

Е. Ч. Алехнович,

*кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры психологии и педагогики учреждения образования
«Белорусский государственный университет культуры и искусств»,
г. Минск, Беларусь*

ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ СТУДЕНТОВ БГУКИ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ КОГНИТИВНОЙ ГИБКОСТИ

Аннотация. В статье рассматривается копинг (совладающее, или адаптивное, поведение личности в стрессовой ситуации для достижения минимизации внешних негативных воздействий и поддержания эмоционального равновесия путем их преобразования), показаны современные трактовки копинг-стратегий проанализирована связь академической успеваемости студентов с уровнем их интеллектуальной гибкости, выявлены и описаны особенности основных копинг-стратегий испытуемых, имеющих разный уровень интеллектуальной гибкости.

Ключевые слова: копинг-стратегия, совладающее поведение, интеллектуальная гибкость, фрустрация, акцентуация характера, гипертимность, экзальтированность, циклотимность, эмотивность, дистимичность.

A. Ch. Aliakhnovich,

*PhD psychological, Associate Professor, Associate Professor of the
Department of Psychology and Pedagogy of the Educational Establishment
of the Educational Institution "Belarusian State University
of Culture and Arts", Minsk, Belarus*

Abstract. The article discusses coping (owning or adaptive behavior of an individual in a stressful situation to achieve minimization of external negative influences and maintain emotional balance by transforming them), the article describes modern interpretations of coping strategies, describes the relationship between students' academic performance and their level of intellectual flexibility, identifies and describes the features of the main coping strategies of the subjects, which differ in levels of intellectual flexibility.

Keywords: coping strategy, coping behavior. intellectual flexibility, frustration, character accentuation, hyperthymism, exaltation, cyclothymism, emotiveness, dysthymia.

На современном этапе развития общества в условиях динамичных социальных общественных процессов тема совладающего поведения приобретает особую актуальность и значимость. Полагаем, интерес к ней будет возрастать и в дальнейшем.

Начало исследованиям в указанной области в 60-е гг. XX в. положили Р. Лазарус, С. Фолкман и их коллеги. Изначально под понятием «совладающее поведение» (адаптивное поведение, coping) понимались постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия, прилагаемые человеком для того, чтобы справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые чрезмерно напрягают или превышают его ресурсы [1].

В дальнейшем этот вопрос изучали такие зарубежные и отечественные исследователи, как Э. Грингласс, Э. Хайм, К. Хорни, Р. Шварцер, Ф. Е. Василюк, А. В. Либин, И. М. Никольская, А. А. Реан и др.

Бесспорно, за время изучения копинга его понимание существенно расширилось и стало глубже. Существует ряд трактовок этого феномена. В предлагаемом исследовании мы придерживались понимания копинга как формы совладающего, или адаптивного, поведения личности в стрессовой ситуации для достижения минимизации негативных воздействий внешних обстоятельств и поддержания эмоционального равновесия путем приспособления или преобразования возникших ситуаций [2, с. 32].

Исследователи предлагают все формы совладающего поведения делить на несколько типов: к первой группе относить копинги проблемно ориентированных моделей поведения, направленные на поиск способов, связанных с преодолением самого источника фрустрации, например, такие как принятие ответственности, поиск решения проблем. Ко второй – эмоционально ориентированные формы совладания – поиск социальной поддержки, копинги конфронтации и самоконтроля. И к третьей группе – копинги избегания, например, копинги дистанцирования или бегства [3, с. 4].

Мы изучали особенности копинг-стратегий студентов Белорусского государственного университета культуры и искусств в зависимости от уровня их академической успеваемости, гибкости мышления и типа акцентуации характера.

В исследовании приняли участие 44 человека, обучающиеся на втором и третьем курсах факультетов музыкального и хореографического искусства, а также факультета художественной культуры.

В ходе исследования мы использовали опросник способов совладания (адаптация методики WCQ), тест интеллектуальной гибкости Лачинса, а также методику диагностики типов акцентуации Г. Шмишека.

Полученные результаты показали, что в данной выборке испытуемых имеется не явная, но тем не менее обратная зависимость между уровнем их академической успеваемости и гибкостью мышления.

Полагаем, данный факт можно объяснить тем, что студенты, не имеющие высокого уровня успеваемости, вынуждены проявлять более широкий диапазон адаптивных моделей поведения, искать разные способы решения вопросов, связанных с их академической успеваемостью. Бесспорно, это легче делать, имея высокую интеллектуальную гибкость.

Кроме того, было обнаружено, что из десяти типов акцентуации, которые позволяет выявить опросник Г. Шмишека, наиболее распространенными в данной выборке испытуемых оказались гипертимный, циклоидный и демонстративный. Такой результат во многом подтверждает результаты, полученные Т. В. Орловой, А. А. Деркачом, В. Г. Зазыкиным. Эти и другие исследователи подчеркивали, что выбор профессии личностью коррелирует с типом акцентуации ее характера. Бесспорно, представителям творческих профессий часто свойственны склонность к демонстративному, несколько экзальтированному поведению, частая смена настроения. Поэтому такой результат нашего исследования вполне закономерен. Полученные данные мы отразили в таблице.

Таблица

Частота встречаемости различных типов акцентуации характера у испытуемых студентов (%)

Тип акцентуации	%	Тип акцентуации	%
гипертимный	34	циклотимический	57
застревающий	22,7	возбудимый	36,4
педантичный	18	дистимический	15,9
эмотивный	31	демонстративный	34
тревожный	18	экзальтированный	34

Как правило, профиль акцентуации неоднороден и включает в себя несколько типов одновременно. В данной выборке испытуемых доминирует циклотимический тип акцентуации характера (57 %). Несколько реже встречаются возбудимый (36,4 %), а также в равных долях демонстративный, экзальтированный и гипертимный типы – 34 %.

Анализ предпочитаемых студентами стратегий показал, что в ситуациях стресса чаще всего они выбирают избегающий копинг: как один из наиболее популярных он был назван 61,4 % испытуемых (55 % девушек и 75 % юношей). Достаточно часто в качестве способа совладания с фрустрацией студенты называли стратегию придания положительного смысла происходящему. В количественном выражении в данном случае показатели следующие: 47,7 % испытуемых в целом (50 % девушек и 32 % юношей). Также в число наиболее частых стратегий вошел копинг самоконтроля – 54,5 % (53 % девушек и 16,6 % юношей).

Копинг-стратегии конфронтации с окружающими, поиска поддержки, уменьшения значимости происходящего встречались гораздо реже.

Отметим также, что в данной выборке испытуемых копинг принятия ответственности на себя не встретился ни разу. Одной из причин этого, полагаем, является общая психологическая особенность людей данного возраста – их недостаточная психологическая зрелость, признаком которой как раз и является неспособность личности нести ответственность за свои поступки, их выбор и последствия.

Анализ предпочитаемых студентами копинг-стратегий в зависимости от уровня их интеллектуальной гибкости показал, что у испытуемых, имеющих высокий уровень интеллектуальной гибкости, чаще всего наблюдаются такие копинги, как анализ ситуации и избегание (75 %), а также самоконтроль и придание ситуации новых смыслов.

Студенты, имеющие низкий уровень когнитивной гибкости, чаще всего использовали копинг самоконтроля (77,8 %) и избегания (66,7 %).

Разнообразие форм учебной аудиторной и внеаудиторной работы позволяет успешно формировать у студентов более зрелые копинг-стратегии в стрессовых ситуациях. К их числу можно отнести способность к анализу возникшей ситуации и

поиск выхода из нее, способность обращаться за помощью, навык уменьшения смысловой нагрузки фрустрирующих событий.

При условии целенаправленной работы преподавателя в данном направлении эта задача может быть успешно решена.

1. Лазарус, Р. Индивидуальная чувствительность и устойчивость к психологическому стрессу / Р. Лазарус // Психологические факторы на работе и охрана здоровья. – М., 2018. – С. 121–126.

2. Маркер, А. В. Особенности и взаимосвязь копинг-стратегий у студентов-психологов / А. В. Маркер, А. В. Хандархаев // Изв. Иркут. гос. ун-та. Сер.: Психология. – 2017. – Т. 20. – С. 32–38.

3. Рассказова, Е. И. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы [Электронный ресурс] / Е. И. Рассказова, Т. О. Гордеева // Психологические исследования: электрон. науч. журн. – 2011. – № 3 (17). – Режим доступа: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/850>. – Дата доступа: 23.09.2022.

УДК 792.075:378

*А. М. Аляхновіч,
кандыдат філалагічных навук, прафесар,
прафесар кафедры рэжысуры ўстановы адукацыі
«Беларускі дзяржаўны ўніверсітэт культуры і мастацтваў»,
г. Мінск, Беларусь*

МАСТАЦКА-ВОБРАЗНАЕ МЫСЛЕННЕ Ў КАНТЭКСЦЕ ГІСТАРЫЧНАГА РАЗВІЦЦЯ

Анатацыя. Даследуецца эвалюцыя мастацка-вобразнага мыслення. Паказваецца, што ўзровень развіцця мастацка-вобразнага мыслення з'яўляецца вызначальным крытэрыем прафесійнай кампетэнцыі рэжысёра. Фантазія рэжысёра працуе прадуктыўна толькі ў тым выпадку, калі яна спалучаецца з дзейнасцю ўяўлення. Здольнасць мысліць вобразамі патрабуе ад рэжысёра ведаў – жыццёвых, мастацкіх, філасофскіх, псіхалагічных і інш. Звяртаецца ўвага на актуалізацыю іншасказальных сродкаў у фарміраванні мастацкага вобраза свята.

Ключавыя словы: вобраз, фантазія, уяўленне, глядач, мысленне, сімвал, алегорыя, метафара, знак, канцэпцыя.

*A. Alyahnovich,
PhD in Philology, Professor, Professor of the Educational Institution
"The Belarusian State University of Culture and Arts", Minsk, Belarus*