

Раздел 5. Номотетический и идиографический методы исследования индивидуальных различий, индивидуальности и личности

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАНИЯ СО СТРЕССОМ У СТУДЕНТОВ И УЧЕНИКОВ СТАРШЕЙ ШКОЛЫ В УСЛОВИЯХ КАРАНТИНА

Агеева И. А., Бишкек (Кыргызская Республика), кандидат медицинских наук, доцент, заведующая кафедрой психологии, Кыргызско-Российский Славянский Университет, mars53_2001@mail.ru

Латышева Э. Э., Бишкек (Кыргызская Республика), школьный психолог, eelleonora@mail.ru

DOI:

Исследование было ориентировано на проведение сравнительного анализа стратегий совладания со стрессом у студентов и учеников старшей школы в условиях карантина. Эмпирическим путем были выявлены различия в предпочитаемых стратегиях совладания у студентов и учеников старшей школы, а также по уровню вербальной и физической агрессии.

Ключевые слова: Школьники, студенты, условия карантина, стресс, совладание со стрессом.

COMPARATIVE ANALYSIS OF STRATEGIES COPYING WITH STRESS IN STUDENTS AND PUPILS OF SENIOR SCHOOL IN QUARANTINE CONDITIONS

Ageeva I. A., Bishkek City (Kyrgyz Republic), Head of Psychology Chair, associate professor, Candidate of Medical Sciences Kyrgyz-Russian Slavic University, mars53_2001@mail.ru

Latisheva E. E., Bishkek City (Kyrgyz Republic), School psychologist, eelleonora@mail.ru

The study was aimed at making a comparative analysis of strategies copying with stress in students and pupils of senior school in quarantine conditions. Differences in preferable strategies of copying with stress in students and pupils of senior school were determined by empirical way, as well as by the level of verbal and physical aggression.

Keywords: pupils, students, quarantine conditions, stress, copying with stress.

Правительство Кыргызской Республики в период эпидемии COVID-19 ввело карантин, в связи с чем учреждения системы образования буквально за несколько дней перевели процесс обучения в онлайн-формат. Вынужденный переход к совершенно новому способу обучения, а также значительные изменения привычного уклада жизни, связанные с пандемией, обусловили стрессовую ситуацию для всех участников образовательного процесса. А это, в свою очередь, негативно сказалось на эффективности обучения и эмоциональной сфере участников образовательного процесса.

Как говорится в докладе, озаглавленном «Молодежь и пандемия COVID-19: влияние на рабочие места, образование, права и психологическое состояние», подготовленном Международной организацией труда (МОТ), 65 процентов молодых людей сообщили, что за время пандемии получили меньше знаний из-за того, что в результате закрытия учебных заведений им пришлось перейти с очного формата обучения на учебу онлайн или в удаленном

режиме. Все они стремятся продолжать учебу и профессиональную подготовку, но половина из них считает, что теперь их обучение может затянуться, а девять процентов не уверены, что смогут его завершить. Еще хуже положение молодежи в странах с низким уровнем доходов, где в меньшей степени доступен Интернет, не хватает учебного оборудования, а жилищные условия стеснены [4].

Согласно данным проведенного исследования у 95% студентов были выявлены проблемы с психическим здоровьем в связи с обстоятельствами, связанными с COVID-19. Почти половина (48%) считают, что последствия проблем с психическим здоровьем напрямую повлияли на их образование. 46% респондентов сообщили, что чувствуют себя более изолированными и одинокими, 40% отметили, что в этот период спали меньше, 39% меньше тренировались и хуже ели и 32% испытывали чувство безнадежности [3].

В психологии проблема преодоления трудных жизненных ситуаций описывается понятием «копинг-поведение» или «стратегии совладания». «Копинг» или совладание – это когнитивные и поведенческие усилия, направленные на овладение (управление) ситуацией, обретение толерантности к ней, снижение или минимизацию ее требований, в более широком плане – регуляцию внутренних и внешних условий трансакции между человеком и окружающей средой. Совладание предполагает привлечение новых ресурсов и включает как влияние на ситуацию, так и ее принятие, избегание» [2].

Существует два основных вида копинг-стратегий: адаптивные, предполагающие разрешение стрессовой ситуации и дезадаптивные, предполагающие попытку избежать контакта со стрессором. Индивид может выбирать как конструктивные копинг-стратегии, разрешающие конфликт, так и неконструктивные, предполагающие попытку уйти от решения проблемы тем или иным способом [6].

Исходя из вышесказанного, целью данной работы явилось сравнительное исследование стратегий совладания со стрессом у студентов и учеников старшей школы в условиях карантина.

Было высказано предположение, что как для студентов, так и школьников характерен высокий уровень переживаемого стресса. Однако реакции на стрессовые воздействия различны: у студентов это преобладание реакции противодействия стрессу и проявление враждебности, а у школьников это преобладание реакции перенапряжения и проявление физической агрессии. А также различно использование стратегий совладания со стрессом как конструктивных, так деструктивных, но у школьников преобладают деструктивные стратегии совладания со стрессом.

Методика

Выборка исследования: студенты в количестве 135 человек и ученики старшей школы в количестве 140 человек.

База исследования: Гуманитарного факультета ГОУ ВПО КРСУ им. Б.Н. Ельцина г. Бишкек; ШГ №33, №37 г. Бишкек. Кафедрой психологии КРСУ был предоставлен доступ к платформе (<https://digitalpsytools.ru/>), на которой находилась интерактивная батарея опросников. Исследование проводилось в индивидуальной и групповой форме в онлайн формате с 11 мая по 26 июня 2020 года. Респонденты самостоятельно отвечали на вопросы или с помощью волонтера-тестолога. Перед началом тестирования у участников было получено осведомленное согласие, заключающееся в том, что для принятия решения об

участии в психологическом исследовании респондентам была предоставлена полная информация о предстоящем исследовании. Собранные данные хранились на сервере, недоступном для третьих лиц, что обеспечивало как безопасность данных, так и анонимность участников.

Инструмент и процедура. При разработке программы исследования опора делалась на системный подход Б.Ф. Ломова [7].

В работе был использован психодиагностический метод, включающий в себя следующие опросники и методики: демографический опросник; опросник «Отношение к пандемии»; опросник «Шкала воспринимаемого стресса-10» (ШВС-10; адаптация В.А. Абабкова, К. Барышниковой, О.В. Воронцовой-Венгер, И.А. Горбунова и др.) [1]; опросник совладания со стрессом (К. Карвер, М. Шейер, Дж. Вейнтрауб), адаптация Е.И. Рассказова, Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осина [8]; опросник «Диагностики агрессии А. Басса и М. Перри», адаптация С.Н. Ениколоповым, Н.П. Цибульским [5].

Обработка полученных данных проводилась с помощью пакета статистических программ SPSS Statistics 21.

Результаты и обсуждение

Из 275 обследованных учащихся, сформированы две группы, 1 группа - студенты в количестве 135 человек и 2 группа - ученики старшей школы, в количестве 140 человек. Данные, полученные в результате проведенного исследования в последующем, рассматривались в сравнении с учетом выделенных групп.

Анализ данных демографического опросника и опросника «Отношение к пандемии» показал, что в условиях карантина большинство учащихся и студентов остались дома (75% и 80%) и у них было достаточно возможностей для дистанционного обучения, а также была возможность проводить время на улице. При этом у всех обучающихся в условиях карантина увеличилось время, уделяемое хобби (75% и 80%). Однако большинство студентов и школьников отметили, что у них изменился вес. Большая часть респондентов боится коронавируса COVID-19 и последствий пандемии для себя и своих близких.

Экстренный переход на онлайн-обучение показал, что ранее большинство обучающихся не использовали дистанционный формат обучения (76% и 49%). Студенты отметили, что их обучение в основном проходит через видеоконференцсвязь (80%), а учащиеся указали, что им необходимо было посмотреть видео лекции и выполнить задания по представленным материалам (30%). В условиях карантина и студентам, и учащимся не хватало общения, также им было сложно задавать вопросы преподавателю, уточнять то, что было непонятно в онлайн-форме.

Анализ данных опросника совладания со стрессом (К. Карвер, М. Шейер, Дж. Вейнтрауб) показал, что статистически значимые различия ($p < 0,05$) между группами были получены по следующим шкалам (конструктивные копинг-стратегии поведения): 1. «Использование инструментальной социальной поддержки». Развитие коммуникативных навыков и изменившийся характер учебной деятельности приводят к тому, что студенты чаще прибегают к помощи со стороны, чем школьники. 2. «Сдерживание». В подростковом возрасте сдерживание собственных негативных эмоций представляется достаточно тяжелой задачей, в то время как, взрослым людям справляться с этим гораздо легче. О чем свидетельствует выбор студентов. 3. «Принятие». С взрослением у человека формируются механизмы рациональной

оценки действительности, что является неотъемлемой частью принятия реальности стрессовой ситуации. И студенты чаще используют эту стратегию. 4. «Планирование». Большее количество опыта совладания со стрессовыми ситуациями позволяет студентам планировать наперед свое поведение в случае контакта со стрессором. 5. «Активное совладание». Студенты имеют более высокие показатели по данной шкале вследствие того, что обладают большим жизненным опытом,

Также были получены статистически значимые различия ($p < 0,05$) данных по опроснику совладания со стрессом между группами по следующим шкалам (неконструктивные копинг-стратегии поведения): «Концентрация на эмоциях и их активное выражение» и «Использование эмоциональной социальной поддержки» в большей степени характерны для студентов. По сути фокусировки на неприятных эмоциях, неприятностях и выражении чувств, а также стремления найти эмоциональную, моральную поддержку, сочувствие и понимание не способствуют социально-психологической адаптации. Копинг стратегия «Отрицание», в большей степени характерная для школьников, также не способствует социально-психологической адаптации, поскольку при использовании этой стратегии поведения школьники отказываются верить в случившееся или же пытаются отрицать его реальность.

Анализ данных по опроснику опросник «Шкала воспринимаемого стресса-10» показал, что уровень перенапряжения и воспринимаемого стресса значимо выше ($p < 0,01$; $p < 0,05$) у школьников, а у студентов на статистически значимом уровне ($p < 0,01$) в большей степени преобладает уровень усилий, прилагаемых для преодоления стрессовой ситуации.

По результатам анализа данных по опроснику «Диагностика агрессии» А. Басса и М. Перри были обнаружены статистические достоверные различия между студентами и учениками по шкалам «Физическая агрессия» ($p \leq 0,001$), «Враждебность» ($p \leq 0,01$), «Гнев» ($p \leq 0,01$) и по общему показателю агрессивности ($p \leq 0,01$).

Проявления физической агрессии и гнева в стрессовых ситуациях в большей степени характерно для школьников, а проявление враждебности (непрямой способ выражения агрессии) в стрессовых ситуациях в большей степени характерно для студентов. Надо сказать, что и общий показатель агрессивности больше выражен у школьников.

Заключение

Подводя итоги, можно сказать следующее. В условиях карантина большинство учащихся и студентов находились дома. У большинства представителей обеих групп были достаточные условия и возможности для дистанционного обучения. Как у школьников, так и у студентов появилось больше возможности проводить время на улице с друзьями. Ситуация карантина негативно сказалась на здоровье как учащихся, так и студентов, в частности у представителей обеих групп изменился вес. И при этом, в условиях карантина и студентам, и учащимся не хватало общения как со сверстниками, так и с преподавателями, также им сложно было задавать вопросы преподавателю, с целью уточнить то, что было непонятно в онлайн-форме.

Однако методы преподавания несколько отличались: студенты отметили, что их обучение в основном проходило через видеоконференцсвязь, а учащиеся показали, что им необходимо было просмотреть видео лекции и выполнить задания по теме лекционного материала.

Анализ полученных данных показал, что такие конструктивные копинг-стратегии поведения как «Использование инструментальной социальной поддержки», «Сдерживание», «Принятие», «Планирование», «Активное совладание» характерны для студентов. Надо сказать, что преобладание использования конструктивных копинг-стратегий отмечено именно у студентов, по сравнению со школьниками. Другими словами, студенты, приняв реальность произошедшего, воздерживаются от слишком поспешных, импульсивных действий, ожидая подходящего для действий момента, чтобы предпринять активные шаги или прямые действия, направленные на преодоление стрессовой ситуации. При этом они склонны обдумывать то, как действовать в отношении трудной жизненной ситуации и разрабатывать стратегии поведения, не отказываясь от стремления получить совет, помощь или информацию.

Полученные различия между группами по шкалам неконструктивных копинг-стратегий поведения: «Концентрация на эмоциях и их активное выражение» и «Использование эмоциональной социальной поддержки» в большей степени характерны для студентов. По сути фокусировки на неприятных эмоциях, неприятностях и выражении чувств, а также стремления найти эмоциональную, моральную поддержку, сочувствие и понимание не способствуют социально-психологической адаптации. Копинг стратегия «Отрицание», преобладающая в поведении школьников, также не способствует социально-психологической адаптации, поскольку при использовании этой стратегии поведения школьники отказываются верить в случившееся или же пытаются отрицать его реальность.

Уровень перенапряжения и воспринимаемого стресса значимо выше у школьников, а у студентов в большей степени преобладает уровень усилий, прилагаемых для преодоления стрессовой ситуации. Что приводит к проявлению у школьников гнева - аффективного компонента, включающего в себя физиологическое возбуждение и подготовку к проявлению физической агрессии в стрессовых ситуациях. При этом и общий показатель агрессивности больше выражен у школьников.

А у студентов стрессовые ситуации приводят к проявлению враждебности – когнитивного компонента, основанного на переживании чувства несправедливости и ущемленности, неудовлетворенности желаний. в стрессовых ситуациях.

Надо сказать, что все эти показатели в совокупности не способствуют эффективной социально-психологической адаптации участников образовательного процесса, а это, в свою очередь, не способствует усвоению знаний, умений и навыков на уровне государственного стандарта.

Литература

1. Абабков В. А. Валидизация русскоязычной версии опросника «шкала воспринимаемого стресса-10» [Электронный ресурс] / В.А. Абабков, К. Барышникова, О.В. Воронцова-Венгер, И.А. Горбунов [и др.] // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика. 2016, Вып. 2, С. 6–15. Режим доступа: <https://doi.org/10.21638/11701/spbu16.2016.202> (дата обращения: 10.05.2020).
2. Битюцкая Е. В. Современные Подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями [электронный ресурс] // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2011, № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-podhody-k-izucheniyu-sovladaniya-s-trudnymi-zhiznennymi-situatsiyami> (дата обращения: 10.09.2021).

3. Горбатова М. М. Билан М. А., Ермолаева Е. Н. Система представлений студенческой молодежи о социальных аспектах covid-19 [электронный ресурс] / М. М. Горбатова, М. А., Билан, Е. Н. Ермолаева // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2020. № 4 (40). Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sistema-predstavleniy-studencheskoy-molodezhi-o-sotsialnyh-aspektah-covid-19> (дата обращения: 2.09.2021).
4. Доклад «Youth and COVID-19: Impacts on Jobs, Education, Rights and Mental Well-Being» издан Международной организацией труда (МОТ), международной молодежной некоммерческой организацией AIESEC, Чрезвычайным целевым фондом Европейского союза для Африки, Европейским молодежным форумом, Управлением Верховного комиссара ООН по правам человека и Основной группой по делам детей и молодежи [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://yntymak.kg/ru/iz-za-pandemii-covid-19-bolee-70-protstentov-molodyh-lyudej-na-planete-ne-mogut-normalno-uchitsya/> (дата обращения: 2.09.2021).
5. Ениколопов С. Н. Психометрический анализ русскоязычной версии Опросника диагностики агрессии А. Басса и М. Перри / С.Н. Ениколопов, Н.П. Цибульский // Психологический журнал. 2007. Т. 28. № 1. С. 115–124.
6. Исаева Е. Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни / Е.Р. Исаева. СПб.: СПбГМУ, 2009. 136 с.
7. Ломов Б. Ф. Системность в психологии / Б.Ф. Ломов. М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та; Воронеж: МОДЭК, 2003. 422 с.
8. Рассказова Е. И и др. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE / Е.И. Рассказова, Т.О. Гордеева, Е.Н. Осина // Журнал Высшей школы экономики. М. 2013 Т. 10, № 1. С. 82–118.

СВЯЗЬ КИБЕРВИКТИМНОСТИ И КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ И ЮНОШЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИХ ТИПИЧНОЙ РОЛИ В СИТУАЦИИ КИБЕРБУЛЛИНГА

Вихман А. А., Пермь (Россия), кандидат психологических наук, доцент кафедры практической психологии Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета, vixmann@mail.ru

DOI:

В статье представлены результаты эмпирического исследования связи критического мышления и кибервиктимности на репрезентативной выборке юношей и старших подростков. Было обнаружено, что с увеличением успешности выполнения теста на критическое мышление, увеличивается вероятность кибервиктимизации в группе «обидчик-жертва» (0,21; $p < 0,05$). В группах «жертва без киберагрессии» и «без опыта кибербуллинга» достоверных связей критического мышления и кибервиктимности не обнаружено.

Ключевые слова: цифровая социализация, кибервиктимность, критическое мышление, подростковый и юношеский возраст.

Финансирование: гос.задание № 07-00080-21-02 от 18.08.2021г. номер реестровой записи № 730000Ф.99.1