиал Московского городского педагогического университета

Самара, Россия

svetlana063@mail.ru

В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи самооотношения со стратегиями совладающего поведения у студентов-первокурсников медицинского университета. Авторами была обоснована актуальность обращения к теме данного исследования, сформулирована цель, дана характеристика методов исследования и выборки, проведено исследование на выявление взаимосвязи самооотношения со стратегиями совладающего поведения. Проведен статистический анализ полученных данных и сформулированы выводы. Студентам медицинского университета присуще самоуважение и аутосимпатия, а также внутренняя честность, самоуверенность, саморуководство, самопринятие, в ответ на такое восприятие самих себя окружающие люди также высоко оцениваю их личностные качества. Если студенты честны с самими собой, самоуверенны, могут руководить своими мыслями и действиями, их также положительно воспринимают окружающие, у них адекватная самооценка, при этом у них есть желание самосовершенствоваться, то они используют целый набор конструктивных копинг-стратегий. Но если у первокурсников проявляются внутренние конфликты и самообвинение, то арсенал их копинг-стратегий сужается и выбираются неконструктивные стратегии совладающего поведения. Полученные результаты будут полезны преподавателям высшей школы и психологам, которые в ходе своей профессиональной деятельности взаимодействуют со студентами.

Ключевые слова: самооотношение, копинг-стратегии, стратегии совладающего поведения, студенты медицинского университета.

**THE RELATIONSHIP OF SELF-ATTITUDE WITH COPING BEHAVIOR STRATEGIES
AMONG MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS**

Rodionova Olga Gennadievna

Candidate of Psychology, Associate Professor

Samara Branch of Moscow City University

Samara, Russian Federation

rodionova_olga.g@mail.ru

Krutskaya Svetlana Vladimirovna

3rd year undergraduate student

Samara Branch of Moscow City University

svetlana063@mail.ru

The article presents the results of an empirical study of the relationship between self-attitude and coping behavior strategies among first-year medical university students. The authors justified the relevance of addressing the topic of this study, formulated the goal, gave a description of research methods and sampling, conducted a study to identify the relationship of self-attitude with coping behavior strategies. A statistical analysis of the data obtained was carried out and conclusions were formulated. Students of the medical university are characterized by self-respect and autosympathy, as well as internal honesty, self-confidence, self-guidance, self-acceptance, in response to such a perception of themselves, the surrounding people also highly appreciate their personal qualities. If students are honest with themselves, self-confident, can guide their thoughts and actions, they are also positively perceived by others, they have adequate self-esteem, and at the same time they have a desire to improve themselves. But if first-year students show internal conflicts and self-blame, then their arsenal of coping strategies narrows and unconstructive coping strategies are chosen. The results obtained will be useful for teachers of higher education and psychologists who interact with students in the course of their professional activities.

Keywords: self-care, coping strategies, coping behavior strategies, medical university students.

Продолжительное время в психологии сохраняется интерес к такой проблеме как самоотношение. В отечественной психологии данный феномен изучали Н. И. Сарджвеладзе, И. И. Чеснокова, В. В. Столин, С. Р. Пантилеев. В работах названных ученых-исследователей дается определение понятия, разработка его теоретических положений и выделены основные компоненты в структуре самоотношения¹. Данная проблема остается актуальной, потому что нет единого подхода к определению понятия «самоотношение». Под ним понимают и самооценку², и самоуважение³, самопринятие⁴, эмоционально-ценностное отношение⁵, а также систему установок⁶.

Вопрос о *взаимосвязи самоотношения и копинг-стратегий* представляет исследовательский интерес в контексте проблемы поиска жизненных ресурсов человека. Копинг-стратегии – это поведенческие и когнитивные попытки человека справиться с особыми внутренними или внешними требованиями сложной напряженной ситуации. Основная заслуга в теоретическом осмыслении, создании классификации копинг-стратегий принадлежит Р. Лазарусу, он определяет копинг как «стремление к решению проблем, которое предпринимает индивид, если требования имеют огромное значение для его хорошего самочувствия, поскольку эти требования активируют адаптивные возможности»⁷. В отечественной психологической литературе существует дифференциация термина coping. Психологи говорят о «преодолении» (В. А. Бодров), «совладании» (Т. Л. Крюкова, В. М. Ялтонский).

Выбор копинг-стратегии определяется не только спецификой внешних условий, но и особенностями личности, ее субъективным восприятием себя и возникшей ситуации. Взаимосвязь между самоотношением и выбираемыми копинг-стратегиями существует, что подтверждается отечественными исследованиями А. В. Жигаловой (2016). Э. И. Муртазиной (2016), К. Ю. Ануфриюк и А. В. Постаниной (2019) и др.

На основании анализа научной литературы по изучаемой проблеме была выдвинута гипотеза о взаимосвязи самоотношения и копинг-стратегий студентов: при повышении пози-

¹ Бочарова 2015.

² Чернобровина 2009.

³ Пантилеев 2020.

⁴ Муртазина, Дроздикова-Зарипова, Касимова 2016.

⁵ Сарджвеладзе 2020.

⁶ Жигалова 2016.

⁷ Lazarus, Folkman 1991.

тивных показателей самооотношения испытуемые чаще используют конструктивные стратегии совладающего поведения.

В исследовании принимали участие 25 студентов-первокурсников медицинского университета лечебного факультетов в возрасте от 17 до 21 года. Для изучения поставленной проблемы использовались «Методика исследования самооотношения» (МИС) С. Р. Пантилеева; опросник проактивного совладающего поведения (методика Э. Грингласс, С. Тауберт, Р. Шварцер в адаптации Е. С. Старченковой); опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (методика С. Хобфолла в адаптации Н. Водопьяновой и Е. Старченковой). Результаты исследования были подвергнуты статистической обработке с применением корреляционного анализа Спирмена.

Проанализируем полученные результаты по методике исследования самооотношения С. Р. Пантилеева. Результаты представлены на рисунке 1.

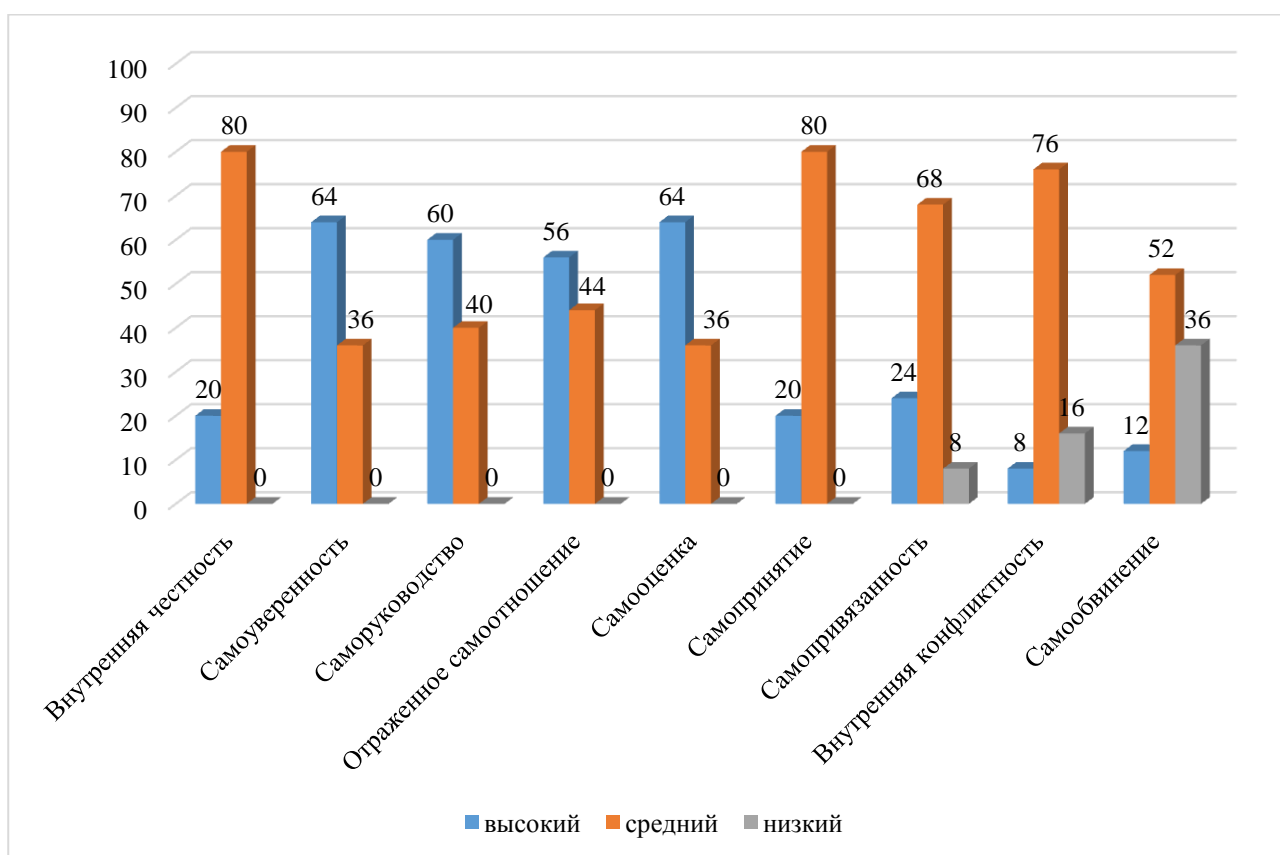


Рис 1. Самоотношение студентов по шкалам

По шкале «внутренняя честность» у 80 % студентов диагностирован средний уровень и у 20 % – высокий уровень. Это говорит о том, что большинство наших респондентов достаточно закрыты, не умеют или не хотят делиться значимыми сведениями о себе.

По шкале «самоуверенность» у 64 % студентов диагностирован высокий уровень и у 36 % – средний уровень. Из полученных результатов мы можем констатировать, что практически все студенты, принимавшие участие в нашем исследовании уверены в себе, с высоким мнением о своей персоне и не испытывают внутреннего напряжения. Они осознают свои возможности и не сомневаются в том, что способны вызывать уважение у сокурсников и преподавателей.

По шкале «саморуководство» у 60 % студентов диагностирован высокий уровень и у 40 % – средний уровень. Из полученных результатов мы можем констатировать, что практически все студенты, принимавшие участие в нашем исследовании, осознают собственное «Я» как внутренний фундамент, на который они опираются, ощущают себя «творцом своей судьбы», могут ставить чёткие цели, исходя из своих интересов и потребностей, и реализовывать намеченные планы. При этом, если у них что-то не получается, они не сваливают всю вину на обстоятельства и окружающих людей, а находят причины в своих действиях и поступках, что свидетельствует об интернальном локусе контроля.

По шкале «отраженное самоотношение» у 56 % студентов диагностирован высокий уровень и у 44 % – средний уровень. Это говорит о том, что большинство наших респондентов уверены, что и окружающие к ним относятся с тем же уважением, что и они сами к себе. Они предполагают, что однокурсники им симпатизируют, одобряют и понимают их внутренний мир, мотивы их действий и поступков.

По шкале «самоценность» у 64 % студентов диагностирован высокий уровень и у 36 % – средний уровень, также как и по шкале «самоуверенность». Из полученных результатов мы можем констатировать, что практически все студенты, принимавшие участие в нашем исследовании, заинтересованы в собственном «Я», любят себя, ощущают ценность своей личности как для самих себя, так и для однокурсников. Они осознают все богатство своего внутреннего мира, свою духовность, и, соответственно, эмоционально положительно воспринимают себя.

По шкале «самопринятие» у 80 % студентов диагностирован средний уровень и у 20 % – высокий уровень, также как и по шкале «внутренняя честность». Это говорит о том, что большинство наших респондентов принимают себя такими, как есть, полностью со всеми достоинствами и недостатками, а, судя по вышеописанным результатам, они уверены, что достоинств у них больше, чем недостатков. Удовлетворены своими потребностями, желаниями и теми планами, которые строят исходя из этих потребностей.

По шкале «самопривязанность» у 68 % студентов диагностирован средний уровень, у 24 % высокий уровень и у 8 % – низкий уровень. Если по предыдущим шкалам низкий уровень не был диагностирован ни у одного студента, то по данной шкале, нами были выявлены респонденты, неудовлетворенные собой, с желанием изменений в себе некоторых свойств и качеств характера и стремлением приблизиться к своему собственному идеальному представлению. У большинства респондентов выявлены средние значения по данной шкале и, исходя из этого, мы можем говорить о том, что части студентов свойственна определенная ригидность, нежелание меняться, так как они полностью собой удовлетворены, что в свою очередь может свидетельствовать о проявленности защитного механизма личности.

По шкале «внутренняя конфликтность» у 76 % студентов диагностирован средний уровень, у 16 % – низкий уровень и у 8 % – высокий уровень. Из полученных данных мы можем констатировать, что у небольшой части студентов имеются внутриличностные конфликты, тревожные переживания и недовольство собой, что может привести к снижению активности, инициативности, саморефлексия только усугубляет негативные эмоциональные переживания. В противоположность данной группе студентов у части респондентов диагностированы низкие значения, которые приводят к другой крайности – к отрицанию проблем, замкнутости и защитному самодовольству. У большинства же наших респондентов наблюда-

ется хороший уровень сформированности рефлексии, осознании своих трудностей и адекватном мнении о самом себе.

По шкале «самообвинение» у 52 % студентов диагностирован средний уровень, у 36 % – низкий уровень и у 12 % – высокий уровень. Две последние шкалы связаны друг с другом. Несколько студентов склонны к самообвинению, даже при высокой оценке качеств своей личности. Но большинству наших респондентов самообвинение чуждо.

Подводя итог по полученным результатам по данной методике, мы можем констатировать, что нашим респондентам свойственно самоуважение и аутосимпатия.

Перейдем к анализу полученных нами результатов по опроснику проактивного совладающего поведения, результаты представлены на рисунке 2.

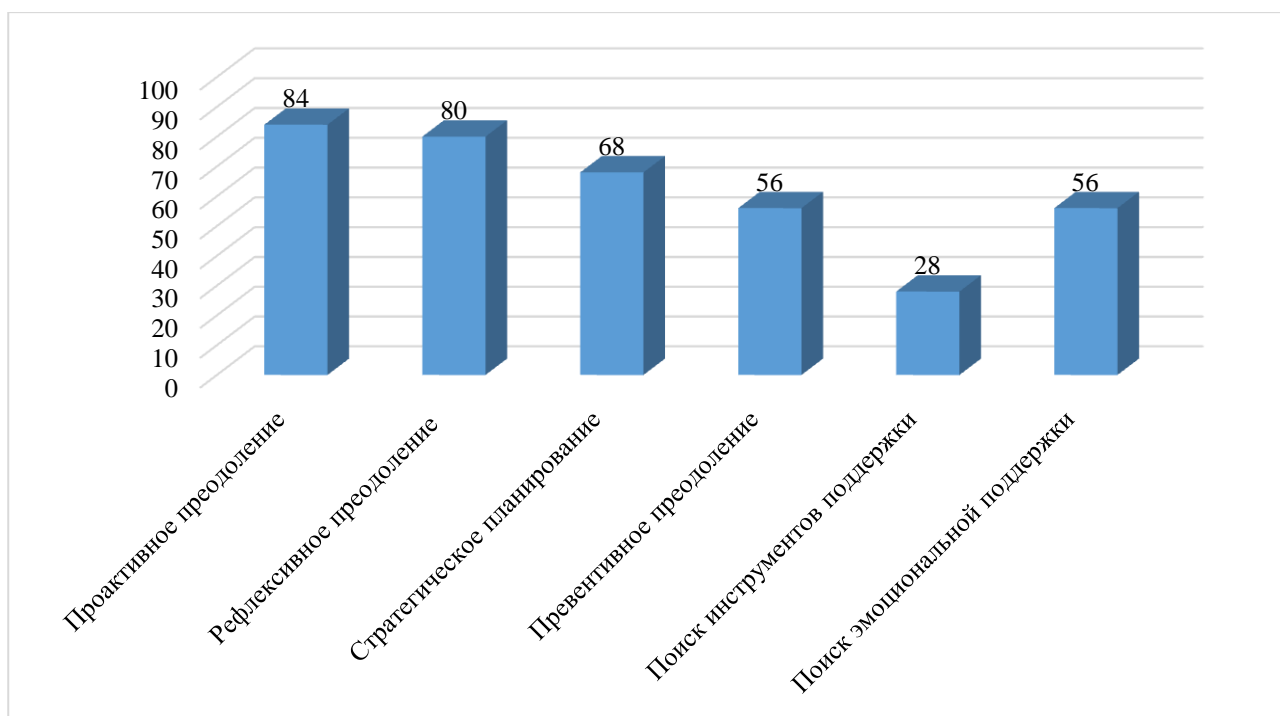


Рис. 2. Проактивное совладающее поведение первокурсников

Результаты наших респондентов расположились в следующем порядке: проактивное преодоление диагностировано у 84 % первокурсников, рефлексивное преодоление – у 80 % студентов, стратегическое планирование – у 68 %, превентивное преодоление и поиск эмоциональной поддержки – по 56 % участников исследования, поиск инструментальной поддержки – у 28 %.

Из вышеперечисленных результатов мы можем констатировать, что большинство студентов могут ставить перед собой цели и регулировать свои мысли и действия на пути реализации целей. Они могут опираться и находить у себя необходимые ресурсы для саморазвития и достижения желаемого результата. Могут видеть несколько альтернативных путей по достижению поставленных целей и выбирать самый эффективный вариант из имеющихся. Также могут оценивать возможные стресс-факторы, прогнозировать результат своих действий, выбирать способы действий с опорой на имеющиеся ресурсы. Наши респонденты могут составлять дерево целей, то есть делить глобальные цели на более мелкие и реальные, что делает их более достижимыми. Как уже говорилось ранее, они могут предвидеть воз-

возможные стрессоры и планировать действия по их нейтрализации, например придерживаться здорового образа жизни, участвовать в инвестиционных проектах и т. п. Обращаются к эмоциональной поддержке ближайшего социального окружения. Меньше всего в ситуации стресса могут получать информационную поддержку от окружающих.

Продолжим анализ проведенного нами исследования и обратимся к рассмотрению данных по опроснику «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций». Результаты представлены на рисунке 3.



Рис. 3. Стратегии преодолевающего поведения, используемые студентами

Проранжируем модели поведения, предпочитаемые нашими респондентами: отмечается самая высокая степень выраженности такой модели, как поиск социальной поддержки, избегание, осторожные действия, агрессивные действия, асоциальные и импульсивные, ассертивные действия, социальное взаимодействие и манипулятивные действия. Перечисленные модели поведения укладываются в следующие стратегии преодолевающего поведения: просоциальную, пассивную, асоциальную, прямую, активную и непрямую. Полученным результатам можно дать объяснение с опорой на данные, полученные в предыдущей методике: студенты-первокурсники предпочитают просчитывать возможные стрессовые ситуации и строить свой план действия в обход им.

Выбираемые нашими респондентами модели поведения помогают преодолевать стрессовые ситуации, с которыми сталкиваются в процессе обучения в медицинском университете, выбирая конструктивные стратегии.

Значимые взаимосвязи между показателями самооценки и выбираемыми копинг-стратегиями испытуемых представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты математического анализа (выборочные данные)

Шкалы самооотношения		Внутренняя честность	Самоуверенность	Саморуководство	Отраженное самоотношение	Самооценка	Самопривязанность	Внутренняя конфликтность	Самообвинение
Копинг-стратегии									
Проактивное преодоление	R	,440*	,720**	,631**	,634**	,595**	,421*	-,841**	-,728**
	p	,028	,000	,001	,001	,002	,036	,000	,000
Рефлексивное преодоление	R	,424*	,582**	,380	,776**	,406*	,484*	-,573**	-,372
	p	,034	,002	,061	,000	,044	,014	,003	,067
Стратегическое планирование	R	,291	,339	,262	,506**	,347	,245	-,383	-,199
	p	,158	,097	,206	,010	,089	,237	,059	,340
Превентивное преодоление	R	,480*	,534**	,564**	,667**	,578**	,512**	-,455*	-,364
	p	,015	,006	,003	,000	,002	,009	,022	,074
Поиск эмоциональной поддержки	R	,428*	,289	,465*	,332	,477*	,385	-,331	-,310
	p	,033	,161	,019	,105	,016	,057	,106	,132
Ассертивные действия	R	,476*	,625**	,594**	,569**	,676**	,355	-,774**	-,834**
	p	,016	,001	,002	,003	,000	,081	,000	,000
Поиск социальной поддержки	R	,223	,138	,180	,296	,420*	,289	-,102	-,111
	p	,284	,512	,390	,151	,036	,162	,626	,596
Осторожные действия	R	-,240	-,425*	-,327	-,147	-,379	-,129	,420*	,499*
	p	,247	,034	,110	,483	,062	,538	,037	,011
Избегания	R	-,366	-,386	-,538**	-,270	-,556**	-,205	,418*	,368
	p	,072	,057	,006	,192	,004	,325	,037	,071
Общий ИК	R	,489*	,349	,487*	,410*	,599**	,408*	-,365	-,435*
	p	,013	,087	,013	,042	,002	,043	,073	,030

В ходе математической статистики нами были установлены значимые положительные и отрицательные корреляционные связи между шкалами самооотношения и копинг-стратегиями:

Положительные статистически значимые связи на уровне тенденции были установлены между шкалой «внутренняя честность» и такими копинг-стратегиями, как проактивное преодоление ($r=0,440$; $p\leq 0,05$); рефлексивное преодоление ($r=0,424$; $p\leq 0,05$); превентивное преодоление ($r=0,480$; $p\leq 0,05$); поиск эмоциональной поддержки ($r=0,428$; $p\leq 0,05$); ассертивные действия ($r=0,476$; $p\leq 0,05$); общий индекс конструктивности ($r=0,489$; $p\leq 0,05$).

Положительные статистически значимые связи были установлены между шкалой «самоуверенность» и такими копинг-стратегиями, как проактивное преодоление ($r=0,720$; $p\leq 0,01$); рефлексивное преодоление ($r=0,582$; $p\leq 0,01$); превентивное преодоление ($r=0,534$; $p\leq 0,01$); ассертивные действия ($r=0,625$; $p\leq 0,01$); а со стратегией «осторожные действия» отрицательная связь на уровне тенденции ($r=-0,425$; $p\leq 0,05$).

Положительные статистически значимые связи были установлены между шкалой «саморуководство» и такими копинг-стратегиями, как проактивное преодоление ($r=0,631$; $p\leq 0,01$); превентивное преодоление ($r=0,564$; $p\leq 0,01$); поиск эмоциональной поддержки ($r=0,465$; $p\leq 0,05$); на уровне тенденции – ассертивные действия ($r=0,594$; $p\leq 0,05$); отрицательная связь с моделью поведения «избегания» ($r=-0,538$; $p\leq 0,01$); положительная связь на уровне тенденции – общий индекс конструктивности ($r=0,487$; $p\leq 0,05$).

Положительные статистически значимые связи были установлены между шкалой «отраженное самоотношение» и такими копинг-стратегиями, как проактивное преодоление ($r=0,634$; $p\leq 0,01$); рефлексивное преодоление ($r=0,776$; $p\leq 0,01$); стратегическое планирование ($r=0,506$; $p\leq 0,01$); превентивное преодоление ($r=0,667$; $p\leq 0,01$); ассертивные действия ($r=0,569$; $p\leq 0,01$); на уровне тенденции с общим индексом конструктивности ($r=0,410$; $p\leq 0,05$).

Положительные статистически значимые связи были установлены между шкалой «самооценка» и такими копинг-стратегиями, как проактивное преодоление ($r=0,595$; $p\leq 0,01$); на уровне тенденции с рефлексивным преодолением ($r=0,406$; $p\leq 0,05$); превентивное преодоление ($r=0,578$; $p\leq 0,01$); поиск эмоциональной поддержки ($r=0,477$; $p\leq 0,05$); ассертивные действия ($r=0,676$; $p\leq 0,01$); на уровне тенденции с моделью поведения «поиск социальной поддержки» ($r=0,420$; $p\leq 0,05$); отрицательная корреляционная связь с моделью поведения «избегания» ($r=-0,556$; $p\leq 0,01$); общий индекс конструктивности ($r=0,599$; $p\leq 0,01$).

Положительные корреляционные связи на уровне тенденции были установлены между шкалой «самопривязанность» и такими копинг-стратегиями, как проактивное преодоление ($r=0,421$; $p\leq 0,05$); рефлексивное преодоление ($r=0,484$; $p\leq 0,05$); общий индекс конструктивности ($r=0,408$; $p\leq 0,05$); на уровне статистической значимости с моделью поведения «превентивное преодоление» ($r=0,512$; $p\leq 0,01$).

Отрицательные и положительные статистически значимые корреляционные связи были установлены между шкалой «внутренняя конфликтность» и такими копинг-стратегиями, как проактивное преодоление ($r=-0,841$; $p\leq 0,01$); рефлексивное преодоление ($r=-0,573$; $p\leq 0,01$); превентивное преодоление на уровне тенденции ($r=-0,455$; $p\leq 0,05$); ассертивные действия ($r=-0,774$; $p\leq 0,01$); осторожные действия на уровне тенденции ($r=0,420$; $p\leq 0,05$); избегания на уровне тенденции ($r=0,418$; $p\leq 0,05$).

Отрицательные и одна положительная статистически значимые корреляционные связи были установлены между шкалой «самообвинение» и такими копинг-стратегиями, как проактивное преодоление ($r=-0,728$; $p\leq 0,01$); ассертивные действия ($r=-0,834$; $p\leq 0,01$); осторожные действия – положительная связь на уровне тенденции ($r=0,499$; $p\leq 0,05$); общий индекс конструктивности на уровне тенденции ($r=-0,435$; $p\leq 0,05$).

Таким образом, если студенты честны с самими собой, самоуверенны, могут руководить своими мыслями и действиями, их также положительно воспринимают окружающие, у них адекватная самооценка, при этом у них есть желание самосовершенствоваться, то они используют целый набор конструктивных копинг-стратегий. Но если у первокурсников проявляются внутренние конфликты и самообвинение, то арсенал их копинг-стратегий сужается и выбираются неконструктивные стратегии совладающего поведения.

Литература / References

1. *Адамова Л. Е.* Изменение самоотношения личности в ситуациях успеха и неуспеха в учебной и профессиональной деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Ставрополь, 2003. 24 с.
2. *Ануфриюк К. Ю., Постанина А. В.* Самоотношение в связи с защитносовладающим поведением в юношеском возрасте // Молодой ученый. 2019. № 26.
3. *Бочарова Е. Е.* Стратегии совладающего поведения личности различных возрастных групп // Russian Journal of Education and Psychology. 2015. № 5(49). С. 580–589.
4. *Жигалова А. В.* Исследование взаимосвязи копинг-стратегий и особенностей самоотношения людей ограниченными возможностями: автореф. магистер. раб.: 37.04.01. Саратов, 2016. 217 с.
5. *Кочеткова Т. Н.* Специфика видов самоотношения личности в зависимости от выраженности эмоциональных и когнитивных компонентов: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Хабаровск, 2003. 24 с.
6. Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями: пособие для врачей и медицинских психологов / под ред. *Л. И. Вассермана*. СПб., 2009. 38 с.
7. *Муртазина Э. И., Дроздикова-Зарипова А. Р., Касимова Р. Ш.* Взаимосвязь самоотношения и копинг-стратегий в юношеском возрасте // Проблемы современного педагогического образования. Серия: Педагогика и психология. 2016. Вып. 51, ч. 7. С. 368–374.
8. *Пантилеев С. Р.* Самоотношение // Психология самосознания: хрестоматия. Самара: Бахрах-М, 2020. С. 208–242.
9. *Сарджвеладзе Н. И.* Самоотношение личности // Психология самосознания: хрестоматия / ред.-сост. *Д. Я. Райгородский*. Самара: Бахрах-М, 2020. С. 174–207.
10. *Слабко Т. К., Чернявская В. С.* Особенности самоотношения у студентов с разными уровнями адаптированности к вузу // Концепт: научно-методический электронный журнал. 2016. № S11. С. 54–60. URL: <http://ekoncept.ru/2016/76135.htm> (дата обращения: 10.03.2023).
11. *Степанова Н. В., Наквасина С. Н.* Самоотношение и жизненная удовлетворенность у студентов медицинского вуза // Концепт: научно-методический электронный журнал. 2017. № 5. С. 37–42. URL: <http://ekoncept.ru/2017/170101.htm> (дата обращения: 10.03.2023).
12. *Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002. 490 с.
13. *Чернобровина А. Н.* Взаимосвязь самоотношения и помех в установлении эмоциональных контактов в юношеском возрасте // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. 2009. № 2. С. 68–73.
14. *Шагалина М. Н.* Особенности копинг-поведения в юношеском возрасте // Международный студенческий научный вестник. 2018. № 5.
15. *Drozdikova-Zaripova A. R., Kalatskaya N. N., Kostyunina N. Yu.* The Research of Educational Motivation of Working and Nonworking Russian Students // Review of European Studies. Vol. 7, No. 5. 2015. P. 108–118.
16. *Lazarus R. S., Folkman S.* The concept of coping // *Monat A., Lazarus R. S.* Stress and Coping. NY, 1991. P. 189–206.