

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

2024, Том 12, № 5 / 2024, Vol. 12, Iss. 5 <https://mir-nauki.com/issue-5-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/55PDMN524.pdf>

5.8.7. Методология и технология профессионального образования (педагогические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Ауман, Е. А. Особенности копинг-поведения студентов-медиков, обучающихся на разных курсах /
Е. А. Ауман, И. С. Морозова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 5. — URL:
<https://mir-nauki.com/PDF/55PDMN524.pdf>

For citation:

Auman E.A., Morozova I.S. Features of coping behavior of medical students studying in different courses. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(5): 55PDMN524. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/55PDMN524.pdf>.
(In Russ., abstract in Eng.)

УДК 378

Ауман Екатерина Александровна¹

ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации, Новосибирск, Россия
Преподаватель
Соискатель
E-mail: aumane@mail.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1261791

Морозова Ирина Станиславовна

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет», Кемерово, Россия
Заведующая кафедрой «Педагогика и психологии»
Директор института образования
Доктор психологических наук, профессор
E-mail: ishmorozova@yandex.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0862-7225>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=388103
WoS: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/V-6179-2017>

Особенности копинг-поведения студентов-медиков, обучающихся на разных курсах

Аннотация. В настоящее время исследование способности личности справляться с различными стрессовыми ситуациями, возникающими в современном социуме, становится все более важным. В студенческом возрасте молодые люди сталкиваются с необходимостью принимать осознанное решение и делать выбор. В статье авторами представлен обзор исследований зарубежных и отечественных ученых, которые раскрывают суть термина «копинг» и «копинг-стратегии». Представлен анализ исследования копинг-поведения среди студентов первого и второго курсов лечебного и педиатрического факультетов. Изучение копинг-стратегий у будущих медицинских специалистов является значимым, так как эти процессы играют ключевую роль в адаптации к окружающему миру. Работа врачей сопряжена с воздействием множества стрессовых факторов и предъявляет повышенные требования к стрессоустойчивости. Для определения стратегий совладения с трудными жизненными ситуациями использовались опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана и методика «Изучение стратегий преодоления жизненных проблем» Д. Амирхана. В ходе экспериментального исследования были изучены особенности копинг-поведения

¹ <https://ngmu.ru/users/161498&cat=publ>

студентов на начальном этапе получения высшего медицинского образования. Студенты-первокурсники характеризуются вариативностью использования копинг-стратегий совладающего поведения. Студенты педиатрического факультета чаще используют стратегию «дистанцирования» и «избегание проблемы». Студенты второго курса используют весь спектр копинг-стратегий. У студентов лечебного факультета на 2 курсе наблюдается возрастание степени осознанности, используется стратегическое отстранение от проблемной ситуации или источника стресса, в стрессовых ситуациях стараются рационально проанализировать ситуацию, привлечь внешние ресурсы и разработать стратегии ее решения. У студентов-второкурсников педиатрического факультета выявлена высокая осмысленность ответственности за планирование решения проблем. Обоснована необходимость внедрения мероприятий, направленных на развитие эмоциональной устойчивости студентов на начальном этапе обучения.

Ключевые слова: стрессовые ситуации; студенты-медики; университет; обучение; трудная жизненная ситуация; копинг-стратегии; стресс

Введение

В современном обществе процесс получения образования представляет собой комплексную и многогранную деятельность, требующую серьезных усилий, как со стороны преподавателей, так и студентов. Высшее образование, ориентированное на развитие как общекультурных, так и профессиональных навыков, создает значительные интеллектуальные и психологические нагрузки. Это связано с необходимостью усвоения большого объема информации и ее переработки в практические компетенции, что способствует конкурентно способности выпускников на рынке труда. В этом контексте важными элементами образовательного процесса становятся различные формы экзаменов, оценивающие качество обучения и уровень усвоения знаний студентами. Увеличение интенсивности обучения, усложнение учебных программ и рост ответственности за результаты способствуют повышению психоэмоционального напряжения среди студентов.²

Поступление в университет — это новый этап в жизни каждого студента. Учеба в университете является одним из самых интеллектуально и эмоционально насыщенных периодов, требующих значительных усилий и напряжения. На начальном этапе возникают противоречия, способные вызвать различные трудности. Этот период глубокого самоанализа, оценки собственных сил, принятие решений и поиска социального места. Одной из актуальных проблем обучения является умение справляться со стрессом [1].

В дополнение к общим характеристикам высшего образования, медицинское обучение включает в себя специфические стрессы, такие как формирование клинического мышления у будущих врачей. Это требует от них способности быстро принимать диагностические и лечебные решения, сопряженные с высокой степенью ответственности. Повышение уровня стресса, связано с изменением привычного образа жизни и решением новых сложных задач. Кроме того, высокому уровню стресса в повседневной и социальной сфере способствуют такие аспекты, как постоянная недостаточность сна, усталость, наличие академических долгов и проблемы с самоорганизацией, проблемы со здоровьем, жильем, неспособность сформулировать конструктивные стратегии преодоления трудностей и отсутствие социальной поддержки и эмоциональная дезадаптация.

² Илюхин, А.Г. Развитие копинг-стратегий у студентов в ситуациях интеллектуальных испытаний: специальность 19.00.13 «Психология развития, акмеология»: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук/ Илюхин Александр Геннадьевич. — Тамбов, 2011. — 22 с. (дата обращения: 05.02.2024).

Способность эффективно управлять стрессовыми состояниями и находить решения в трудных ситуациях, применяя конструктивные подходы, представляет собой не только важный аспект успешного обучения в высшем учебном заведении, но и критически важное требование для достижения целей, которые специалист ставит перед собой в будущем профессиональном развитии [2]. Чрезвычайно важно изучить содержание жизнестойкости студентов в отношении их личностных ресурсов, детерминированных признаков саморегуляции и характера совладания со стрессовыми ситуациями.

Исследование поведения личности в ситуации стресса привлекло внимание ученых. Интерес к этой теме начал нарастать во второй половине XX века. Многие ученые посвятили свои эмпирические исследования данной проблематике. Причиной появления интереса стало стремление найти объяснение тому, почему в схожих стрессовых обстоятельствах одни индивиды проявляют дезадаптивные реакции, в то время как другие, наоборот, успешно адаптируются к неблагоприятным внешним условиям. Исследуемые процессы получили название «копинг» (анг. «coping» — справляться, преодолевать, совладать; нем. — «Bewältigung» — переработка нагрузок личности с трудными жизненными ситуациями, то есть выяснение того, как, каким образом человек ведет себя в трудных жизненных ситуациях различного рода и свойства) [3, с. 155]. В российской психологии данное понятие интерпретируется как адаптивное или совладающее поведение, а также как психологическое преодоление. В большинстве ситуаций, слово «копинг» применяется вместе с терминами «поведение», «стратегии» и «ресурсы».

Термин «копинг-стратегия» был впервые представлен в научной литературе в 1962 году благодаря Л. Мэрфи. В своем первоначальном контексте это слово обозначало методы, которые содействовали детям в преодолении кризисных ситуаций в ходе развития. В дальнейшем, в 1966 году, исследователь Р. Лазарус представил это понятие как поведенческую стратегию, применимую в условиях стресса. С того времени формулировка «копинг», предложенная Лазарусом, получила признание и была закреплена в психологической научной среде [4].

По мнению А. Биллингса и Р. Мосса, использование копинг-стратегий помогает людям избежать бездействия в стрессовых ситуациях. Это, в свою очередь, может способствовать решению проблемы без необходимости активного вовлечения личности. Они подчеркивают, что выбор поведения в трудной ситуации определяется устойчивыми личностными качествами, которые формируют способы решения стрессовых ситуаций, такие как оценка обстоятельств, активное вмешательство или уклонение [5, с. 877].

Согласно С.К. Нартовой-Бочавер, копинг-стратегии представляют собой методы и техники, которые позволяют людям справляться с трудными ситуациями [6].

Т.Л. Крюкова определяет стратегии копинг-поведения следующим образом: «Под стратегией совладания понимаются основанные на осознаваемых усилиях действия для регуляции субъектом эмоционального и интеллектуального напряжения с целью оптимальной психологической адаптации к внешним обстоятельствам» [7, с. 29].

Согласно мнению Л.И. Анцыферовой, «совладание — это процесс, в котором на разных этапах субъект использует различные стратегии, иногда даже совмещая их» [8, с. 16].

По мнению Р.М. Грановской и И.М. Никольской, копинг-стратегии — это «постоянно изменяющиеся поведенческие, эмоциональные и когнитивные попытки справиться со специфическими внутренними или/и внешними требованиями, которые оцениваются как напряжение или превышают ресурсы человека с ним справиться» [9].

А.Н. Сирота, указывает, что поведение, связанное с копингом, является типом активности, который демонстрирует способность индивида справляться с жизненными трудностями. Это включает в себя умение применять определенные стратегии для того, чтобы справиться с эмоциональными и психологическими нагрузками.

Н.В. Останина приводит доводы о том, что совладание следует воспринимать как процесс взаимодействия, который позволяет поддерживать определенный уровень гармонии в контексте «личность-среда» [10]. Когда желаемый итог не достигается, происходит переосмысление факторов, которые могут провоцировать стресс, а также пересмотр наиболее эффективных способов реагирования в данной ситуации.

По мнению Л.И. Дементий, в педагогических исследованиях копинга выделяются несколько методологически значимых аспектов. Один из них заключается в том, что успешность преодоления стресса во многом определяется различиями между объективными характеристиками стрессора и их субъективной интерпретацией [11].

К. Муздыбаев подчеркивает, что копинг может сосредоточиться на том, чтобы справляться с препятствиями или уменьшать их нежелательные последствия, связанные с тяжелыми жизненными ситуациями. Он также может включать в себя избегание стрессовых ситуаций или выработку устойчивости к менее интенсивным, но хроническим стрессовым событиям. Автор акцентирует внимание на взаимосвязи между копинг-поведением и готовностью справляться с жизненными вызовами, а также на усилиях, которые прилагаются для смягчения влияния стрессовых ситуаций [12].

Итак, копинг-стратегии можно рассматривать как совокупность когнитивных, эмоциональных и поведенческих подходов, направленных на успешное преодоление сложных жизненных ситуаций. Выбор данных стратегий зависит от личных качеств, психических ресурсов и ценностных ориентиров индивидуума. Сложная жизненная ситуация проявляется в несоответствии между тем, чего стремится достичь, и тем, что реально доступно ему в конкретных условиях с его имеющимися возможностями. Это несоответствие создает препятствие на пути к достигнутой цели, что, в свою очередь, вызывает негативные эмоции, выступающие важным показателем того, насколько трудной является данная ситуация для человека [13].

Сложные обстоятельства могут выступать в роли различных стрессоров, вызывающих состояние стресса. Понятие «стресс» стало популярным, поскольку объясняет множество жизненных явлений. Определение стресса многозначно. R. Lazarus и S. Folkman подчеркивают, что наиболее точное понимание стресса возможно через его анализ как «многогранной категории, включающей в себя различные переменные и процессы». В рамках их транзакционной теории стресса и копинга, они характеризуют стресс как «особую динамику взаимодействия между личностью и окружающей средой, где индивид воспринимает ситуацию как угнетение или нагрузку, превышающую его возможности, что ставит под угрозу его общее благополучие». Существует три основных подхода к интерпретации концепции «копинг». В рамках первого, который основан на эгоцентричном восприятии, предложенном Н. Хаан, процесс совладания рассматривается как уникальный эгоистичный механизм, способствующий положительной адаптации индивида в сложных обстоятельствах, когда человек стремится избавиться от внутреннего напряжения. Пассивная адаптация возникает, когда личность не в состоянии адекватно справиться с возникающими трудностями.

По мнению сторонников второго подхода, представленного в работах Р. Моос, совладание зависит от индивидуальных характеристик, которые влияют на то, как человек реагирует на различные стрессовые ситуации. В этом контексте устойчивые черты характера выступают ключевым фактором, определяющим выбор стратегии поведения в условиях стресса. Тем не менее, следует отметить, что данная концепция не получила широкого одобрения среди ряда исследователей. Согласно третьему подходу, который является наиболее распространенным (Р. Лазарус и С. Фолкман), копинг следует рассматривать как динамический процесс. Его особенности зависят от ситуации и этапа, на котором происходит конфликт, а также от взаимодействия личности с внешней средой.

Р. Лазарус и С. Фолкман, исследуя аспекты совладающего поведения, разделили доступные копинговые стратегии на две категории. Первая категория охватывает стратегии, направленные на решение проблемы, анализ текущих условий и нахождение путей для преодоления возникших трудностей. Вторая категория включает стратегии, ориентированные на эмоциональные реакции и переживания. Таким образом, все существующие стратегии можно рассматривать как такие, что акцентируют внимание либо на проблеме, либо на эмоциональном опыте [14].

Р. Моос и Дж. Шефер определили три типа копинга: когнитивный, поведенческий, эмоциональный. Ученые подчеркивали, что для эффективного управления возникшим стрессом следует уделять внимание соблюдению равновесия между всеми упомянутыми типами [15].

А. Эбата и Р. Мус выделяют два типа стратегий преодоления трудностей: контактный и избегающий. Контактный стиль характеризуется активным вовлечением и действиями, направленными на разрешение стрессовых ситуаций. Он включает в себя умственные и поведенческие усилия, которые фокусируют усилия на преодоление проблем. В противовес ему, избегающий стиль сосредоточен на снижении внимания к существующим трудностям, что ведет к уклонению от конфронтации с ними [16].

Таким образом, копинг-стратегии представляют собой динамический процесс, который требует постоянного самосознания и готовности к изменениям. Эффективное использование стратегий не только помогает справляться с кризисами, но и способствует личностному росту, укрепляя внутренние ресурсы.

В период студенчества молодые люди переживают значительные трансформации. Это время, когда происходит формирование сознания, повышение независимости и развития социальной ответственности. Студенты часто сталкиваются с психологическими проблемами, такими как стресс, из-за учебных нагрузок, давление со стороны сверстников и необходимость совмещать учебу с работой. Данные обстоятельства требуют от них формирование эмоциональной устойчивости, поднятия уровня самооценки и разработки стратегий преодоления сложностей. Копинг-поведение студентов-медиков, обучающихся на разных курсах, имеет свои особенности. Под копинг-поведением понимаются стратегии и приемы, которые личность применяет для преодоления сложных жизненных обстоятельств, стресса и личных проблем.

Среди характеристик копинг-поведения студентов медицинских вузов можно отметить такие аспекты:

1. «Широкий спектр методов преодоления трудностей». Обучающиеся применяют разнообразные подходы для управления стрессовыми ситуациями и жизненными вызовами: позитивную переоценку, обращение за социальной поддержкой, активное решение проблем, использование юмора и другие стратегии.

2. «Адаптация к требованиям разных курсов». Студенты-медики на разных курсах сталкиваются с разными требованиями. Например, студенты первого курса испытывают стресс, от адаптации к новой среде обучения и большому объему информации, а студенты пятого и шестого курса могут сталкиваться с более сложными клиническими ситуациями и ответственностью за пациентов.

3. «Влияние личностных особенностей». Личностные особенности студентов-медиков могут влиять на их копинг-поведение. Некоторые обучающиеся могут быть более склонны использовать эмоциональное преодоление трудностей, в то время как другие могут предпочитать активные стратегии решения проблем.

Рассмотрим несколько характеристик данных стратегий:

- Непосредственное участие. Активные действия для изменения ситуации, вызывающей стресс.
- Использование доступных ресурсов. Использование личных умений и способностей. А также привлечение помощи извне.
- Планирование и организация. Разработка систематического плана действий для решения проблемы.
- Позитивное переосмысление. Попытка переосмыслить стрессовую ситуацию или проблему в более позитивном свете.
- Обучение и развитие навыков. Получение новых знаний или навыков, которые помогут справиться с проблемой.

Имеет важное значение подходить к применению копинг-стратегий гибко, учитывая уникальность каждой стрессовой ситуации и свои индивидуальные ресурсы.

4. «Взаимодействие с одноклассниками и преподавателями». Студенты-медики могут обратиться за поддержкой и советом к своим одноклассникам и преподавателям. Взаимодействие с другими студентами и опытными педагогами-наставниками может помочь им справиться с трудностями и получить поддержку.

5. «Влияние стресса на здоровье и благополучие». Студенты-медики, особенно на шестом курсе, могут испытывать высокий уровень стресса (при прохождении итоговой аттестации), что может оказать негативное влияние на их здоровье и благополучие. Поэтому разработка эффективных копинг-стратегий преодоления трудностей является важным аспектом их воспитания и образования.³

Высшее медицинское образование подразумевает развитие комплексных знаний, умений и навыков, а также формирование важных личностных и психолого-педагогических характеристик, необходимых для успешной профессиональной деятельности врача. Кроме того, внимание уделяется копинг-ресурсам, которые помогут будущему специалисту справиться с трудностями и стрессами в медицинской практике. Поэтому программа подготовки будущих врачей должна включать обучение методам успешного управления профессиональными стрессами и возникающими трудностями. По нашему мнению, одним из эффективных методов борьбы со стрессом и увеличения устойчивости к нему являются конструктивные стратегии совладания. Эти стратегии не только способствуют более успешному преодолению жизненных вызовов, но и формируют ценностные ориентиры, позволяющие студентам-медикам сохранить внутреннюю гармонию и эмоциональное равновесие в самых напряженных ситуациях. Таким образом, качество подготовки медицинских кадров напрямую зависит от умения будущих врачей обращаться к своим ресурсам для достижения успеха и благополучия в профессии.

Важно отметить, что интеграция методов управления стрессом в образовательные программы медицинских вузов должна быть многогранной. Это может включать семинары по психологии и тренинги по эмоциональному интеллекту. Эти инструменты помогают студентам осознавать свои эмоции, анализировать стрессовые ситуации и находить способы их разрешения. Качество подготовки студентов медиков не сводится только к академическим знаниям, но и включает в себя развитие психологической устойчивости и навыков совладания

³ Щепетова Е. Проблемно-ориентированные копинг-стратегии или активное управление со стрессом. — URL: <https://www.b17.ru> (дата обращения: 28.08.2024).

с вызовами, что имеет решающее значение для профессионального роста и личностного благополучия студентов.

Цель нашего исследования изучить особенности копинг-поведения студентов-медиков, обучающихся на разных курсах и специальностях.

Задачи исследования:

- проанализировать отечественные и зарубежные источники по теме исследования;
- подобрать диагностический инструментарий и провести эмпирическое исследование копинг-стратегий среди студентов первого и второго курсов различных специальностей;
- осуществить обработку и провести анализ собранных данных.

Объект исследования: копинг-поведения студентов.

Предмет исследования: особенности копинг-поведения студентов-медиков, обучающихся на разных курсах и специальностях.

Гипотеза исследования: нулевая гипотеза заключается в том, что между студентами разных курсов и специальностей не будет выявлено существенных различий применения стратегий совладающего поведения. Альтернативная гипотеза состоит в том, что такие различия могут быть выявлены.

Методы и методики исследования

Для определения стратегий совладения с трудными жизненными ситуациями использовались две методики: опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана (в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой) позволяет определить совладающее поведение как целенаправленное социальное поведение, позволяющее справиться с трудной жизненной ситуацией (или стрессом). Методика «Изучение стратегий преодоления жизненных проблем» Д. Амирхана (модификация А.Г. Грецова) способствует изучить особенности защитного и совладающего поведения студентов. В исследовании приняли участие студенты первого и второго курсов педиатрического и лечебного факультетов, обучающихся на дневной форме в Новосибирском государственном медицинском университете. Возраст респондентов варьировался от 17 до 24 лет, общая численность выборки составила 306 человек.

Применялся статистический анализ с помощью t-критерия Студента для выявления различий между двумя независимыми выборками. Математическая обработка полученных данных осуществлялась в программе XL и программе STATISTIKA 12.

Результаты и обсуждение

Для достижения цели исследования необходимо было выяснить, какие копинг-стратегии являются приоритетными для студентов медицинских специальностей на разных курсах. Затем был осуществлен сравнительный анализ показателей копинг-стратегий, применяемых у студентов первого и второго курсов на факультетах лечебного дела и педиатрии, что позволило выявить значимость различий в их использовании.

Обратимся к результатам исследования по опроснику «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана, представленные в таблице 1.

Таблица 1

Средние показатели копинг-стратегий совладающего поведения у студентов первого курса разных факультетов по методике «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана

Показатели	Среднее значение		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости различий, p
	1 курс лечебный факультет	1 курс педиатрический факультет		
Конфронтационный копинг	0,510	0,505	0,19	0,84
Дистанцирование	0,516	0,577	-2,20	0,02*
Самоконтроль	0,637	0,620	0,70	0,48
Поиск социальной поддержки	0,596	0,632	-1,18	0,23
Принятие ответственности	0,639	0,649	-0,33	0,74
Бегство-избегание	0,565	0,601	-1,27	0,20
Планирование решения проблемы	0,670	0,669	0,03	0,97
Положительная переоценка	0,589	0,607	0,67	0,50

Разработано авторами

Из данных, представленных в таблице 1 видно, что на первом курсе обучения в вузе студентов не было выявлено статистически значимых различий в степени выраженности показателей используемых копинг-стратегий, что может свидетельствовать о достаточно широкой вариативности применяемых стратегий на данном этапе обучения. На наш взгляд, такая ситуация может быть типична для первокурсников, которые сталкиваются с определенными трудностями в адаптации к учебным условиям. Они ещё не полностью понимают цели образовательного процесса и не сосредоточены на итогах, в частности на приобретении профессиональных знаний, необходимых для успешного выполнения своих будущих обязанностей.

Как можно увидеть из таблицы 1, в результате проведенного исследования выявлены статистически значимые различия между респондентами разных специальностей — по параметру «дистанцирование» ($t = 2,209$, при $p \leq 0,05$). Студенты педиатрического факультета используют данную стратегию гораздо чаще, что объясняется наличием в образовательном процессе дисциплин, изучение которых вызывает выраженные эмоциональные переживания, с которыми обучающиеся на педиатрическом факультете справляются за счет субъективного снижения значимости обстоятельств и степени эмоциональной вовлеченности в них.

Таблица 2

Средние показатели копинг-стратегий совладающего поведения у студентов 2 курса разных факультетов по методике «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана

Показатели	Среднее значение		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости различий, p
	2 курс лечебный факультет	2 курс педиатрический факультет		
Конфронтационный копинг	0,530	0,542	-0,42	0,67
Дистанцирование	0,591	0,569	0,69	0,49
Самоконтроль	0,667	0,648	0,88	0,37
Поиск социальной поддержки	0,636	0,623	0,46	0,64
Принятие ответственности	0,747	0,690	1,93	0,05
Бегство-избегание	0,598	0,573	0,92	0,36
Планирование решения проблемы	0,738	0,736	0,09	0,92
Положительная переоценка	0,664	0,632	1,22	0,22

Разработано авторами

Данные, приведенные в таблице 2, позволяют утверждать, что в результате проведенного исследования не было выявлено статистически значимых различий в степени выраженности показателей используемых копинг-стратегий между респондентами второго курса разных специальностей.

Таблица 3

Вариативность средних значений показателей копинг-стратегий совладающего поведения у студентов 1 и 2 курса лечебного факультета по методике «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана

Показатели	Среднее значение		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости различий, p
	1 курс лечебный факультет	2 курс лечебный факультет		
Конфронтационный копинг	0,511	0,530	-0,63	0,52
Дистанцирование	0,517	0,591	-2,29	0,02*
Самоконтроль	0,637	0,666	-1,15	0,25
Поиск социальной поддержки	0,596	0,636	-1,33	0,18
Принятие ответственности	0,639	0,747	-3,47	0,001**
Бегство-избегание	0,565	0,598	-1,05	0,29
Планирование решения проблемы	0,670	0,738	-2,37	0,01*
Положительная переоценка	0,589	0,664	-2,76	0,007**

Разработано авторами

Из таблицы 3 следует, что у студентов лечебного факультета на 2 курсе обучения наблюдается значимо выраженный рост средних значений в показателях: «дистанцирование» ($t = 2,209$, при $p \leq 0,05$), что свидетельствует о возрастании степени осознанности поведения, студенты используют стратегическое отстранение от проблемной ситуации или источника стресса. Обнаружены статистически значимые отличия по показателю «принятие ответственности» ($t = -3,470$, при $p \leq 0,01$), что подтверждает увеличение уровня осознания ответственности за свой собственный выбор в ходе учёбы в высшем учебном учреждении. Выявлены значительные статистические различия в показателях, касающихся «планирования решения проблемы» ($t = 2,374$, при $p \leq 0,05$) и «положительная переоценка» ($t = 2,757$, при $p \leq 0,01$), что свидетельствует о росте положительного отношения студентов к новой для себя ситуации развития, а именно обучение в вузе как приобретение профессиональных знаний, возможность личностного роста. Исходя из этого, можно предположить, что студенты в стрессовых ситуациях стараются рационально проанализировать ситуацию, привлечь внешние ресурсы и разработать стратегии ее решения, а главное, понять свою ответственность за появление проблемы.

Таблица 4

Вариативность средних значений показателей копинг-стратегий совладающего поведения у студентов 1 и 2 курса педиатрического факультета по методике «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана

Показатели	Среднее значение		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости различий, p
	1 курс педиатрический факультет	2 курс педиатрический факультет		
Конфронтационный копинг	0,506	0,542	-1,52	0,13
Дистанцирование	0,577	0,569	0,30	0,76
Самоконтроль	0,620	0,648	-1,33	0,18
Поиск социальной поддержки	0,633	0,623	0,34	0,73
Принятие ответственности	0,649	0,690	-1,39	0,16
Бегство-избегание	0,601	0,573	1,13	0,25
Планирование решения проблемы	0,669	0,736	-2,43	0,01*
Положительная переоценка	0,607	0,632	0,92	0,36

Разработано авторами

Из таблицы 4 следует, что у студентов педиатрического факультета на 2 курсе обучения наблюдается значимо выраженный рост средних значений только по показателю «планирование решения проблемы» ($t = 2,434$, при $p \leq 0,05$). У респондентов второго курса наблюдается более высокая осмысленность роли и ответственности за планирование решения проблем по сравнению с респондентами первого курса.

Теперь обратим внимание на итоги, полученные с использованием методики «Изучения стратегий преодоления жизненных проблем» Д. Амирхана. Методика нацелена на анализ уровня выраженности у испытуемых 3-х копинг-стратегий: «самостоятельное разрешение проблем», «поиск поддержки других людей», «избегание проблем». Проанализируем данные исследования, представленные в таблице 5.

Таблица 5

Средние значения показателей копинг-стратегий совладающего поведения у студентов первого курса различных факультетов по методике «Изучение стратегий преодоления жизненных проблем» Д. Амирхана

Показатели	Среднее значение		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости различий, p
	1 курс лечебный факультет	1 курс педиатрический факультет		
Самостоятельное разрешение проблемы	15,342	16,711	1,55	0,12
Поиск поддержки других людей	10,709	11,889	1,31	0,19
Избегание проблемы	9,139	10,933	2,37	0,01*

Разработано авторами

Как можно увидеть из таблицы 5, в результате проведенного исследования выявлены статистически значимые различия между респондентами разных специальностей по параметру «избегание проблемы» ($t = 2,372$, при $p \leq 0,05$). Студенты педиатрического факультета используют данную стратегию гораздо чаще, что объясняется наличием большого количества субъективно воспринимаемых проблем и трудностей, на преодоление которых направлены все силы будущих врачей детской практики.

Таблица 6

Средние значения показателей копинг-стратегий совладающего поведения у студентов второго курса различных факультетов по методике «Изучение стратегий преодоления жизненных проблем» Д. Амирхана

Показатели	Среднее значение		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости различий, p
	2 курс лечебный факультет	2 курс педиатр. факультет		
Самостоятельное разрешение проблемы	17,184	15,561	-1,92	0,05
Поиск поддержки других людей	12	10,030	-1,64	0,10
Избегание проблемы	9,553	11,136	1,88	0,06

Разработано авторами

Статистически значимых различий в степени выраженности показателей стратегий преодоления жизненных проблем у студентов вторых курсов различных факультетов не было выявлено, что свидетельствует о достаточно широкой вариативности используемых стратегий. Студенты успешно справляются с возникающими трудностями, стараясь осуществлять свои задуманные планы.

Из таблицы 7 следует, что у студентов лечебного факультета на 2 курсе обучения наблюдается значимо выраженный рост средних значений в показателе «самостоятельное разрешение проблемы» ($t = 2,260$, при $p \leq 0,05$), что свидетельствует о возрастании степени самостоятельности в процессе принятия решения, студенты используют комплексный анализ

доступных им ресурсов, принимая решение, которое считают наилучшим вариантом для разрешения сложной жизненной ситуации. Полученные данные согласуются с результатами исследования М.Н. Ефременковой [17].

Таблица 7

**Вариативность средних значений показателей копинг-стратегий
совладающего поведения у студентов 1 и 2 курса лечебного факультета по методике
«Изучение стратегий преодоления жизненных проблем» Д. Амирхана**

Показатели	Среднее значение		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости различий, p
	1 курс лечебный факультет	2 курс лечебный факультет		
Самостоятельное разрешение проблемы	15,342	17,184	-2,26	0,02*
Поиск поддержки других людей	10,709	12	-1,19	0,27
Избегание проблемы	9,139	9,553	-0,51	0,61

Разработано авторами

Как было упомянуто ранее, с возрастом личность накапливает опыт в выявлении причинно-следственных связей при решении сложных задач. В процессе обучения студенты начинают чаще применять стратегию самостоятельного решения проблем, что вероятно, связано с опытом успешного преодоления затруднений, например, при подготовке к экзаменам.

Используя такую стратегию, студенты первого курса могут сравнивать себя с другими, находить смысл в произошедшем, ощущать контроль над ходом событий и открывать новые пути для решения возникших проблем. Анализируя ранее прожитый опыт, студенты на всех уровнях высшего образования могут оценивать ситуации неопределенности, осознавать свои сильные и слабые стороны и действовать с различной продуктивностью.

Таким образом, для студентов второго курса характерно более активное применение конструктивной стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций, такой как «самостоятельное решение проблем», в отличие от студентов первого курса.

Таблица 8

**Вариативность средних значений показателей копинг-стратегий совладающего
поведения у студентов 1 и 2 курса педиатрического факультета по методике «Изучение
стратегий преодоления жизненных проблем» Д. Амирхана**

Показатели	Среднее значение		t-критерий Стьюдента	Уровень значимости различий, p
	1 курс педиатрический факультет	2 курс педиатрический факультет		
Самостоятельное разрешение проблемы	16,711	15,561	1,36	0,17
Поиск поддержки других людей	11,889	10,030	1,95	0,05
Избегание проблемы	10,933	11,136	-0,26	0,79

Разработано авторами

Статистически значимых различий в степени выраженности показателей стратегий преодоления жизненных проблем у студентов 1 и 2 курсов педиатрического факультета не было выявлено. При этом необходимо отметить в качестве тенденции, наличие определенного снижения степени выраженности таких стратегий как «поиск поддержки других людей», что может быть интерпретировано как рост самостоятельности и автономности студентов 2 курса.

Студенты второго курса реже прибегают к этой стратегии из-за интенсивного процесса саморазвития, в рамках которого такая стратегия может восприниматься, как способ избежать решения более существенных вопросов.

На выбор конкретных копинг стратегий и защитных механизмов влияет множество факторов, наиболее важным из которых являются: личностные и возрастные особенности, высокий уровень стресса с которым сталкиваются студенты из-за академической нагрузки, социальных ожиданий и неопределенности будущего.

С учетом положения о том, что копинги представляют собой гибкие стратегии поведения, которые, зависят от конкретной ситуации и личного опыта индивида, возникает потенциал для психолого-педагогической поддержки формирования и развития личности студентов на различных этапах обучения в вузе.

Выводы

Полученные данные позволяют сформулировать следующие выводы.

Студенты-первокурсники характеризуются вариативностью использования копинг-стратегий совладающего поведения, что связано с субъективно воспринимаемыми трудностями в адаптации к учебным условиям. Студенты педиатрического факультета чаще используют стратегию «дистанцирования», что объясняется наличием в образовательном процессе дисциплин, изучение которых вызывает выраженные эмоциональные переживания, с которыми обучающиеся на педиатрическом факультете справляются за счет субъективного снижения значимости обстоятельств и степени эмоциональной вовлеченности в них. Студенты педиатрического факультета также активно используют стратегию «избегание проблемы», что возможно объясняется наличием большого количества субъективно воспринимаемых проблем и трудностей, на преодоление которых направлены все силы будущих врачей детской практики.

Студенты второго курса используют весь спектр копинг-стратегий. При этом у студентов лечебного факультета на 2 курсе обучения наблюдается значимо выраженный рост средних значений в показателях: «дистанцирование», «принятие ответственности», «планирования решения проблемы» и «положительная переоценка». Выявленная динамика свидетельствует о возрастании степени осознанности поведения, студенты используют стратегическое отстранение от проблемной ситуации или источника стресса. Наблюдается рост положительного отношения студентов к новой для себя ситуации развития, а именно обучение в вузе как приобретение профессиональных знаний, возможность личностного роста.

Исходя из этого, можно предположить, что студенты в стрессовых ситуациях стараются рационально проанализировать ситуацию, привлечь внешние ресурсы и разработать стратегии ее решения, а главное, понять свою ответственность за появление проблемы.

У студентов педиатрического факультета на 2 курсе обучения наблюдается значимо выраженный рост средних значений только по показателю «планирование решения проблемы», что свидетельствует о более высокой осмысленности роли и ответственности за планирование решения проблем по сравнению с респондентами первого курса.

Таким образом, выводы данного исследования акцентируют внимание на значимости системного подхода к исследованию копинг-стратегий студентов-медиков. Осознание того, как стратегии изменяются на протяжении учебного процесса, может помочь образовательному учреждению более точно подготовить программы поддержки. Например, на первом курсе целесообразно внедрять мероприятия, направленные на развитие эмоциональной устойчивости, чтобы помочь студентам научиться управлять стрессом и тревожностью в условиях высокой нагрузки.

На втором курсе, когда у студентов начинают проявляться более активные и ориентированные на решение проблемы стратегии, важно предоставить им соответствующие ресурсы и инструменты. Это может включать создание групповой поддержки, организацию

тренингов по решению проблем и улучшению коммуникационных навыков, что, в свою очередь, может значительно повысить их академическую успеваемость. При определении копинг-стратегии студентам-медикам следует учитывать не только тип проблемы, но и личность, ее предпочтения и склонности, а также конкретные жизненные обстоятельства.

Кроме того, выводы этого исследования могут оказаться ценными для создания психолого-педагогических программ поддержки обучающихся, что позволит им более успешно преодолевать возникающие сложности, связанные с получением медицинского образования, а также будет способствовать их успешной профессиональной деятельности в дальнейшем.

ЛИТЕРАТУРА

1. Веляник, Н.И., Сёмина М.В. Исследование копинг-стратегий у студентов разной формы обучения // Материалы XII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». — URL: <https://scienceforum.ru/2020/article/2018021200> (дата обращения: 04.02. 2024).
2. Незнамова, Н.А. Особенности копинг-стратегий студентов-психологов в зависимости от формы обучения / Н.А. Незнамова. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 41(331). — С. 169–171. — URL: <https://moluch.ru/archive/331/74050/> (дата обращения: 04.02.2024).
3. Скуратова, А.В. Особенности психологических защит и копинг-поведения у тревожных детей младшего школьного возраста // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. — 2011. — № 2(94). — С. 155–162.
4. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс: физиологические и психологические реакции/ Под ред. Л. Леви, В.Н. Мясищева. — Л.: Лениздат, 1970. — С. 178–208.
5. Billings, A.G., Moss, R.H. Coping, stress and social resources among adults with unipolar depression [Text] // J. of personality and social psychology, 1984. — Vol. 46. — № 4. P. 877–891.
6. Нартова-Бочавер, С.К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. — 1997. — Т. 18, № 5. — С. 20–30.
7. Крюкова, Т.Л. Психология совладающего поведения: монография. — Кострома: Студия оперативной полиграфии «Авантгул», 2007. — 60 с.
8. Анциферова, Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал, 1994, Т. 15. № 1. С. 3–19.
9. Ширалиева Г.И. Особенности копинг-стратегий у студентов педагогического колледжа // Молодой ученый. — 2016. — № 12. — С. 806–808.
10. Останина, Н.В. Теоретические основы формирования копинг-поведения учащихся // Вестник ЧГПУ. 2013. — № 1. — С. 109–120.
11. Дементий, Л.И. К проблеме диагностики социального контекста и стратегий копинг-поведения // Журнал прикладной психологии. — 2004. — № 3. С. 20–25.
12. Муздыбаев, К. Стратегия совладания с жизненными трудностями / К. Муздыбаев // Журнал социологии и социальной антропологии. — 1998. — Т. 1. — № 2. — С. 100–111.

13. Филиппенко, О.Г. Трудные жизненные ситуации студентов: опыт эмпирического исследования, социально-педагогическое сопровождение / О.Г. Филиппенко, Е.А. Бурдуковская // Новое слово в науке и практике: гипотезы и апробация результатов исследований. — 2012. — № 2. — С. 43–46. — EDN RDXYNJ.
14. Lazarus, R.S., Folkman, S., Stress, appraisal and coping. New York, 1984, с. 54.
15. Moos, R.H., Schaefer, J.A. Life Transitions and Crises: A Conceptual Overview // Eds. Coping with life crises: An integrated approach, 1986, с. 132.
16. Битюцкая, Е.В. Современные подходы к изучению совладения с трудными жизненными ситуациями // Вестник Московского Университета. Серия 14. Психология. 2011. № 1. С. 100–111.
17. Ефременкова, М.Н. Проактивные копинг-стратегии как фактор удовлетворенности выбором в ситуации принятия решения о миграции // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2022. Т. 22, вып. 2. С. 183–187. — URL: <https://doi.org/10.18500/1819-7671-2022-22-2-183-187>.

Auman Ekaterina Aleksandrovna

«Novosibirsk State Medical University» Ministry of Health of the Russian Federation, Novosibirsk, Russia
E-mail: aumane@mail.ru
RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1261791

Morozova Irina Stanislavovna

Kemerovo State University, Kemerovo, Russian
E-mail: ishmorozova@yandex.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0862-7225>
RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=388103
WoS: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/V-6179-2017>

Features of coping behavior of medical students studying in different courses

Abstract. At present, the study of the ability of an individual to cope with various stressful situations arising in modern society is becoming increasingly important. At student age, young people are faced with the need to make an informed decision and make a choice. In the article, the authors present an overview of studies by foreign and domestic scientists that reveal the essence of the term «coping» and «coping strategies». An analysis of the study of coping behavior among first- and second-year students of the medical and pediatric faculties is presented. The study of coping strategies in future medical specialists is significant, since these processes play a key role in adaptation to the outside world. The work of doctors is associated with the impact of many stress factors and places increased demands on stress resistance. To determine the strategies for coping with difficult life situations, the questionnaire «Ways of Coping Behavior» by R. Lazarus and S. Folkman and the technique «Study of Strategies for Overcoming Life Problems» by D. Amirhan were used. In the course of the experimental study, the features of students' coping behavior at the initial stage of obtaining higher medical education were studied. First-year students are characterized by variability in the use of coping strategies of coping behavior. Students of the pediatric faculty more often use the strategy of «distancing» and «avoiding the problem». Second-year students use the whole range of coping strategies. Second-year students of the medical faculty show an increase in the degree of awareness, use strategic distancing from a problem situation or source of stress, in stressful situations they try to rationally analyze the situation, attract external resources and develop strategies for its solution. Second-year students of the pediatric faculty are highly conscious of responsibility for planning problem solving. The need to implement measures aimed at developing emotional stability of students at the initial stage of training is substantiated.

Keywords: stressful situations; medical students; university; learning; difficult life situation; coping strategies; stress