

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2020, №5, Том 8 / 2020, No 5, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-5-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/16PSMN520.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Никольская О.Б., Фомина Л.Б., Шкляев В.В., Каратаева Т.Ю. Особенности совладающего поведения у студенток с различным уровнем агрессивности при обучении в условиях самоизоляции // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №5, <https://mir-nauki.com/PDF/16PSMN520.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Nikol'skaya O.B., Fomina L.B., Shklyayev V.V., Karataeva T.Yu. (2020). Features of coping behavior in female students with different levels of aggressiveness when studying in self-isolation. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 5(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/16PSMN520.pdf> (in Russian)

УДК 159.92

ГРНТИ 15.81.21

Никольская Олеся Борисовна

ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет», Челябинск, Россия
Высшая школа физической культуры и спорта
Старший преподаватель кафедры «Физического воспитания»
E-mail: nikolskayaob@cspu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4681-7695>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=836542

Фомина Лариса Борисовна

ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет», Челябинск, Россия
Высшая школа физической культуры и спорта
Старший преподаватель кафедры «Физического воспитания»
E-mail: fominalb@cspu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6714-9809>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=834708

Шкляев Владислав Витальевич

ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет», Челябинск, Россия
Высшая школа физической культуры и спорта
Старший преподаватель кафедры «Физического воспитания»
E-mail: shklyayevvv@cspu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0271-7091>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=876795

Каратаева Татьяна Юрьевна

ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет», Челябинск, Россия
Высшая школа физической культуры и спорта
Старший преподаватель кафедры «Физического воспитания»
E-mail: nikolskayaob@cspu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4872-2382>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=835980

Особенности совладающего поведения у студенток с различным уровнем агрессивности при обучении в условиях самоизоляции

Аннотация. Объявленный во втором квартале 2020 года режим самоизоляции, в том числе и обучающихся, привел к возникновению ряда изменений жизненного уклада, выраженных преимущественно в организационном стрессе. Соответственно актуализировались различные копинг-стратегии, обуславливающие поведенческие реакции студентов в условиях ограничения и изменения режимных моментов, в том числе двигательной активности более, чем на три месяца. Очевидно, что при определении места копинг-стратегий в обеспечении результативности деятельности и саморегуляции необходимо учитывать различные ситуативные и личностные факторы. В статье представлены результаты обследования 423-х студенток с первого по третий курс, обучающихся в педагогическом вузе. В качестве методического обеспечения исследования использовались методы самооценки психических состояний: тревожности, фрустрации, агрессивности и ригидности; опросник COPE «Совладание со стрессом». Достоверность различий показателей совладающего поведения у студенток с различным уровнем агрессивности определяли, применяя непараметрический U-критерий Манна-Уитни. Установлено, что независимо от курса обучения ведущими копинг стратегиями у студенток, обучающихся в условиях самоизоляции являлись «Позитивное переформулирование и личностный рост», «Активное совладание» и «Планирование»; редко выбираемый вариант совладания со стрессом – «Использование успокоительных». На фоне конструктивных способов преодоления стресса при дифференциации студенток на группы с различным проявлением агрессивности, выявлены следующие особенности. Студентки с высоким уровнем проявления агрессивности значительно чаще концентрируются на эмоциях и их активном выражении в ситуации стресса (F3), чем их менее агрессивные сверстницы. Студентки второго и третьего курсов, демонстрирующие высокий уровень агрессивности значительно чаще предпочитают демонстрировать стратегию концентрации на негативных эмоциях и их активном выражении в ситуации стрессового воздействия (F3), «Отрицание» (F6) и использование «успокоительных» (F12) при сравнении этих же копинг-стратегий у студенток со «средним» уровнем агрессивности. Результаты настоящего исследования актуализируют проблему профилактики фрустрации и агрессии в среде студенческого взаимодействия.

Ключевые слова: совладающее поведение; стресс; студенты; агрессивность; курсы обучения; самоизоляция

Введение

Известно, что «жизнь может существовать только в процессе движения через живое тело потоков вещества, энергии, информации» (закон сохранения жизни Ю.Н. Куражковского). Указанные потоки, их качественно-количественные характеристики, нормативные значения, концентрации и уровни обобщены в факторы, регламентируемые различного рода нормативной документацией. Однако, интенсивность и объем воздействия факторов среды часто носит экстремальный характер, особенно по отношению к представителям учебно-профессиональной деятельности – обучающейся молодежи [1; 2]. Факторы образовательной среды определяют достаточно высокие требования к обучающемуся независимо от степени его образования. Согласно физиологической классификации трудового процесса умственный труд учащихся и студентов, связанный с интенсивным восприятием и переработкой большого количества информации, осуществляется в условиях частых стрессовых ситуациях [3]. Последние вызваны, характерными для образовательной среды условиями: дефицитом времени, постоянной трансформацией информационной среды, периодическими экзаменационными стрессами, постоянной ответственностью за принимаемые решения. При этом, связь между факторами воздействия и состоянием здоровья обучающихся очевидна с позиций оценки их качества жизни (потребности, мотивация, отношение).

Безусловно, негативные последствия взаимодействия в системе «образовательная среда – обучающийся» должны и компенсируются защитными механизмами: физиологическими, психофизиологическими, психологическими – в частности, адаптивными стратегиями преодоления стрессов. Копинг стратегия или совладающее поведение определяется как «целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией (стрессом) способами, адекватными личностным особенностям и ситуации» [4].

В литературе вопросы формирования и проявления копинг стратегий учащейся молодежи изучены достаточно подробно. Доказано, что эффективность копинг-стратегий зависит от переживаемого стресса и контролируемости ситуации [5]. Определены половые различия совладающего поведения. Так, девушки более склонны прибегать к стратегиям фокусировки на эмоциях, получения эмоциональной и социальной поддержки [6]; пытаются отвлечься от неприятных мыслей, связанных с проблемой, не думать о проблеме вообще, либо обращаться к религии. Юноши осмысливают стрессовую ситуацию в позитивном свете, осуществляя рациональный анализ проблемы [7].

Совладание со стрессом у студентов со сниженным уровнем стрессоустойчивости достоверно чаще реализуется в виде обращения к религии, использования деструктивного стиля юмора – агрессивного по сравнению со студентами с нормальным уровнем стрессоустойчивости [8]. Особенности проявления копинг стратегий определяются и возрастом студентов. Показано, что у первокурсников только формируется проблемно-ориентированное поведение в стрессовых ситуациях, а стратегии планирования решения проблемы и самоконтроль не являются доминирующими [9].

Описаны особенности совладающего поведения у студентов, обучающихся в различных по направленности (профилю) университетах [10–12]; а также представителей различных этносов [13; 14].

С точки зрения здоровьесбережения и психологической безопасности эффективными стратегиями совладания с трудностями считают веру, поиск поддержки, рациональные действия, выражение чувств, адаптацию и юмор.

Считаем, что исследование совладающего поведения у студентов с различным уровнем агрессивности актуально с позиций адекватных коррекции и формирования «soft skills» – надпрофессиональных компетенций – личных качеств, направленных на достижение успешного, эффективного взаимодействия с другими специалистами [15].

Цель исследования. Выявить особенности совладающего поведения у студенток с различным уровнем агрессивности при обучении в условиях самоизоляции.

Материалы и методы исследования

Настоящее обследование проводилось с помощью ресурса Google forms в рамках выполнения студентами учебных заданий в период дистанционного обучения в конце учебного года (предсессионный период). Всего приняло участие 423 студентки педагогического вуза с первого по третий курс обучения: 1 курс – 102; 2 курс – 161; 3 курс – 160 человек. Известно, что предсессионный период (май) характеризуется повышенной напряженностью деятельности на фоне развивающегося утомления у студентов. Кроме того, сложившаяся на данный период ситуация неопределенности и тревоги, вызванная условиями самоизоляции населения, объективно усугубила общее психическое состояние обучающихся.

С целью выявления особенностей совладающего поведения у студенток с различным уровнем агрессивности применены следующие методики:

1. «ТФАР» – комплексная методика изучения психических состояний, а именно тревожности, фрустрации, агрессивности и ригидности [16]. Уровень проявления указанных состояний определялся по одноименным шкалам согласно, представленными в методике критериям оценивания.

2. Опросник «COPE – совладание со стрессом» [5]. В отличие от других методик оценки копинг-стратегий опросник COPE может быть использован как для диагностики ситуационных стратегий преодоления трудностей, так и лежащих в их основе диспозиционных стилей, в зависимости от того, предлагается ли респондентам связывать ответы со своими обычными способами реагирования или со специфическими трудными ситуациями [6]. В статье данные, полученные в результате тестирования студентов по методике COPE, представлены в виде профиля с указанием по оси абсцисс следующих факторов: F1 – Позитивное переформулирование и личностный рост; F2 – Мысленный уход от проблемы; F3 – Концентрация на эмоциях и их активное выражение; F4 – Использование инструментальной социальной поддержки; F5 – Активное совладание; F6 – Отрицание; F7 – Обращение к религии; F8 – Юмор; F9 – Поведенческий уход от проблемы; F10 – Сдерживание; F11 – Использование эмоциональной социальной поддержки; F12 – Использование «успокоительных»; F13 – Принятие; F14 – Подавление конкурирующей деятельности; F15 – Планирование.

В результате тестирования все студентки были разделены на группы с различным уровнем проявления агрессивности (рисунок 1).

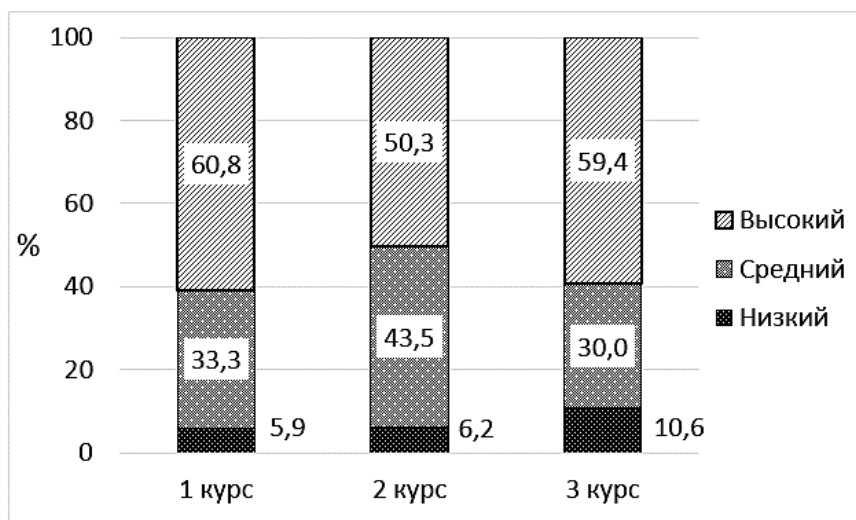


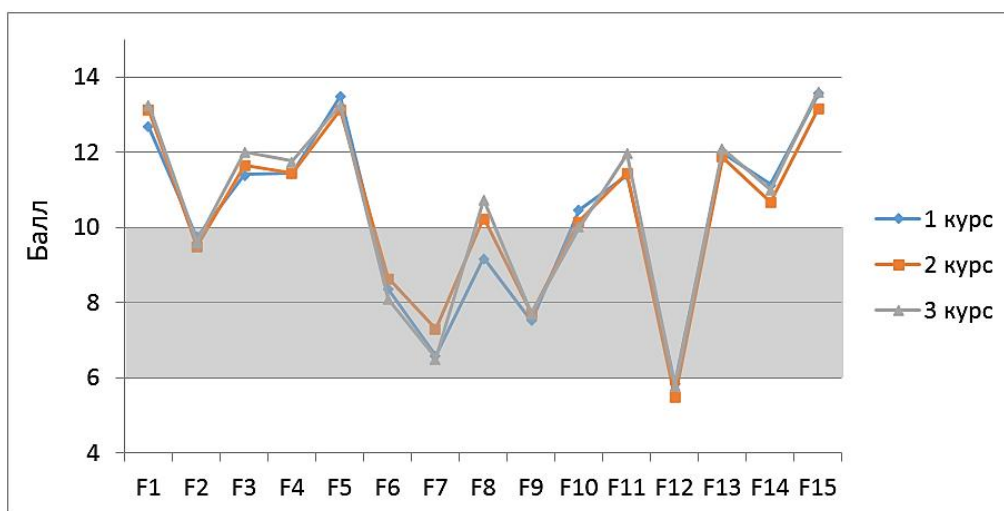
Рисунок 1. Распределение студенток 1–3 курсов обучения по уровням проявления агрессивности, %

Сравнительная характеристика стратегий совладания со стрессом проводилась со студентками, демонстрирующими средний и высокий уровни агрессивности. Так как доля студенток с низким уровнем проявления агрессивности независимо от курса обучения составляла менее 10 %, то принято решение исключить эту когорту из анализа оценки стратегий совладания. Такие студентки не находятся в условной группе риска, т. к. обучение в условиях самоизоляции, вероятно, не вызывают у них выраженной напряженности (проявляющейся в т.ч. и в повышенной агрессивности). Низкий уровень проявления агрессивности часто является результатом системы эффективного социального контроля на нескольких уровнях – общества, семьи и малых групп, самой личности. Этот контроль детерминирован сформированностью у таких студенток относительно совершенного уровня самоконтроля, саморегуляции поведения, что свойственно, например спортсменам.

Математико-статистическая обработка полученного материала проводилась с использованием программного обеспечения SPSS v.19. Рассчитывали среднюю арифметическую (M) и ее ошибку ($\pm m$). Степень достоверности различий определяли, применяя U-критерий Манна-Уитни; значимыми считали уровень $p \leq 0,05$. Графический анализ результатов исследования проводили с помощью табличного процессора Excel пакета Microsoft Office 2016.

Результаты исследования

Анализ стратегий поведения студенток педагогического вуза вне зависимости от курса обучения позволяет выявить ведущие (предпочтительные) варианты преодоления стресса (рисунок 2).



Примечание: серый фон – границы «среднего» уровня; ось абсцисс здесь и на последующих рисунках – факторы совладания: F1 – Позитивное переформулирование и личностный рост; F2 – Мысленный уход от проблемы; F3 – Концентрация на эмоциях и их активное выражение; F4 – Использование инструментальной социальной поддержки; F5 – Активное совладание; F6 – Отрицание; F7 – Обращение к религии; F8 – Юмор; F9 – Поведенческий уход от проблемы; F10 – Сдерживание; F11 – Использование эмоциональной социальной поддержки; F12 – Использование «успокоительных»; F13 – Принятие; F14 – Подавление конкурирующей деятельности; F15 – Планирование

Рисунок 2. Профиль стратегий совладания со стрессом у студенток 1–3 курса обучения

Обращают внимание способы защиты с формулировками вопросов, на которые студентки давали ответ «часто» или «иногда». Так, соответствуют высокому уровню стратегии «Позитивное переформулирование и личностный рост», «Активное совладание» и «Планирование». Редко выбираемый вариант совладания со стрессом у обследованных студенток – «Использование успокоительных».

Эмоциональная составляющая копинга, характерная для социально ориентированных программ обучения (в том числе и педагогической направленности) часто отражается в следующих выборах студенток: «Концентрация на эмоциях и их активное выражение» (F3), «Использование эмоциональной и инструментальной социальной поддержки» (F4; F11). Относительно часто наблюдается еще один «конструктивный» вариант защиты, когда студентки соглашаются и принимают условия стрессовой ситуации (F13). С одной стороны, – это реализация пассивного типа поведения, с другой – способность спокойно отнестись к кризисному моменту.

Сравнительная оценка профиля стратегий совладания со стрессом у студенток с различным уровнем агрессивности, обучающихся первого курса в целом соотносится с

указанными выше тенденциями. Однако студентки с высоким уровнем проявления агрессивности значительно чаще ($U = 671$ при $p = 0,003$) концентрируются на эмоциях и их активном выражении в ситуации стресса (F3), чем их менее агрессивные сверстницы (рисунок 3).

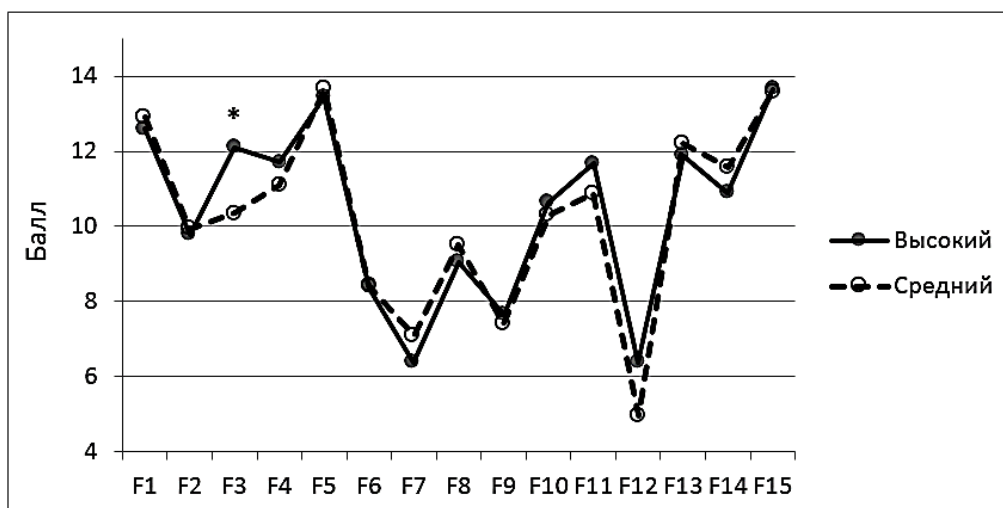


Рисунок 3. Профиль стратегий совладания со стрессом у студенток с различным уровнем агрессивности, обучающихся первого курса

Можно предположить, что данная копинг-стратегия «агрессивных» студенток – первокурсниц, в которой внимание акцентируется на негативных эмоциях, не помогает в борьбе со стрессом, а, наоборот, больше усугубляет ситуацию.

При сохраненном профиле копинг-стратегий (по сравнению со студентками первого курса) становятся более заметными различия между выборами способов защит у студенток с различным уровнем агрессивности к концу второго года обучения (рисунок 4).

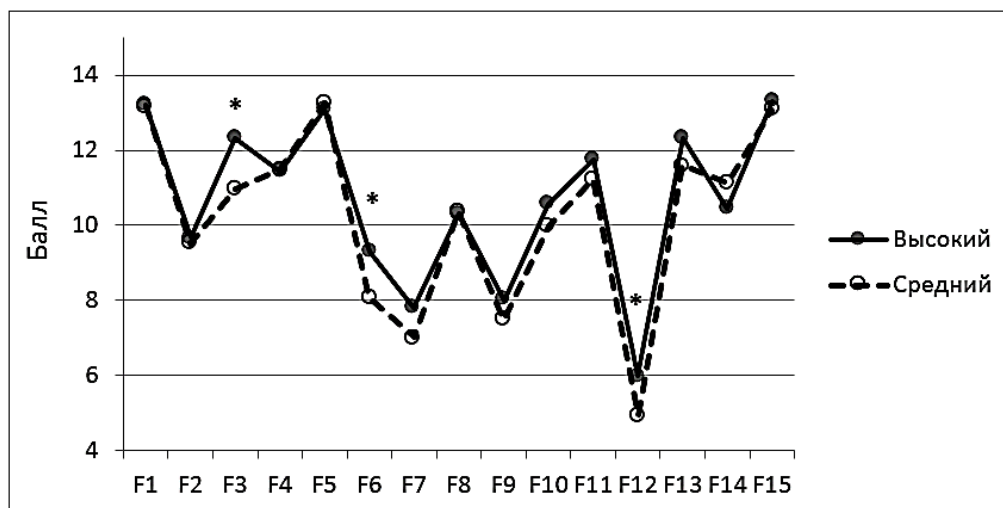


Рисунок 4. Профиль стратегий совладания со стрессом у студенток с различным уровнем агрессивности, обучающихся второго курса

Второкурсницы с высоким уровнем агрессивности значительно чаще, чем их менее агрессивные сверстницы ($U = 2069,5$ при $p = 0,006$) предпочитают демонстрировать стратегию концентрации на негативных эмоциях и их активном выражении в ситуации стрессового воздействия (F3). Отмечается также значимый прирост стратегий «Отрицание» (F6) и использование «успокоительных» (F12) при сравнении этих же копинг-стратегий у студенток

со «средним» уровнем агрессивности ($U = 2167$ при $p = 0,017$ и $U = 2238,5$ при $p = 0,012$, соответственно).

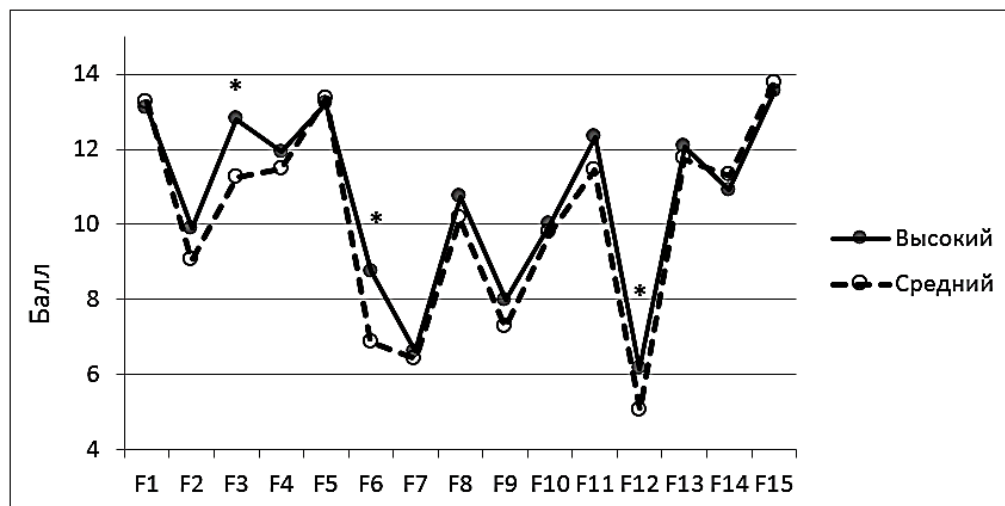


Рисунок 5. Профиль стратегий совладания со стрессом у студенток с различным уровнем агрессивности, обучающихся третьего курса

К концу третьего года обучения у студенток сохраняется и общий профиль копинг-стратегий, и выявленные особенности, характерные для второкурсниц-студенток с «высоким» уровнем агрессивности. Фокусирование на негативных эмоциях (F3), активное их выражение ($U = 1573$ при $p = 0,002$), казалось бы, свойственное агрессивным личностям, не способствует решению проблемы (конфликта, напряженности деятельности). Такие способы защиты от стресс-ситуаций, как ее отрицание, непринятие и недоверие (F6) к концу третьего года студентками с высокой агрессивностью выбираются значительно чаще, чем их сверстницами со средним уровнем проявления агрессивных реакций ($U = 1327$ при $p = 0,001$). С точки зрения здоровьесбережения на третьем курсе отмечается «закрепление» негативной тенденции в использовании студентками «успокоительных» (F12), как способа ухода от проблемы. Причем студентки с «высоким» уровнем агрессивности выбирают этот способ сравнительно чаще ($U = 1794$ при $p = 0,018$).

Обсуждение

Очевидно, что при определении места копинг-стратегий в обеспечении результативности деятельности и саморегуляции необходимо учитывать различные ситуативные и личностные факторы [5]. В нашем случае ситуация самоизоляции (он-лайн обучение и необходимость выполнять большой объем учебных заданий) привела к возникновению ряда изменений, выраженных преимущественно в организационном стрессе. Соответственно актуализировались различные копинг-стратегии, обуславливающие поведенческие реакции студентов в условиях ограничения и изменения режимных моментов, в том числе двигательной активности более, чем на три месяца. Такие условия способствуют повышению чувствительности к стрессогенным условиям деятельности.

По мере снижения стрессоустойчивости студенток усиливается мысленный и поведенческий уход от стрессовой проблемы, усиливается отрицание проблем. Снижается вероятность планирования новых стратегий, возрастает частота агрессивных реакций [8].

Отмечая, некоторые закономерности в проявлении совладающего поведения, а именно склонность студенток прибегать к стратегиям фокусировки на эмоциях, получения эмоциональной поддержки и использования социальной поддержки, следует отметить

факторы, действие которых усугубляет развитие деструктивных стратегий, инициирует проявление негативных способов защиты от стресса. Однако эти факторы объективны: пол, возраст (курс обучения) и уровень агрессивности.

Студентки-первокурсницы, как правило, проявляют высокую толерантность в общении, ориентируются на соблюдение правил и демонстрируют промежуточный (неопределенный) тип мотивации к обучению [17]. Кумуляция указанных эффектов на фоне развивающейся фрустрации проявляется в том числе и в деструктивных агрессивных реакциях, поведении, в целом. Так, если в конце первого года обучения значимым отличием у «агрессивных» студенток была стратегия, характеризующая фокусирование на негативных эмоциях (F3), то в конце второго курса указанная копинг-стратегия у таких студенток дополнилась отрицанием, неприятием и недоверием (F6). Использование студентками «успокоительных» как способа совладания со стрессом – еще один вариант разрешения проблем. К сожалению, успокоительный эффект, часто вызывают психоактивные агенты (табак, алкоголь).

Копинг-стратегии, отличающие «агрессивных» студенток, сохраняются и к концу третьего года обучения. Выявленные нами особенности совладающего поведения у студенток в целом поддерживаются подобными результатами, полученными на контингенте студентов при адаптации опросника COPE [6]. У студентов вузов психологических специальностей интенсивность использования эмоциентрированного копинга выше, чем у студентов вузов непсихологических специальностей [11]. Авторы, определяя причины доминирующего копинга, указывают на высокий уровень напряженности деятельности – оптимального состояния для эффективной когнитивной деятельности, но индуцирующего у студентов различные уровни утомления (включая переутомление). В поведенческой сфере у студентов медицинского вуза отмечается напряжение неадаптивных копинг-механизмов: «компенсация» и «отвлечение». По мнению авторов, незрелость эмоциональной сферы студентов проявляется напряженностью таких копинг-механизмов, как «эмоциональная разрядка», «агрессивность» и «подавление эмоций». Полученные результаты указывают на наличие дезадаптации студентов к условиям обучения в вузе [18].

Однако, имеются исследования, в которых показано, что, например, студенты института культуры, испытывая некоторое напряжение в адаптации к учебному процессу, преимущественно прибегают к конструктивным способам решения проблем [10].

Агрессивность – склонность реагировать агрессивно (враждебно) в контексте нашего исследования рассматривается как фактор, определяющий у студенток деструктивное взаимодействие в эмоциогенных условиях или ситуациях [19]. Студентки с высоким уровнем агрессивности чаще выбирают небезопасные психологические защиты и стратегии совладания. Известно, что неконструктивная агрессивность приводит к дезадаптации структуры личности [20]. Описаны связи между проявлениями чувства юмора, агрессивности и конфликтности как личностными особенностями студентов и их копинг-поведением [21]. Следует полагать, что агрессивность в этом случае предопределяет специфичность юмора («злой», «саркастичный») и является причиной конфликтности личности.

Очевидно, что расширение репертуара конструктивных стратегий преодолевающего поведения достигается снижением показателей агрессивности. Программы обучения и воспитания современного студента должны предусматривать способы оптимизации напряженности умственного труда как фактора профессионального стресса [22]; варианты формирования интеллекта как ресурса совладающего поведения [23]; выработку навыков эффективного совладания со стрессом [11]; эмпатии и рефлексии [24].

Заключение

Известно, что методики, оценивающие совладающее поведение не учитывают следующие обстоятельства: способы восприятия и эмоционального переживания стресс-ситуаций высоко вариабельны; обследуемый представляет свою, часто отличную от иных стресс-ситуацию. В качестве одной из альтернатив унификации результатов рассматривается проведение исследований непосредственно во время стрессогенного события. Условия вынужденной самоизоляции во время объявления самоограничительных и карантинных мер (март–май, 2020 года), вызванные пандемией COVID-19, создали уникальную образовательную среду – дистанционное обучение.

Обучение в условиях самоизоляции, индуцировало неблагоприятные реакции враждебной и агрессивной направленности, выраженные в нарушении саморегуляции поведения. Можно предположить, что именно индукция агрессивности определяет выбор непродуктивных (негативных) стратегий преодоления трудных ситуаций, в частности концентрация на эмоциях и их активное выражение, использование инструментальной социальной поддержки, использование «успокоительных». Компенсацией являлись высокие уровни продуктивных стратегий: позитивное переформулирование и личностный рост, планирование, принятие и активное совладание. На наш взгляд, именно новые условия учебно-профессиональной деятельности студентов, запускают механизмы саморегуляции поведения, выраженные в выявленных нами специфических вариантах стратегий совладания, а также их соотношений (продуктивные – непродуктивные).

Результаты настоящего исследования актуализируют проблему профилактики фрустрации и агрессии в среде студенческого взаимодействия. Деструктивные поведенческие реакции как способы защиты от воздействия негативных эмоциогенных факторов образовательной среды, неблагоприятные копинг-стратегии формируют в перспективе «синдромы» редукции профессиональных обязанностей и деперсонализации уже на начальном этапе профессиональной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Байгужин, П.А. Гигиеническая оценка напряженности умственного труда студентов в ситуации тестирования теоретической подготовленности / П.А. Байгужин // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура. – 2011. – № 39 (256). – С. 16–18.
2. Кучма, В.Р. Гигиена детей и подростков: популяционное и персонализированное обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия детского населения в современных условиях / В.Р. Кучма // Гигиена и санитария. – 2019. – Т. 98, № 1. – С. 61–67.
3. Байгужин, П.А. Факторы, влияющие на психофизиологические процессы восприятия информации в условиях информатизации образовательной среды / П.А. Байгужин, Д.З. Шибкова, Р.И. Айзман // Science for Education Today. – 2019. – Т. 9, № 5. – С. 48–70.
4. Крюкова, Т.Л. Человек как субъект совладающего поведения / Т.Л. Крюкова; под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. – М.: Ин-т психологии РАН, 2008. – С. 55–65.

5. Рассказова, Е.И. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE / Е.И. Рассказова, Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10, № 1. – С. 82–118.
6. Гордеева, Т.О. Диагностика копинг-стратегий: адаптация опросника COPE / Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, Е.А. Рассказова, О.А. Сычев, В.Ю. Шевяхова // Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе: Материалы II Международной научно-практической конференции (Кострома, 23–25 сентября 2010 г.). – Кострома: Костромской государственной университет им. Н.А. Некрасова, 2010. – С. 195–197.
7. Будук-оол, Л.К.-С. Нервно-психическая устойчивость и стратегия совладания со стрессом у студентов: гендерный анализ / Л.К.-С. Будук-оол // Вестник Тувинского государственного университета. №2 Естественные и сельскохозяйственные науки. – 2020. – № 2 (61). – С. 6–13.
8. Аринчина, Н.Г. Стрессоустойчивость и особенности совладания со стрессом у студентов / Н.Г. Аринчина, В.И. Дунай, В.Н. Сидоренко, В.П. Малецкая // World science: problems and innovations: Сборник статей XIII Международной научно-практической конференции (Пенза, 30 сентября 2017 г.). – Пенза: «Наука и Просвещение» (ИП Гуляев Г.Ю.), 2017. – С. 217–222.
9. Вятова, А.О. Исследование копинг-стратегий по совладанию со стрессом у студентов младших курсов педагогического вуза / А.О. Вятова // Научные исследования высшей школы по приоритетным направлениям науки и техники: Сборник статей Международной научно-практической конференции (Самара, 05 октября 2018 г.). – Уфа: ООО «Аэтерна», 2018. – С. 198–200.
10. Стефанкина, Е.В. Способы совладания с трудными жизненными ситуациями студентов вуза культуры / Е.В. Стефанкина, З.М. Ахметгалеева // Культура и искусство: поиски и открытия: Сборник статей. – Кемерово, 2017. – С. 214–219.
11. Соловьева, К.С. Особенности совладания со стрессом в процессе учебной деятельности студентов вузов психологической и непсихологической специальностей / К.С. Соловьева, Е.Ф. Бобровская, Ю.В. Боброва, С.Г. Кривощёков // Медицина. Социология. Философия. Прикладные исследования. – 2019. – № 2. – С. 118–125.
12. Шестиловская, Н.А. Приоритетные стратегии совладания со стрессом студентов спортивных специальностей с различной квалификацией / Н.А. Шестиловская // Актуальные проблемы гуманитарного образования: Материалы VI Международной научно-практической конференции. (Минск, 17–18 октября 2019 г.). – Минск: Информационно-вычислительный центр Министерства финансов Республики Беларусь. – 2019. – С. 175–180.
13. Филиппова, М.В. Особенности стратегий совладания, способов восстановления психоэмоционального состояния молодежных аудиторий некоторых этносов России и ближнего зарубежья / М.В. Филиппова // Технологии гражданской безопасности. – 2017. – Т. 14, № 1 (51). – С. 50–59.
14. Куулар, Ш.В. Особенности нейродинамических свойств, агрессивности и тревожности тувинских студентов в зависимости от стратегии поведения и пола / Ш.В. Куулар, Л.К. Будук-оол // Психология. Психофизиология. – 2019. – Т. 12, № 4. – С. 93–104. DOI: 10.14529/jpps190410.

15. Сырямкина, Е.Г. Практика развития надпрофессиональных компетенций в современном университете / Е.Г. Сырямкина, Т.Б. Румянцева, Е.Ю. Ливенцова // Образование и наука. – 2016. – № 7 (136). – С. 117–130.
16. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учебное пособие / Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом «БАХРАМ-М», 2011. – С. 141–145.
17. Антоновский, А.В. Психологические особенности протекания адаптационного процесса у студентов первого курса, обучающихся в вузе / А.В. Антоновский, Е.В. Балакшина, С.И. Филиппченкова // Психология. Психофизиология. – 2020. – Т. 13, № 1. – С. 44–53. DOI: 10.14529/jpps200105.
18. Забылина, Н.А. Исследование ведущих копинг-механизмов у студентов медицинского вуза, как фактора адаптации к обучению / Н.А. Забылина // Медицина и образование в Сибири. – 2015. – № 5. – С. 15.
19. Байгужин, П.А. Структура агрессии студенток педагогического вуза / П.А. Байгужин, О.В. Байгужина, А.А. Прачева // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). – 2014. – № 6. – DOI: 10.12731/2218-7405-2014-6-6.
20. Сошина, О.Н. Агрессивность и деструктивность как условие копинга в психической жизнедеятельности личности: адаптация и дезадаптация / О.Н. Сошина, Ю.В. Парышев // Проблемы управления рисками в техносфере. – 2013. – № 4 (28). – С. 123–129.
21. Зинченко, Е.В. Личностные особенности и копинг-стратегии студентов вуза и работающей молодежи / Е.В. Зинченко, С.С. Гузенко // Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2017. – № 5. – С. 541–544.
22. Байгужин, П.А. Способы оптимизации напряженности умственного труда как фактора профессионального стресса (обзор) / П.А. Байгужин // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2012. – № 3. – С. 378–396.
23. Борисова, И.В. Взаимосвязь показателей интеллекта и стратегий копинг-поведения студентов / И.В. Борисова, М.А. Нутрикова, Т.Н. Цыганкова // Казанский педагогический журнал. – 2018. – № 1 (126). – С. 161–166.
24. Мануйлов, Г.В. Особенности эмпатии и рефлексии личности на разных этапах учебной деятельности / Г.В. Мануйлов, Г.Г. Горелова, Е.Ф. Ященко // Психология. Психофизиология. – 2020. – Т. 13, № 1. – С. 5–13. DOI: 10.14529/jpps200101.

Nikol'skaya Olesya Borisovna

South Ural state university of humanities and education, Chelyabinsk, Russia
E-mail: nikolskayaob@cspu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4681-7695>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=836542

Fomina Larisa Borisovna

South Ural state university of humanities and education, Chelyabinsk, Russia
E-mail: fominalb@cspu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6714-9809>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=834708

ShklyaeV Vladislav Vital'evich

South Ural state university of humanities and education, Chelyabinsk, Russia
E-mail: shklyaevvv@cspu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0271-7091>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=876795

Karataeva Tat'yana Yur'evna

South Ural state university of humanities and education, Chelyabinsk, Russia
E-mail: nikolskayaob@cspu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4872-2382>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=835980

Features of coping behavior in female students with different levels of aggressiveness when studying in self-isolation

Abstract. The self-isolation regime announced in the second quarter of 2020, including for students, led to a number of changes in the way of life, expressed mainly in organizational stress. Accordingly, various coping strategies were updated, which determine students behavioral reactions under conditions of restriction and changes in regime moments, including motor activity for more than three months. It is obvious that when determining the place of coping strategies in ensuring performance and self-regulation, it is necessary to take into account various situational and personal factors. The article presents the results of a survey of 423 first – to third-year students studying at a pedagogical University. Methods of self-assessment of mental States: anxiety, frustration, aggressiveness and rigidity; COPE questionnaire "Coping with stress" were used as methodological support for the study. The reliability of differences in indicators of coping behavior in female students with different levels of aggressiveness was determined using the nonparametric Mann-Whitney U-test. It was found that regardless of the course of study, the leading coping strategies for students studying in self-isolation were "Positive reformulation and personal growth", "Active coping" and "Planning"; rarely chosen option for coping with stress – "use of sedatives". Against the background of constructive ways to overcome stress when differentiating students into groups with different manifestations of aggressiveness, the following features are revealed. Female students with a high level of aggression are significantly more likely to focus on emotions and their active expression in a stressful situation (F3) than their less aggressive peers. Second- and third-year students who demonstrate a high level of aggressiveness much more often prefer to demonstrate a strategy of concentration on negative emotions and their active expression in a situation of stress (F3), "Denial" (F6) and the use of "sedatives" (F12) when comparing the same coping strategies in students with an "average" level of aggressiveness. The results of this study actualize the problem of prevention of frustration and aggression in the environment of student interaction.

Keywords: coping behavior; stress; students; aggressiveness; training courses; self-isolation