

8. Psikhologiya: slovar' [Psychology: Dictionary] / [pod obshch.red. A.V.Petrovskogo, M.G.Yaroshevskogo] – 2-e izd., ispr. idop. – M.: Politizdat, 1990. – 494s.
9. Sel'e G. Stress bez distressa[Stress without distress:] [per.sangl.; obshch.red. A.N.Luka, I.S. Khorola pod obshch.red. E.M.Krepsa] – M.: Progres, 1979. – 124s.
10. Syndrom «profesijnogovygorannja» ta profesijnakar'jerpracivnykivosvitnihorganizacij: genderniaspekty: navchal'nyjposibnykdjastudentivvyshhyhnavchal'nyhzakladiv ta sluhachivinstytutivpisljadyplomnoi' osvity [The syndrome of "burnout" and career employees of educational institutions: a gender perspective: a textbook for university students and students of institutes of Continuing Education] [zanauk. red. S.D.Maksymenka, L.M.Karamushky, T.V.Zajchykovoï] – K.:Milenium, 2004. – 264s.

**Grebeniuk, O.A. The theoretical aspects of the study features of the concept of stress in human life and activities.** The article is focused on the justification of the basic classifications of stress models. We analyzed the definitions of both national and foreign researchers to understand the concept of stress, causes and some consequences of this phenomenon. We considered the basis and the effects of stress on human life and activity. Stress as a phenomenon can be described as qualitatively different from homeostasis physiological condition caused by the action of quite different stimuli on the body. From a psychological point of view it can be described as a subjective reaction, reflecting the state of tension and excitement, a complex mental states of the person as a result of various social and psychological factors. The consequences of such states can be positive or negative, depending on the intensity of the human experience with regard to any event. Negative stress can cause deterioration of our sense of well-being, physical health. It can be responsible for increasing anxiety, exhaustion of human energy resources, professional deformation, professional burnout etc.

**Keywords:** stress, emotional state, emotional tension, physiological stress, psychological stress.

УДК 316.62:159.922-057.875

## ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У СТУДЕНТІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

**Н.О. Губа**

кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології  
Запорізький національний університет  
natalya-guba@yandex.ru

**Н.В. Козюра**

студентка факультету соціальної педагогіки та психології  
Запорізький національний університет  
nata.kozura@mail.ru

**Губа Н.О., Козюра Н.В. Особливості формування копінг-стратегій у студентів різних спеціальностей.** У статті відображені теоретичні аспекти формування копінг-стратегій, основні підходи до визначення адаптивної поведінки, описані вітчизняними та зарубіжними психологами. Розглянуто фактори, які детермінують вибір копінг-стратегій, а також виділено та проаналізовано додатковий фактор характерний для студентської молоді – сфера майбутньої професійної діяльності. Наведено результати емпіричного дослідження особливостей формування копінг-стратегій у студентів різних спеціальностей. Визначено суттєві відмінності у переважанні таких стратегій як самоконтроль та пошук соціальної підтримки у студентів медичної та психологічної професійних сфер, також характерні розбіжності у виборі когнітивних та емоційних стратегій.

**Ключові слова:** копінг-стратегії, студентська молодь, професійне становлення, адаптивна поведінка, сфера діяльності, самоконтроль, пошук соціальної підтримки.

**Губа Н.А., Козюра Н.В. Особенности формирования копинг-стратегий у студентов разных специальностей.** В статье представлены теоретические аспекты формирования копинг-стратегий, основные подходы к определению совладающего поведения, описанные отечественными и зарубежными психологами. Рассмотрены факторы, которые детерминируют выбор копинг-стратегий, а также выделено и проанализировано дополнительный фактор, характерен для студенческой молодежи – сфера будущей профессиональной деятельности. Приведены результаты эмпирического исследования особенностей формирования копинг-стратегий у студентов разных специальностей. Определены существенные различия в преобладании таких стратегий как самоконтроль и поиск социальной поддержки студентов медицинской и психологической профессиональных сфер, также характерные различия в выборе когнитивных и эмоциональных стратегий.

**Ключевые слова:** копинг-стратегии, студенты, профессиональное становление, адаптивное поведение, сфера деятельности, самоконтроль, поиск социальной поддержки.

**Постановка проблеми.** Сучасні умови життя, вплив негативних факторів, постійна адаптація можуть призводити до виникнення стресових ситуацій. Для подолання стресу людина використовує власні копінг-стратегії на основі наявного особистісного досвіду та копінг-ресурсів. Кожний період життєвого становлення характеризується специфічними стресовими подіями.

Окремо слід розглянути період студентського життя, яке представлене жорсткими вимогами до навчання, постійною конкуренцією та нестабільністю системи освіти. В наукових джерелах недостатньо проаналізовано фактори та особливості формування копінг-стратегій студентської молоді. Отже, дана проблема є актуальною, оскільки адаптивна поведінка у важких життєвих ситуаціях багато в чому визначає ефективність адаптації до нових умов життя, безпосередньо впливає на академічну успішність, професійний розвиток та особистісну сформованість.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Основні підходи до розуміння копінг-поведінки переважно розроблені зарубіжними дослідниками (Р. Лазарус і С. Фолкман, К. Карвер, Дж. Ормелі і Р. Сандерман, Х. Хекхаузен та ін.). Українськими та російськими психологами також вивчалися явища, пов'язані з оволодіваючою, адаптивною поведінкою (Л.І. Анциферова, В.А. Бодров, В.С. Мерлін, С.К. Нартова-Бочавер, В.Д. Небиліцин, Б.М. Теплов та ін.).

В даний час проблема копінг-поведінки у студентів досліджується в роботах В.А. Бодрова, Т.Л. Крюкової, С.К. Нартова-Бочавер, які розглянули ресурси оволодіваючої поведінки, чинники подолання труднощів, мотивацію адаптативної поведінки в навчально-професійної діяльності [2; 5; 6; 8]. Механізми подолання труднощів вивчаються Л.І. Анциферовою, В.А. Бодровим, С.А. Шапкіним та іншими [1; 2]. Але залишаються ще не достатньо вивченими деякі, як теоретичні так і емпіричні характеристики копінг-стратегій, однією з таких проблем є дослідження відмінностей формування копінг-стратегій у студентів з різною професійною спеціалізацією.

**Мета статті:** дослідити та проаналізувати відмінності формування копінг-стратегій у студентів в різних майбутніх професійних сферах.

**Виклад основного матеріалу дослідження з обґрунтуванням отриманих результатів.** Проаналізувавши наукові джерела з проблеми дослідження, було визначено, що адаптивна поведінка або копінг-поведінка розглядається як індивідуальний спосіб взаємодії людини з ситуацією, згідно з життєвою значимістю для неї та можливостей людини щодо подолання [2].

Можна виділити три підходи до адаптивної поведінки, що домінують у зарубіжній науковій парадигмі. Перший з них – диспозиційний підхід, що фокусується на питанні, чи існують особливі особистісні якості, які обумовлюють краще оволодіння в критичних ситуаціях і стилі подолання стресу. До даного підходу, як зазначає Т.Л. Крюкова, відносяться Его-аналітична модель З. Фрейда, виділення стилів копінг-поведінки як стійких особистісних утворень, вимірювання рис особистості [5; 6].

Другий підхід – ситуативний або динамічний – розглядає процес подолання стресу і вивчення специфічних стратегій в їх зв'язку зі зміною конкретних ситуацій. До даного підходу відноситься когнітивна модель Р. Лазаруса [11]. Він і його послідовники вважають, що стиль подолання стресу визначає не стільки особистість індивіда, скільки сама стресова ситуація.

Третій підхід до копінг-поведінки – інтегративний. Автори, які дотримуються даного підходу, вважають, що на вибір копінг-стратегій впливають як особистісні, так і ситуаційні аспекти.

У вітчизняній психології звернення до проблематики копінг-стратегій зумовлено розширенням уявлень про форми особистісної активності людини, увагою до проблем саморегуляції і посиленням в рамках суб'єктно-діяльничого підходу. А.Г. Маклаков вважає копінг-поведінку адаптаційним потенціалом людини, яка включає в себе наступні характеристики: нервово-психічну стійкість, рівень якої забезпечує толерантність до стресу; самооцінку особистості, яка є ядром саморегуляції і визначальну ступінь адекватності сприйняття умов діяльності і своїх можливостей; відчуття соціальної підтримки, що обумовлює почуття власної значущості для оточуючих; рівень конфліктності особистості; досвід соціального спілкування [7].

А.А. Реан у своїй статті [9] пише, що поведінка багато в чому залежить від рівня суб'єктивного контролю, або локусу контролю – базової особистісної характеристики, за якою можна судити про те, якою мірою людина вважає себе активним суб'єктом своєї власної діяльності, а в якій мірі – пасивним об'єктом дій інших людей і зовнішніх обставин.

В рамках дослідження факторів, конкретних умов, механізмів, які впливають на формування копінг-стратегій не існує єдиної точки зору. Особливе місце займають питання про роль різних особистісних структур у даному процесі. Одним з найбільш істотних таких утворень в рамках студентського віку виступає самооцінка. В.І. Голованевська вважає, що у виборі конструктивних копінг-стратегій необхідно мати реалістичне уявлення про власні можливості, тобто реалістичну оцінку самого себе [3].

Також не менш важливим фактором формування копінг-стратегій визначають розвиток пізнавальних процесів особистості. Дані ідеї найбільш яскраво спостерігається в структурній теорії Р. Плутчика [10].

Підхід до вирішення питання про фактори, які впливають на формування копінг-стратегій представлений в дослідженні Л.Р. Гребеннікова. Всі виділені їм фактори, що впливають на процес утворення копінг-стратегій, можна умовно розділити на зовнішні (фактори середовища) і внутрішні (особистісні). До внутрішніх факторів віднесені: динамічні особливості психіки суб'єкта; досвід вирішення проблем адаптації; особливості задоволення базових психологічних потреб особистості. У число зовнішніх факторів входять: наявність специфічної ситуації; дестабілізуючий вплив середовища.

В ході наукового пошуку було сформульоване припущення, що різні майбутні професійні сфери студентської молоді обумовлюють переважання відмінних копінг-стратегій, а саме розглядались дві сфери: медицина та психологія. Ми припустили, що для студентів медичної сфери характерна копінг-стратегія – пошук соціальної підтримки, для студентів психологів – самоконтроль. З метою перевірки даної гіпотези, на базі Запорізького національного університету та Запорізького державного медичного університету було проведено емпіричне дослідження.

В дослідженні взяли участь 62 респонденти, а саме 35 студентів II курсу Медичного університету, 27 студентів II курсу факультету соціальної педагогіки та психології Запорізького національного університету. Віковий діапазон студентської вибірки складав від 18 до 22 років.

З метою визначення переважаних способів подолання стресу, а також рівень напруги характерної копінг-стратегії було використано опитувальник «Способи оволодіючої поведінки» Р.Лазуруса.[11] Для більш точного визначення основних копінг-стратегій переважаних у студентів та аспірантів використовувалась «Методика для психологічної діагностики копінг-механізмів» Хейма.

Після проведення опитувальника «Способи оволодіючої поведінки» Р.Лазуруса серед студентів двох спеціальностей було проведено аналіз та порівняння результатів кожної копінг-стратегії, включаючи три рівня напруги. Отримані результати представлені у табл..1.

Таблиця 1

## Результати визначення копінг-стратегій у студентів

Копінг-стратегії	Рівень	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	Сф.проф. діяльності	Медиц.	Психол.	Медиц.	Психол.	Медиц.	Психол.
Конфронтація		17%	7%	71%	89%	12%	4%
Дистанціювання		17%	15%	60%	55%	23%	30%
Самоконтроль		37%	63%	52%	37%	11%	0
Пошук соціальної підтримки		42%	26%	46%	59%	12%	15%
Прийняття відповідальності		0	0	69%	59%	31%	41%
Уникнення		48%	41%	46%	48%	6%	11%
Планування		43%	45%	51%	55%	6%	0
Позитивна переоцінка		57%	63%	37%	37%	6%	0

Таким чином починаючи з аналізу даних першої стратегії оволодіючої поведінки – конфронтації, можна сказати що більшість респондентів як психологів так і лікарів мають середній рівень напруги даної стратегії – 89% та 71% відповідно.

Порівнюючи ці показники, можна сказати, що відмінності в розподілі є, особливо на середньому та високому рівнях. Високий рівень напруги більш характерний для студентів медичного університету, це обумовлено тим, що лікарям характерна невинуватана наполегливість, а також орієнтація на активне розв'язання проблем, причому активність може бути інколи

деструктивною та не адаптивною, можливо це пов’язано з високою конкуренцією на ринку праці, що тим самим стимулює лікарів до вибору такої стратегії.

Наступною копінг-стратегією для аналізу виступає – дистанціювання. Показники середнього рівня студентів двох спеціальностей є майже ідентичні. Серед студентської молоді ця стратегія може проявлятися у байдужому ставленні до навчання та освіти, у пасивній студентській позиції. Порівняльний аналіз отриманих емпіричних даних свідчить, що наявних відмінностей у прояві дистанціювання студентами різних спеціальностей майже не має.

Зіставивши результати прояву копінг-стратегії –самоконтроль, було визначено, що в даній діагностичній шкалі переважає високий рівень напруги копінгу у студентів психологів, а саме 63%. Такі високі результати у студентів психологічної спеціальності, можна пояснити специфікою професії, адже спеціальність психолога передбачає повний самоконтроль в роботі, контроль емоцій, стану, мови, реакцій та поведінки, все це є невід’ємною складовою професійного становлення. У студентів медичного спрямування переважає середній рівень напруги 52% самоконтролю, що свідчить про те що більшість майбутніх лікарів не в повній мірі здатні до самоконтролю, та прояв даної стратегії може залежати від стресової ситуації. Очевидно, що студенти II-го курсу ще не є сформованими спеціалістами своєї області, але вони перебувають на певному етапі становлення професіоналізму, що наочно і відображають отримані емпіричні дані.

В результаті аналізу основних ознак четвертої копінг-стратегії – пошук соціальної підтримки, було встановлено, що середній рівень прояву копінгу у психологів складає 59%, а у лікарів 46%, також значущими є результати високого рівня прояву стратегії пошук соціальної підтримки, які становлять 26% у студентів психологічного спрямування та 42% у студентів медичного спрямування. Таким чином є характерні відмінності на двох рівнях напруги копінг-стратегії.

На середньому рівні з невеликою різницею даний спосіб оволодіючої поведінки переважає у студентів психологів, але доволі значна різниця у 16% спостерігається на високому рівні, при чому надається перевага цій стратегії студентами медичної сфери діяльності. Ці результати можуть свідчити про те, що для студентів II-го курсу медичного спрямування є більш значущими рекомендації експертів і знайомих, які володіють необхідними знаннями, тобто вони частіше покладаються на досвід та вміння вже професійно сформованих лікарів. Студенти – майбутні лікарі потребують постійного схвалення та приймають рішення в залежності від порад, настанов значущих колег. Студенти психологи, в свою чергу, скоріше за все орієнтовані на власний професійний та життєвий досвід, є самодостатніми особистостями, тому потребують соціальної підтримки та схвалення значно менше.

В ході порівняння результатів копінг-стратегії «прийняття відповідальності» було визначено, що середній рівень прояву даної стратегії у психологів становить 59%, а у лікарів 69%. На високому рівні ця стратегія зовсім не проявляється у студентів обох спеціальностей. Аналізуючи отримані дані, можна зробити висновок, що прояв стратегії є майже однаковим на кожному рівні.

Згідно з результатами шостої шкали, копінг-стратегія уникнення є однією з найпоширеніших стратегій високого рівня напруги. На середньому рівні ця стратегія проявляється у 48% студентів психологічного спрямування та у 46% студентів медичного спрямування. Майже вся остання частина студентів зосереджена на високому рівні прояву, а саме 41% у психологів та 48% у медиків.

Описані показники демонструють, що велика кількість студентів має саме високий рівень прояву уникнення, ключовими діями, а точніше бездіяльністю при цьому є повне ігнорування проблеми, що може бути зумовлено як індивідуальними особливостями, так і деякими професійними навичками, але дана неадаптивна стратегія не є прийнятною як в діяльності психолога, так і в діяльності лікаря, але на даному етапі професійного становлення, навчаючись в університеті така стратегія є прийнятною. Тому можна припустити, що ці показники є лише проявом неповноцінного професійного становлення особистості.

Наступною копінг-стратегією в даному емпіричному дослідженні є «планування вирішення проблеми». При аналізі показників проведеного дослідження, було визначено, що більшість студентів мають середній рівень напруги стратегії адаптивної поведінки, а саме: у психологів 55%, а у лікарів 51%, дещо нижчі показники на високому рівні напруги, студенти-психологи 45%, студенти-лікарі 43%. Результати обох спеціальностей є доволі наближені, та не мають суттєвих відмінностей.

Останньою серед виділених копінг-стратегій є позитивна переоцінка. Порівнюючи отримані результати рівня напруги, було встановлено на середньому рівні студенти психологічного факультету та медичного вузу мають повністю ідентичні результати 37%, а на високому рівні прояву студенти психологи мають 63%, а студенти лікарі 57%. Таким чином, дана шкала демонструє, що цей вид копінг-стратегії переважає на високому рівні. В якості детермінанти цього явища може виступати процес освоєння нової соціальної ролі, прагнення до розвитку, прийняття труднощів, які виникають в процесі освоєння професії. Можна припустити, що показник є характеристикою саме II курсу навчання, коли інформація та події не сприймаються в негативному контексті, характерна висока мотивація досягнення.

Таким чином, можна сказати, що майже на кожному рівні прояву досліджуваних стратегій (окрім конфронтації та пошуку соціальної підтримки) не має суттєвих, очевидних відмінностей прояву у студентів II-го курсу, спеціальності психологія та медицина. Основними причинами цього є незначний досвід студентів у своїй професії, недостатня кількість стресових ситуацій пов'язаних з професійною діяльністю, а тому структура копінг-стилю будується на основі індивідуальних особливостей, суттєво не враховуючи при цьому професійні характеристики, неможливість уявлення спеціалізованої проблеми та побудови адаптивної стратегії.

Аналіз та порівняння за методикою для діагностики копінг-механізмів Хейма проводилось ґрунтуючись на трьох сферах особистісної діяльності: когнітивна, емоційна, поведінкова.

Починаючи з опрацювання даних основних копінг-стратегій когнітивної сфери (табл. 2), можна зазначити, що показники прояву є дещо відмінними, серед студентів медичного спрямування переважають відносно адаптивні стратегії – 43%, а саме відносність –17%, надання змісту –15%, релігійність–11%. В загальному розумінні це форми поведінки, спрямовані на оцінку труднощів у порівнянні з іншими, надання особливого сенсу їх подолання.

Другими за поширеністю є неадаптивні способи оволодіючої поведінки – 29%. Дану групу стратегій, які наявні у студентів-лікарів, становлять смиренність – 6%, розгубленість – 3% та дисимуляція – 20%. Ці стратегії означають пасивні форми поведінки з відмовою від подолання труднощів через невір'я в свої сили та інтелектуальні ресурси. Майже таку відсоткову кількість мають і адаптивні стратегії – 28%, серед них виділяють проблемний аналіз – 14%, установка власної цінності – 3% та збереження самовладання – 11%, дані адаптивні стратегії передбачають форми поведінки, спрямовані на аналіз виниклих труднощів і можливих шляхів виходу з них, підвищення самооцінки і самоконтролю, глибше усвідомлення власної цінності як особистості.

Психологи студентського віку мають дещо відмінні показники, деякі ситуативні стратегії мають різний характер прояву. Так, наприклад, серед когнітивних стратегій переважають неадаптивні – 37%, серед них смиренність – 4%, розгубленість – 7%, дисимуляція – 19%, ігнорування – 7%. Наступними за чисельністю є адаптивні копінг-стратегії – 33%, а точніше проблемний аналіз – 15%, установка власної цінності – 7%, збереження самовладання –11%. Щодо відносно адаптивних когнітивних стратегій, то вони складають 30% від загальної кількості, а саме відносність – 7%, надання змісту – 23%.

Таблиця 2

**Результати визначення когнітивних копінг-стратегій у студентів**

Професійна сфера	адаптивні	неадаптивні	відносно адаптивні
Медицина	28%	29%	43%
Психологія	33%	37%	30%

В процесі дослідження було проаналізовано результати прояву копінг-стратегій емоційної сфери (табл.3). Деякі відмінності знову ж таки можна простежити, особливо при виборі неадаптивних та відносно адаптивних стратегій. Але як у студентів психологів, так і у лікарів в емоційній сфері переважають адаптивні стратегії, а саме: 66% у психологів, серед яких оптимізм – 63%, протест – 3%, у 63% студентів медичного напрямку проявляється адаптивні емоційні стратегії, що включає оптимізм – 51%, протест – 12%. Характеристика даних копінг-стратегій є наступною: емоційний стан з активним обуренням і протестом по відношенню до труднощів і впевненістю в наявності виходу в будь-якій ситуації.

Значно нижчі показники мають неадаптивні стратегії, більш детально у психологів дані стратегії складають 34%, в цю групу стратегій входить придушення емоцій – 15%, покірливість – 4%, самозвинувачення – 7%, агресивність – 8%. У лікарів ці стратегії становлять – 20%, серед них придушення емоцій – 9%, самозвинувачення – 3%, агресивність – 8%. Таким чином, в цілому це варіанти поведінки, які характеризуються пригніченим емоційним станом, станом безнадійності, переживанням злості.

Відносно адаптивні стратегії емоційної сфери наявні лише у студентів лікарів та складають 17%, а саме емоційна розрядка – 9%, пасивна кооперація – 8%. Дані способи оволодіючої поведінки характеризуються як стратегії, які спрямовані або на зняття напруги, або на передачу відповідальності за вирішення труднощів іншим особам.

Таблиця 3

**Результати визначення емоційних копінг-стратегій у студентів**

Професійна сфера	адаптивні	неадаптивні	Відносно адаптивні
Медицина	63%	20%	17%
Психологія	66%	34%	0%

В результаті дослідження поведінкових копінг-стратегій у студентів психологів та лікарів, було визначено, що прояв стратегій на двох спеціальностях є майже однаковим, а також відсотковий розподіл за характером адаптивності також є приблизно однаковим в кожній групі (табл. 4).

Таблиця 4

**Результати визначення поведінкових копінг-стратегій у студентів**

Професійна сфера	адаптивні	неадаптивні	відносно адаптивні
Медицина	34%	31%	35%
Психологія	33%	33%	34%

Так, дещо переважаючими є показники відносно адаптивних стратегій поведінки, у студентів психологічної спеціальності становлять 34%, серед них відволікання – 19%, а конструктивна активність – 15%. У студентів медичного вузу 35%, точніше: компенсація – 3%, відволікання – 26%, конструктивна активність – 6%. В даному випадку високі показники має стратегія відволікання, це може бути наслідком динамічного процесу професійного становлення, тобто відхід від вирішення проблеми.

Не менш значущі результати встановленні в прояві адаптивних поведінкових стратегій. У психологів цей показник досяг 33%, серед яких виділяють співробітництво – 22%, звернення – 6%, альтруїзм – 5%. Щодо студентів медичного спрямування, то прояв адаптивних копінг-стратегій становить 34%, а саме співробітництво – 11%, звернення – 18%, альтруїзм – 5%. Можна провести паралелі з інтерпретацією минулої методики. Лікарі мають високий рівень напруги стратегії пошуку соціальної підтримки, а в даній методиці встановлено доволі високий показник звернення, таким чином можна зазначити, що для медичної спеціальності дійсно є важливою та значущою формою поведінки під час якої лікарі постійно звертаються до компетентнішої особистості за порадою.

Останньою за відсотковою чисельністю групою копінг-стратегій є неадаптивні поведінкові стратегії, результати студентів психологічного спрямування складають 33%, з них активне уникнення – 22%, відступ – 11%. Серед вибірки студентів лікарів дані стратегії проявляються у 31% респондента, а саме активне уникнення – 23%, відступ – 8%. Значний прояв активного уникнення підтверджується і результатами першої методики та свідчить про те, що представлені студенти в своїй діяльності, при виникненні проблеми, часто ігнорують її, активно уникають її прийняття та вирішення.

**Висновки і перспективи подальшого дослідження.** В процесі емпіричного дослідження було виділено суттєвий фактор формування копінг-стратегій у студентів, це – професійна сфера діяльності, яка також детермінує вибір копінг-стратегій. Таким чином було сформоване припущення, в процесі здобування освіти студенти різних спеціальностей проходять ряд

динамічних перетворень, змін, які спрямовані на становлення професіоналізму, і ці зміни впливають на формування копінг-стратегій.

В результаті дослідження було виявлено деякі відмінності у переважанні копінг-стратегій самоконтроль та пошук соціальної підтримки на різних спеціальностях, також характерні розбіжності у виборі когнітивних та емоційних стратегій. Стратегію самоконтролю, що характерна для студентів психологів, можна пояснити специфікою роботи та вимогами до професійної самореалізації. Стратегія пошуку соціальної підтримки, що домінує у студентів медичної сфери діяльності, обумовлена необхідністю останніх до постійного схвалення та покладання на досвід кваліфікованих лікарів.

Щодо відмінностей у виборі когнітивних та емоційних копінг-стратегій. Студенти лікарі, як свідчать дані дослідження, раціонально сприймають стресову ситуацію, а студенти психологи більш позитивно та оптимістично. Можливо це обумовлено початком формування професійно важливих якостей для кожної спеціальності, також не менш важливим є очікування певної спільності людей стратегій в поведінці, залежно від кожної професії. Проте, що стосується інших стратегій, більшість студентів даної вибірки, різних професійних сфер мають однотипні домінуючі копінг-стратегії. Це можна пояснити декількома причинами, по-перше вибірку складають студенти другого курсу, який є лише початковим етапом професійного становлення, по-друге не закінчення процесу адаптації до дорослого життя та як наслідок, аргументація проблеми з точки зору середньостатистичного юнака та орієнтація на побутовий досвід.

Згідно описаних результатів, можна підвести підсумок, що зважаючи на отримані емпіричні дані в процесі дослідження, висунута гіпотеза повністю підтвердилась, було встановлено суттєві відмінності у переважанні таких стратегій як самоконтроль та пошук соціальної підтримки у студентів різних професійних сфер.

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у визначенні особливостей копінг-поведінки представників професійних сфер медицина та психологія на вищих етапах професійного становлення. Та порівняння отриманих результатів з даними описаного дослідження.

#### Список використаних джерел

1. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – №1. – С.3-17
2. Бодров В. А. Когнитивные процессы и психологический стресс / В.А. Бодров // Психологический журнал. – 1996. – Т. 17, № 4. – С. 64–74.
3. Голованевская В.И. Характеристики Я-концепции и предпочтение стратегий совладающего поведения / В.И. Голованевская // Вестник московского университета.– 2003. – №4. – С.30-36.
4. Зеер Э.Ф. Психология профессий: Учебное пособие для студентов вузов. – 2-е изд., перераб., доп. / Э.Ф.Зеер. – М.:Академический Проект, 2003. – 336 с.
5. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни. Научная монография. / Т.Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010.
6. Крюкова Т.Л. Человек как субъект совладающего поведения // Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М.: Ин-т психологии РАН, 2008. – с. 55 – 65.
7. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А.Г. Маклаков // Психологический журнал.– № 1. – 2001. – С.16 – 24.
8. Нартова-Бочавер С. К. "Coping behavior" в системе понятий психологии личности / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал.–1997. – Т.18. – №5.– с. 20-30.
9. Реан А.А. Локус контроля делинквентной личности / А.А. Реан // Психологический журнал.– 1994.– №2.– С.52-56.
10. Шибутани Т. Социальная психология; пер. с англ. В.Б. Ольшанского / Т. Шибутани. – М.: Прогресс, 1969. – 535 с.
11. Lazarus R. Stress, appraisal, and coping. / R. Lazarus, S. Folkman – New York: Springer, 1984. – 456 p.

#### References translated and transliterated

1. Ancyferova L.I. Lichnost' v trudnyh zhiznennyh usloviyah: pereosmyslenie, preobrazovanie situacij i psihologicheskaja zashhita [Person in difficult conditions: rethinking, transform situations and psychological defense] // Psihologicheskij zhurnal. – 1994. – Т. 15. – №1. – С.3-17
2. Bodrov V. A. Kognitivnye processy i psihologicheskij stress [Cognitive processes and psychological stress] // Psihologicheskij zhurnal. – 1996. – Т. 17, № 4. – С. 64–74.
3. Golovanevskaja V.I. Harakteristiki Ja-koncepcii i predpochtenie strategij sovladajushhego povedenija [Features self-concept and preference of coping strategies] // Vestnik moskovskogo universiteta.– 2003. – №4. – С.30-36.
4. Zeer Je.F. Psihologija professij [Psychology of professions] : Uchebnoe posobie dlja studentov vuzov. – 2-e izd., pererab., dop. / Je.F.Zeer. – М.:Академический Проект, 2003. – 336 с.

5. Krjukova T.L. Psihologija sovladajushhego povedenija v raznye periody zhizni. [Psychology of coping behavior in different periods of life] Nauchnaja monografija. / T.L. Krjukova. – Kostroma: KGU im. N.A. Nekrasova, 2010.
6. Krjukova T.L. Chelovek kak subekt sovladajushhego povedenija [Human as the subject of coping] // [pod red. A. L. Zhuravleva, T. L. Krjukovoj, E. A. Sergienko]. M.: In-t psihologii RAN, 2008. – s. 55 – 65.
7. Maklakov A.G. Lichnostnyj adaptacionnyj potencial: ego mobilizacija i prognozirovanie v jekstremal'nyh uslovijah [Personal adaptation potential: its mobilization and forecasting in extreme conditions] // Psihologicheskij zhurnal.– № 1. – 2001. – S.16 – 24.
8. Nartova-Bochaver S. K. "Coping behavior" v sisteme ponjatij psihologii lichnosti ["Coping behavior" in the system of concepts of personality psychology] // Psihologicheskij zhurnal.–1997. – T.18. – №5.– s. 20-30.
9. Rean A.A. Lokus kontrolja delinkventnoj lichnosti [Locus of control personality the delinquent] // Psihologicheskij zhurnal.– 1994.– №2.– S.52-56.
10. Shibutani T. Social'naja psihologija [Social Psychology]; per. s angl. V.B. Ol'shanskogo. – M.: Progress, 1969. – 535 s.
11. Lazarus R. Stress, appraisal, and coping. / R. Lazarus, S. Folkman – New York: Springer, 1984. – 456 p.

**Guba, N.A., Kozura, N.V. Features of formation of coping strategies among students of different professions.** The article presented the theoretical aspects of the formation of coping strategies, the main approaches to the definition of coping behavior, described the domestic and foreign psychologists. The factors that determine the choice of coping strategies have been analyzed. All the factors could be divided into external factors (environmental factors) and internal factors (personal). An additional factor, which is typical for students, is the field of future professional activity have been isolated and analyzed. The paper described the results of empirical research of formation of coping strategies among students of different professions. The authors identified significant differences in the dominance of such strategies as the self-control and search for social support for students of medical and psychology professional fields. It was also found that medical students typically have cognitive coping strategies, and psychology students are characterised by emotional coping strategies. The differences in the choice of behavioral coping strategies we have not found.

**Keywords:** coping strategies, students, professional formation, adaptive behavior, field of activity, self-control, the search for social support.

УДК 159.992

## ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

**Н.О. Губа**

кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології  
Запорізький національний університет  
natalya-guba@yandex.ru

**О.Г. Павлюк**

магістрант факультета соціальної педагогіки та психології  
pavluk.alena@gmail.com

**Губа Н.О., Павлюк О.Г. Особливості формування ціннісних орієнтацій у підлітковому віці.** Стаття присвячена аналізу проблеми формування ціннісних орієнтацій в підлітковому віці. Розглянуто сутність понять цінність і ціннісні орієнтації, класифікація цінностей, функції ціннісних орієнтацій. Описано характеристики основних факторів, що впливають на формування ціннісних орієнтацій особистості. Показано, який вплив мають ціннісні орієнтації на рівень розвитку особистості. Дана характеристика підліткового віку, як одного з найбільш складних періодів з точки зору формування ціннісних орієнтацій.

**Ключові слова:** цінності, ціннісні орієнтації, особистість, система ціннісних орієнтацій, підлітковий вік, самооцінка.

**Губа Н.А., Павлюк Е.Г. Особенности формирования ценностных ориентаций в подростковом возрасте.** Статья посвящена анализу проблемы формирования ценностных ориентаций в подростковом возрасте. Рассмотрены сущность понятий ценность и ценностные ориентации, классификация ценностей, функции ценностных ориентаций. Описаны характеристики основных факторов, влияющих на формирование ценностных ориентаций личности. Показано, какое влияние имеют ценностные ориентации на уровень развития личности. Дана характеристика подросткового возраста, как одного из самых сложных периодов с точки зрения формирования ценностных ориентаций.

**Ключевые слова:** ценности, ценностные ориентации, личность, система ценностных ориентаций, подростковый возраст, самооценка.

**Постановка проблеми.** Ціннісні орієнтації це складний соціально-психологічний феномен, що характеризує спрямованість і зміст активності особистості, що є складовою частиною системи відносин особистості, що визначає загальний підхід людини до світу, до себе, що надає сенс і напрямок особистісним позиціям, поведінці, вчинкам.

Формування ціннісних орієнтацій особистості є для різних дослідників предметом пильної уваги і різнопланового вивчення. Знання ступеня сформованості ціннісних орієнтацій, їх ієрархії, може