

## СРАВНЕНИЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО И ШЕСТОГО КУРСОВ УГМА

Т.В. Лозовая, В.В. Лозовой  
Кафедра психологии и педагогики  
Уральская государственная медицинская академия

В период обучения в вузе студенты уязвимы в плане как соматического, так и нервно-психического здоровья [4;5;6;7]. Это определяется в первую очередь ломкой привычных стереотипов жизни и учебы, сочетающейся с частой материальной и бытовой неустроенностью, неопределенностью социального статуса, интенсивной умственной работой и периодическим экзаменационным стрессом [5, 7].

В то же время, дальнейшее эффективное осуществление врачебной деятельности и профессиональный рост требуют развитых копинг-ресурсов и копинг-стратегий, взаимодействие которых составляет адаптивное проблем-разрешающее поведение специалиста в любых условиях [1;2;3].

Общей целью данного исследования являлось изучение динамики копинг-поведения у студентов педиатрического факультета УГМА в процессе обучения в вузе.

В исследовании участвовали 79 студентов педиатрического факультета УГМА. Из них 37 студентов I курса (11 мужчин и 26 женщин) и 42 студента 6 курса (13 мужчин и 29 женщин).

Исследовались формы копинг-поведения студентов с помощью методики E.Heim [8].

На первом курсе студенты чаще использовали адаптивные формы когнитивных стратегий (62,5 %), неадаптивные – в 27,1 % и реже – относительно адаптивные (10,5 %). У студентов старших курсов выявлено снижение удельного веса адаптивных стратегий, особенно явное снижение отмечается в когнитивной и поведенческой сферах (в 1,6 и 1,7 раза соответственно).

В когнитивной сфере у студентов первого курса самыми частыми были "проблемный анализ" и "сохранение самообладания". Это значит, что первокурсники использовали копинги, направленные на анализ возникших трудностей и возможных путей выхода из них, на эмоциональный контроль в трудной ситуации, усиливающий уверенность в возможности совладания с ситуацией угрозы. Такие формы когнитивных копинг-стратегий считаются успешными и адаптивными.

Из неадаптивных форм в группе первокурсников чаще встречалась "диссимуляция" и "смирение". Это значит, что первокурсники применяли формы поведения с умышленной недооценкой неприятностей и отказом от преодоления трудностей из-за неверия в свои силы.

Из относительно адаптивных форм чаще выбиралась "религиозность".

В когнитивной сфере студентов шестого курса особенное снижение отмечается за счет "установки собственной ценности" и "сохранения самообладания", что означает снижение самооценки, способности к самоконтролю и снижению веры в собственные ресурсы для преодоления трудных ситуаций. В то же время появилась или увеличилась доля неадаптивных форм – "игнорирование" и "смирение", что означает отказ от борьбы и недооценку неприятностей.

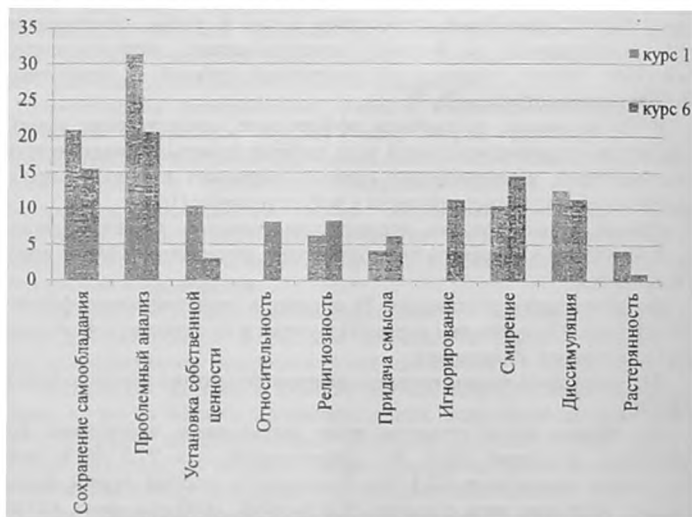


Рис. 1. Когнитивные копинг-стратегии студентов

В эмоциональной сфере у студентов первокурсников также чаще встречались адаптивные и неадаптивные формы стратегий (62,6 % и 28,0 % соответственно). Реже встречались относительно адаптивные (9,4 %).

Адаптивные стратегии чаще других были представлены "оптимизмом" – уверенность в возможности решить проблему и справиться с трудностями, а из неадаптивных – "подавление эмоций".

У студентов шестого курса в эмоциональной сфере наблюдалось снижение "оптимизма" и чаще встречалось "подавление эмоций" (рис. 2).

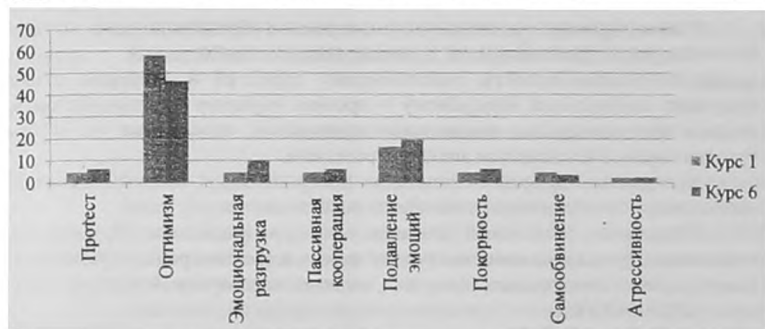


Рис. 2. Эмоциональные копинг-стратегии студентов

В поведенческой сфере у первокурсников чаще встречались адаптивные формы когнитивных стратегий (48 %), неадаптивные – в 28,0 % и реже – относительно адаптивные (24 %).

Наиболее часто в поведенческой сфере отмечено "сотрудничество" со значимыми людьми в процессе решения проблемы и "обращение" за советом. Указанные формы копинг-поведения являются адаптивными. В поведенческой сфере отмечено резкое снижение адаптивного копинга "сотрудничество" (в 4,4 раза) за счет увеличения доли относительно адаптивных копингов ("отвлечение" и "компенсация") и неадаптивные ("отступление"). Это означает что студенты 6 курса при столкновении с трудностями вместо того, чтобы сотрудничать со значимыми для них людьми, предпочитают отвлечение от проблем с помощью алкоголя, лекарственных средств, различных хобби, либо стремятся к изоляции, уединению и одиночеству (рис. 3).

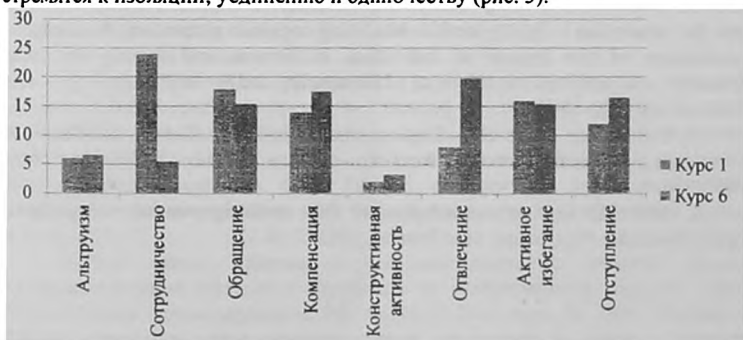


Рис. 3. Поведенческие копинг-стратегии студентов

Таким образом, традиционное медицинское образование само по себе не способствует развитию и воспитанию необходимых личностно-профессиональных качеств, поведенческих стратегий и ресурсов личности будущего специалиста. Вот почему в процесс обучения в медицинском вузе должны быть внедрены специальные программы, нацеленные на обучение будущих врачей адаптивным копинг-стратегиям.

Критериями эффективности таких программ могут быть снижение доли неадаптивных и увеличение доли адаптивных копингов.

Следствием позитивной динамики копингов в процессе обучения могут стать повышение адаптивности студентов, что, в свою очередь, отразится на их психическом и соматическом здоровье, а также академической успеваемости.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Дуброва В.П. Некоторые аспекты психологической подготовки врача к терапевтическому взаимодействию с пациентом // Психологическая наука и образование. – 2000. – №3.

2. Жукова М. И. Социально-психологические факторы успешности десятилетия врача: Дис. канд. психол. наук. М., 1990.

3. Лигер С. А. Формирование копинг-поведения студентов медицинского вуза и его влияние на личностно-профессиональное развитие врача: Дис. канд. психол. наук. М., 1997.

4. Чехлатый Е.И. Исследование копинг-механизмов у студентов вузов в связи с задачами первичной психогигиены и психопрофилактики // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 2006 – № 3.

5. Юрасова Е.Н., Чехлатый Е.И. Динамика уровня невротичности и внутриличностных конфликтов у студентов (педагогов и психологов) в процессе обучения. Обозр. психиат. и мед. психол. им. В.М.Бехтерева. – 1994– № 1.

6. Aspinwall L.G., Taylor S.E. Modeling cognition adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance // Journal of Personality and Social Psychology. – 1992. – Vol. 63. – P. 989-1003.

7. Fields L., Prinz R.J. Coping and adjustment during childhood and adolescence // Clinical Psychology Review. – 1997. – Vol. 17. - N 8. – December. – P. 937-976.

8. Heim E. Coping und Adaptivitat: Gibt es Geeignetes oder Ungeeignetes Coping Psychoter Psychosom Med Psychol 1988; 1: 8–17.