



Копинг-стратегии и акцентуации характера студентов-первокурсников с разным уровнем субъективного благополучия

Елена Ф. Яценко ^{a, @, ID1}; Ольга В. Лазорак ^{b, ID2}

^a Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I, Россия, г. Санкт-Петербург

^b Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет), Россия, г. Челябинск
@elfed58@mail.ru

ID1 <https://orcid.org/0000-0001-5172-9385>

ID2 <https://orcid.org/0000-0002-4308-7906>

Поступила в редакцию 17.08.2020. Принята к печати 17.11.2020.

Аннотация: Представлены результаты исследования, выполненного с целью определения особенностей, взаимосвязей и различий между показателями субъективного благополучия, копинг-стратегий и акцентуаций характера студентов-первокурсников технических специальностей с разным уровнем субъективного благополучия Южно-Уральского государственного университета (национального исследовательского университета) г. Челябинск. Методики исследования: шкала субъективного благополучия А. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, J. Chiche (в адаптации М. В. Соколовой), копинг-тест Р. Лазаруса и тест-опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда. Выборка составила 43 человека мужского пола, средний возраст – 17,8 лет, которые в соответствии с методикой были разделены на три группы – с высоким, средним и низким уровнем субъективного благополучия. Описан психологический портрет студентов-первокурсников с высоким и средним уровнем субъективного благополучия, которые характеризуются использованием широкого спектра стратегий совладающего поведения; отмечены приоритетные связи акцентуаций характера и избираемого типа совладающего поведения. Составлен психологический портрет студентов с низким уровнем субъективного благополучия, у которых выявлен недостаточный личностный и психоэмоциональный ресурс для совладания с трудными жизненными ситуациями. Получены результаты о наличии взаимосвязей акцентуаций характера, копинг-стратегий и субъективного благополучия, о соотношении копинг-стратегий и акцентуаций характера. Подтверждены гипотезы о существовании различий между показателями копинг-стратегий и акцентуаций характера у студентов-первокурсников с разным уровнем субъективного благополучия, а также различий в структуре связей шкал исследования у студентов с разным уровнем субъективного благополучия. Результаты могут быть использованы при создании программ по развитию копинг-ресурсов у студентов первого года обучения.

Ключевые слова: психоэмоциональное состояние, психологическое благополучие, счастье, стресс, совладающее поведение, адаптация, личностные черты, российские студенты, профессиональное образование

Для цитирования: Яценко Е. Ф., Лазорак О. В. Копинг-стратегии и акцентуации характера студентов-первокурсников с разным уровнем субъективного благополучия // Вестник Кемеровского государственного университета. 2020. Т. 22. № 4. С. 1040–1049. DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2020-22-4-1040-1049>

Введение

Проблема психоэмоционального состояния студентов-первокурсников устойчиво является чрезвычайно актуальной и имеет большое практическое значение. Исследователи считают, что начальный этап обучения играет особую роль в формировании личности будущего специалиста. Чем эффективнее пройдет адаптация первокурсников к вузовскому обучению, тем выше будут психологический комфорт, учебная мотивация, направленность и характер учебной деятельности на старших курсах [1]. При этом причины трудностей и комплекс личностных качеств, не способствующих успешной адаптации, до сих пор уточняются. Анализ научных публикаций показал, что в целом рассматриваемые нами феномены – копинг-стратегии, акцентуации характера и субъективное благополучие (СБ) –

в научной литературе описаны и изучены достаточно полно. Однако специфика их взаимосвязей у студентов требует дополнительного изучения.

Еще в исследовании Р. МакКрая и П. Косты [2] было установлено, что использование более эффективных стратегий совладания связано со счастьем и удовлетворенностью жизнью, хотя эта связь уменьшалась при контроле влияния личностных переменных. Необходимо определить эти личностные переменные. Также представления о счастье связаны с культурно-историческими условиями. Согласно И. А. Джидарьян, у каждого поколения, этноса и социальной группы могут существовать свои представления о счастье [3]. Студенты, по утверждению М. Аргайл, благодаря своему эмоционально-окрашенному мировоззрению, более всех других социальных групп оптимистичны

и направлены в будущее [4]. Нами уже предпринималось исследование психоэмоционального состояния российских и индонезийских студентов первого года обучения, их субъективной комфортности и способов совладания с трудными жизненными ситуациями в новых образовательных условиях [5]. У российских и индонезийских студентов обнаружены значимые взаимосвязи типов акцентуаций личности с копинг-стратегиями, различия акцентуаций личности и типов совладающего поведения.

В 1970-е гг. Э. Динер ввел понятие субъективного благополучия (*subjective well-being*) для обозначения обобщенной субъективной перспективной оценки меры счастья, исходя из положения о том, что счастье и благополучие определяются исключительно субъективной оценкой, а не объективными предпосылками. СБ, по мнению автора, состоит из трех основных компонентов: удовлетворение, комплекс приятных эмоций (*pleasant affect*) и комплекс неприятных эмоций (*unpleasant affect*). Э. Динер считает, что СБ – лишь компонент психологического благополучия, включающий в себя только собственные ощущения [6–8]. В плане исследования СБ данная проблема подробно изучалась нами на выборке как студентов, так и действующих профессионалов сферы высшего образования и культуры [9; 10]. Работы были связаны, прежде всего, с исследованием взаимосвязей и различий показателей самоактуализационных характеристик и СБ студентов и преподавателей. Н. И. Рейнвальд считает, что «анализ путей достижения счастья можно и нужно использовать как средство раскрытия специфических для человека закономерностей самоутверждения» [цит. по: 11, с. 288]. Д. А. Леонтьев пишет, что стабильность СБ во многом определяется тем, насколько человек овладел результативными, успешными стратегиями саморегуляции и осмысленностью собственной жизни, чтобы использовать этот личностный потенциал для решения запросов повседневной жизни [12].

Существует несколько определений понятия *акцентуация характера*, имеющих сходные и различные черты в зависимости от авторской концепции. Акцентуации характера – понятие, введенное К. Леонгардом и означающее чрезмерную выраженность отдельных черт характера и их сочетаний, представляющую крайние варианты нормы, граничащие с психопатиями [13, с. 15]. Акцентуациям характера свойственна уязвимость личности по отношению не к любым (как при психопатиях), а лишь к определенному рода психотравмирующим воздействиям, адресованным к т. н. месту наименьшего сопротивления данного типа характера, при сохранении устойчивости к другим. В зависимости от степени выраженности различают явные и скрытые (латентные) акцентуации характера, которые могут переходить друг в друга под влиянием различных факторов, среди которых важную роль играют особенности семейного воспитания, социального окружения, профессиональной деятельности, физического здоровья [13, с. 16]. Так, по К. Леонгарду, – это «чрезмерно усиленные индивидуальные черты личности, обладающие

тенденцией к переходу в патологическое состояние в неблагоприятных условиях» (концепция акцентуаций личности, 1981) [14, с. 40], по А. Е. Личко, – это крайний вариант нормы (концепция акцентуаций характера, 1983) [15] – заострение одной или нескольких черт личности связано с неприспособленностью личности к определенным видам событий и ситуаций. А. Е. Личко разработаны проблемы акцентуаций у детей и подростков и обогащено учение о психопатиях; проведено деление акцентуаций на акцентуации темперамента и акцентуации характера. А. Е. Личко предполагал, что «акцентуации характера – это крайние варианты его нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены, отчего обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей и даже повышенной устойчивости к другим. Поэтому "акцентуация характера" не может быть психиатрическим диагнозом. Констатация акцентуации и ее типа – это определение преморбидного фона, на котором могут возникать различные расстройства – острые аффективные реакции, неврозы и иные реактивные состояния, непсихотические нарушения поведения, даже реактивные психозы – только они могут служить диагнозом. Однако в подавляющем большинстве случаев акцентуаций характера дело до развития подобных расстройств не доходит» [15, с. 5]. Все это должно интересовать педагогов, психологов, родителей и руководителей предприятий, учреждений и правоохранительных органов.

Уровень усвоения знаний и качество учения во многом зависят от психоэмоционального состояния обучающихся, особенно в первый год обучения, поэтому определение особенностей акцентуаций характера, СБ студентов и предпочитаемых ими копинг-стратегий может быть опосредованной характеристикой не только зрелости личности и ее возможностей к адаптации, но и качества всего учебного процесса в целом. В современных исследованиях подтверждено наличие взаимосвязи между стратегиями поведения в конфликте и акцентуациями характера у студентов [16]; между акцентуациями характера и мотивами, а акцентуации характера определены фактором формирования мотивации [17; 18]; между акцентуациями характера и самооценкой личности [19]; между акцентуациями характера и национальностью студентов разных курсов [20]. Обнаружены гендерные особенности акцентуаций личности студентов-первокурсников [21]; установлены и описаны типы эмоционального реагирования, свойственные для личностей с разными типами акцентуаций; выявлены типы личностей, более склонные испытывать эмоциональные проблемы в период адаптации [22]. Определены связи положительной оценки СБ в психологической и духовных сферах жизни с меньшим использованием стратегии бегства; СБ в физической сфере жизни, в сфере окружающей среды, познавательных функций, более высокой оценки качества жизни и состояния здоровья с использованием более продуктивных копинг-стратегий (принятие ответственности, планирование решения проблемы, конфронтация) [23].

Выявлено, что чем выше уровень благополучия, тем больше человек ориентирован на стратегию разрешения ситуации, чем менее благополучна личность по шкале *напряженность и чувствительность*, тем больше она выбирает стратегию поиска социальной поддержки и тем меньше использует стратегию избегания разрешения проблем; чем больше личность не удовлетворена своей повседневной жизнью, тем более она направлена на стратегию разрешения проблем [24]. Показано, что студенты с высоким уровнем жизненной удовлетворенности используют стратегии самоконтроля, принятия ответственности, планирования решения проблемы, положительной переоценки, дистанцирования, студенты с низким уровнем жизненной удовлетворенности чаще, чем студенты с высоким уровнем, используют конфронтацию, поиск социальной поддержки, бегство-избегание [25]. Выявлены кросс-культурные особенности копинг-стратегий российских и французских студентов в контексте психологического благополучия – для российской молодежи предпочтения копинг-стратегий в меньшей степени, чем для французских молодых людей, связаны с уровнем психологического благополучия, что объясняется общим уровнем стресса в обществе и наличием осознанного опыта успешного управления своей средой [26]. Исследуются гендерные особенности представлений студентов о счастье и связи психологического благополучия со стилем поведения и личностными качествами [27].

У студентов определяется в основном средний уровень счастья, при котором субъективно воспринимаемое счастье взаимосвязано с высокой степенью жизненной удовлетворенности и СБ; с жизнестойкостью, с отсутствием иррациональных установок, с высокими значениями по шкале экзистенции [28]. Выявлено, что структурные и содержательные компоненты СБ у студентов первых и выпускных курсов различны – от первого к выпускному курсу отмечается расширение и углубление процесса коммуникации: умение ориентироваться в партнере, более точное его восприятие и осознание значимости и важности коммуникативных процессов для субъективного ощущения счастья и благополучия [29]. Однако у большинства опрошенных студентов одного из московских технических вузов обнаружено отсутствие конструктивных копинг-стратегий [30]. Определено, что доминирующие копинг-стратегии у студентов 1–4 курсов ориентированы на решение проблем, на реализацию эмоций, на избегание решения проблемы, и что студенты 1 и 3 курсов обладают наибольшими показателями психологического стресса [31].

Возникло предположение, что выбор копинг-стратегий может быть связан с акцентуациями характера и разным уровнем СБ субъекта. В связи с этим целью настоящего эмпирического исследования является определение особенностей копинг-стратегий и акцентуаций характера, их взаимосвязей и различий у студентов-первокурсников с разным уровнем СБ.

Были выдвинуты следующие гипотезы исследования:

1. Существуют различия между показателями копинг-стратегий и акцентуациями характера у студентов с разным уровнем СБ.
2. Существуют различия в структуре связей копинг-стратегий, акцентуаций характера и СБ у студентов с разным уровнем СБ.

Организация и методы исследования.

Общий объем выборки исследования составил 43 студента мужского пола, средний возраст – 17,8 лет, технических специальностей Южно-Уральского государственного университета (национального-исследовательского университета) г. Челябинск.

В исследовании применялись следующие методики: Шкала субъективного благополучия (ШСБ) А. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, J. Chiche (в адаптации М. В. Соколовой) [32], копинг-тест Р. Лазаруса [33], тест-опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда¹. Для математико-статистической обработки данных применялся Н-критерий Краскела-Уоллисса и корреляционный анализ г-Пирсона на определение взаимосвязей.

Результаты и обсуждение

Согласно выдвинутым гипотезам были проведены этапы работы, посвященные сравнительному анализу показателей шкал исследования и определению их взаимосвязей у студентов с разным уровнем СБ.

Различия показателей акцентуаций характера и копинг-стратегий у студентов-первокурсников с разным уровнем субъективного благополучия

Выборка студентов первого курса была разделена на 3 группы в соответствии с уровнями СБ – от 1 до 3 стенов (25–48 сырых баллов) составляет высокий уровень СБ, от 4 до 7 стенов (49–77 сырых баллов) – средний уровень СБ, от 8 до 10 стенов (78–100 баллов) – низкий уровень СБ. Для выявления различий в уровне исследуемого признака для трех независимых выборок был применен критерий Краскела-Уоллисса (Н) (табл. 1–3). Было проведено сравнение показателей ШСБ у студентов с разным уровнем СБ (табл. 1).

Анализ показал наличие значимых различий между показателями шкал теста у студентов с разным уровнем СБ, что позволило нам продолжить сравнение показателей данных групп исследуемых по другим методикам. Между показателями акцентуаций характера выявлены различия (табл. 2).

Демонстративность и гипертимность в большей степени присущи студентам с высоким уровнем СБ – они наиболее оптимистичны, жизнерадостны и энергичны, по сравнению со студентами со средним и низким уровнем СБ. Педантичность, возбудимость, дистимность и эмотивность более всего свойственны студентам с низким уровнем СБ, что свидетельствует об их большей скованности,

¹ Методика изучения акцентуаций личности К. Леонгарда (модификация Г. Шмишека) // Практикум по психодиагностике личности / ред. Н. К. Ракович. Мн., 2002. С. 45–56.

неуравновешенности, чувствительности, пессимистичности и меланхоличности. Значимых различий между показателями застревания, циклотимности и экзальтированности у студентов с высоким, средним и низким уровнем СБ не выявлено.

У студентов с высоким, средним и низким уровнем СБ из восьми копинг-стратегий по пяти стратегиям были выявлены значимые различия (табл. 3). Студенты с низким уровнем СБ в большей степени склонны к дистанцированию,

соперничеству, самоконтролю, принятию ответственности и уходу от решения проблемы. Видимо, им не хватает психоэмоционального ресурса и опыта использования более широкого спектра типов совладающего поведения. Между показателями копинг-стратегий *поиск социальной поддержки, планирование решения проблем и положительная переоценка* у студентов с высоким, средним и низким уровнем СБ значимых различий не выявлено.

Табл. 1. Различия между показателями теста ШСБ у студентов с разным уровнем СБ

Tab. 1. Subjective well-being test results in students with different levels of subjective well-being

Шкала	Уровень субъективного благополучия						p
	Низкий (n=6)		Средний (n=21)		Высокий (n=16)		
	М	σ	М	σ	М	σ	
Напряженность и чувствительность	16	1,79	12,57	2,34	9,88	3,24	<0,001
Признаки, сопровождающие основную психиатрическую симптоматику	20,33	3,67	12,76	4,22	8,81	3,87	<0,001
Изменения настроения	10,83	3,25	6,48	3,01	2,81	1,87	<0,001
Значимость социального окружения	11,67	2,81	8,57	2,58	5	2	<0,001
Самооценка здоровья	10,17	1,94	8,14	3,15	3,06	1,57	<0,001
Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	14,5	3,21	12,1	2,43	6,44	3,31	<0,001
Общий показатель ШСБ	83,5	4,76	60,62	7,74	36	9,52	<0,001

Табл. 2. Различия между показателями акцентуаций характера у студентов с разным уровнем СБ

Tab. 2. Personality accentuation rates in students with different levels of subjective well-being

Шкала	Уровень субъективного благополучия						p
	Низкий (n=6)		Средний (n=21)		Высокий (n=16)		
	М	σ	М	σ	М	σ	
Демонстративность	12	6,07	10	4,56	14,5	4,1	0,016
Застревание	14	3,35	12,57	3,96	12,88	2,19	0,753
Педантичность	14	3,58	9,33	4,35	9	3,58	0,042
Возбудимость	15	1,9	10,71	5,5	5,63	3,61	<0,001
Гипертимность	10	7,75	10,57	4,9	17	5,76	0,006
Дистимность	17	3,1	11,29	4,34	6,19	2,56	<0,001
Тревожность	11	4,9	7,86	4,19	3,94	3,75	0,004
Экзальтированность	17	7,01	12,43	6,02	12,38	3,44	0,224
Эмотивность	18	5,02	12	4,65	12,19	4,31	0,027
Циклотимность	13,5	4,93	11,14	4,26	10,88	3,44	0,569

Табл. 3. Различия между показателями копинг-стратегий у студентов с разным уровнем СБ

Tab. 3. Coping-strategies in students with different levels of subjective well-being

Шкала	Уровень субъективного благополучия						p
	Низкий (n=6)		Средний (n=21)		Высокий (n=16)		
	М	σ	М	σ	М	σ	
Конфронтация	9,33	1,86	7,57	2,09	6,75	2,05	0,022
Дистанцирование	10,83	3,37	8,43	2,77	6,06	2,62	0,005
Самоконтроль	16	2,1	13,67	2,78	12,25	3,19	0,027
Поиск социальной поддержки	9,67	3,5	9,95	3,58	11,13	3,2	0,272
Принятие ответственности	9,67	1,37	7,95	1,83	6,31	2,65	0,006
Бегство-избегание	17,33	2,88	11,71	3,86	6,69	3,16	<0,001
Планирование решения проблем	10,67	3,45	11,81	3,68	13,88	2,87	0,097
Положительная переоценка	11,83	2,64	10,91	4	11,81	3,21	0,664

Взаимосвязи акцентуаций характера, копинг-стратегий и шкал субъективного благополучия у студентов-первокурсников с разным уровнем субъективного благополучия

Было выявлено 25 значимых взаимосвязей между акцентуациями характера, копинг-стратегиями и ШСБ у студентов-первокурсников **с высоким уровнем субъективного благополучия** (взаимосвязи между шкалами одной методики не учитывались, уровень значимости взаимосвязей – $p \leq 0,05$).

Демонстративность связана с самооценкой здоровья ($r = -0,585$) – у студентов высокая оценка своего здоровья (ШСБ является обратной шкалой). Застревание связано с конфронтацией ($r = 0,617$), бегством-избеганием ($r = 0,756$), с признаками, сопровождающими основную психиатрическую симптоматику ($r = 0,540$), удовлетворенностью повседневной деятельностью ($r = 0,515$): сосредоточение на своей позиции не позволяет гибко реагировать на изменяющуюся внешнюю ситуацию, что приводит к конфронтации; чем более выражено застревание, тем менее отмечаются признаки психиатрической симптоматики и ниже степень удовлетворенности повседневной деятельностью.

Педантичность связана с дистанцированием ($r = 0,519$): внимание к деталям и чрезмерная аккуратность и исполнительность не способствуют развитию коммуникаций, скорее, и сам человек, и окружающие его люди стараются держать дистанцию. Возбудимость имеет прямые взаимосвязи с бегством-избеганием ($r = 0,708$), признаками, сопровождающими основную психиатрическую симптоматику ($r = 0,610$), и общей шкалой СБ ($r = 0,738$): неуравновешенность связана с бегством-избеганием при решении проблем, чем выше возбудимость, тем менее выражены признаки психиатрической симптоматики и меньше СБ, раздражительные и гневливые люди не готовы решать проблему, стремятся избежать вовлечения в ее решение, что не приносит им ощущения СБ.

Гипертимность имеет обратную взаимосвязь с изменениями настроения ($r = -0,668$): скорее всего, настроение изменяется от нормального к повышенному. Дистимность обратно связана с копингом *принятие ответственности* ($r = -0,539$) и прямо – с изменениями настроения ($r = 0,550$), самооценкой здоровья ($r = 0,544$) и общей шкалой СБ ($r = 0,557$): чем выше дистимность, тем реже студенты выбирают копинг *принятие ответственности*, тем ровнее у них настроение, ниже самооценка здоровья и ниже общее СБ. Тревожность обратно связана с положительной переоценкой ($r = -0,582$) и прямо – со шкалой самооценки здоровья ($r = 0,567$): чем выше тревожность, тем реже студенты прибегают к стратегии положительной переоценки событий и тем ниже самооценка их здоровья (*обратная шкала*). Экзальтированность имеет прямую взаимосвязь с самооценкой здоровья ($r = 0,735$): чем выше аффективность, искреннее, но чрезмерное выражение эмоций, тем ниже самооценка здоровья.

Эмотивность имеет 4 взаимосвязи со шкалами исследования – 2 прямые и 2 обратные: с копингами *принятие*

ответственности ($r = 0,624$), *положительная переоценка* ($r = 0,509$), со шкалами ШСБ – изменения настроения ($r = -0,566$), значимость социального окружения ($r = -0,719$): мягкосердечие и эмпатичность связаны с принятием ответственности, положительной переоценкой событий, изменениями настроения и значимостью социального окружения.

Общая шкала СБ имеет 3 взаимосвязи со шкалами других методик: с возбудимостью ($r = 0,738$), дистимностью ($r = 0,557$; $p \leq 0,05$) и копингом *бегство-избегание* ($r = 0,705$; $p \leq 0,05$): чем выше СБ, тем менее выражена неуравновешенность личности, меланхоличность и пессимистичность, тем реже студенты выбирают в качестве стратегии совладания с ситуацией *бегство-избегание*.

Было обнаружено 27 взаимосвязей между акцентуациями характера, копинг-стратегиями и ШСБ у студентов-первокурсников **со средним уровнем субъективного благополучия** (исключая взаимосвязи между шкалами одной методики).

Демонстративность имеет 4 взаимосвязи с копинг-стратегиями – с дистанцированием ($r = 0,673$), бегством-избеганием ($r = 0,505$), планированием решения проблем ($r = 0,464$), положительной переоценкой ($r = 0,614$): стремящиеся к признанию студенты отдаляются от других людей, избегают их, самостоятельно планируя решения проблем и положительно переоценивая текущую ситуацию. Застревание имеет 2 взаимосвязи с копингами *поиск социальной поддержки* ($r = 0,509$) и *принятие ответственности* ($r = 0,542$): поглощенные своими целями и переживаниями студенты, стремящиеся к справедливости, способные принимать на себя ответственность, сами нуждаются в социальной поддержке.

Педантичность имеет 4 взаимосвязи: с конфронтацией ($r = 0,509$), бегством-избеганием ($r = 0,499$), со шкалами ШСБ – признаками, сопровождающими основную психиатрическую симптоматику ($r = 0,470$), и общей шкалой СБ ($r = 0,458$): аккуратность и внимание к деталям студентов со средним уровнем СБ связаны с решением проблем с помощью агрессивной стратегии и ухода от проблем, причем чем более выражена педантичность, тем слабее признаки, сопровождающие психиатрическую симптоматику, и ниже СБ.

Возбудимость имеет одну прямую взаимосвязь с копинг-стратегией *бегство-избегание* ($r = 0,603$): неуравновешенные студенты стремятся не решать проблемы, а уходить от них. Гипертимность имеет 4 взаимосвязи: с копинг-стратегиями – дистанцирование ($r = 0,590$), планирование решения проблем ($r = 0,491$), положительная переоценка ($r = 0,513$) – и шкалой изменения настроения ($r = -0,480$): энергичные и жизнерадостные студенты либо предпочитают дистанцироваться от проблем, либо планировать их решение и находить в любых ситуациях положительные стороны. Выявлена связь гипертимности с изменениями настроения, скорее всего, в сторону его позитивных характеристик.

Дистимность имеет 6 взаимосвязей: 3 обратные – с копинг-стратегиями *дистанцирование* ($r=-0,485$), *планирование решения проблем* ($r=-0,478$) и *положительная переоценка* ($r=-0,514$), а также 3 прямые взаимосвязи со шкалами ШСБ – изменения настроения ($r=0,831$), самооценка здоровья ($r=0,666$) и общей шкалой СБ ($r=0,777$). Чем более выражена дистимность, тем менее студенты не только дистанцируются от решения проблем, но и реже используют конструктивные стратегии – планирование решения и положительную переоценку. При этом им менее свойственны изменения настроения, у них ниже самооценка здоровья и общее СБ.

Циклотимность имеет одну прямую взаимосвязь с копингом *принятие ответственности* ($r=0,533$): склонные к перепадам настроения студенты готовы принимать ответственность на себя. Экзальтированность имеет прямую взаимосвязь с копингом *бегство-избегание* ($r=0,540$): студенты с искренним, но чрезмерным переживанием эмоций стараются избегать решения трудных проблем.

Эмотивность имеет одну прямую взаимосвязь с дистанцированием ($r=0,583$): чувствительные студенты предпочитают отстраняться от решения проблем, видимо, им не хватает эмоционального ресурса. Причем дистанцирование связано с положительной переоценкой ($r=0,541$) и изменениями настроения ($r=-0,595$). Возможно, отстранение помогает найти в ситуации положительные стороны и изменить к ней свое отношение.

Копинг *поиск социальной поддержки* имеет одну прямую взаимосвязь с принятием ответственности ($r=0,441$): имея социальную поддержку, студенты чаще готовы принимать ответственность. Копинг-стратегия *планирование решения проблемы* имеет 3 обратные взаимосвязи со шкалами ШСБ – изменения настроения ($r=-0,510$), значимость социального окружения ($r=-0,672$), удовлетворенность повседневной деятельностью ($r=-0,470$). Планирование решения проблемы позволяет положительно переоценить создавшееся положение, изменить к нему отношение, сохраняя значимость социального окружения и удовлетворенность повседневной деятельностью. Положительная переоценка связана с изменениями настроения ($r=-0,448$), значимостью социального окружения ($r=-0,508$), самооценкой здоровья ($r=-0,506$) и общим СБ ($r=-0,497$): у студентов, склонных к положительной переоценке обстоятельств, изменяется и отношение к ним, поскольку эта положительная переоценка обуславливается значимостью социального окружения, способствует нормальному СБ.

У студентов с **низким уровнем субъективного благополучия** обнаружены 10 взаимосвязей акцентуаций характера, копинг-стратегий и ШСБ (взаимосвязи между шкалами одной методики не учитывались), из них взаимосвязей акцентуаций характера с копинг-стратегиями – только 3. Демонстративность имеет одну прямую взаимосвязь с самооценкой здоровья ($r=0,917$): чем более выражена потребность личности в признании, тем ниже самооценка ее здоровья (*шкала обратная*).

Возбудимость связана с копингом *поиск социальной поддержки* ($r=-0,902$): чем более неуравновешенны, раздражительны студенты, тем меньше у них потребность найти социальную поддержку.

Гипертимность имеет 3 взаимосвязи: прямые – с копингом *принятие ответственности* ($r=0,888$) и с самооценкой здоровья ($r=0,904$), обратную – с напряженностью и чувствительностью ($r=-0,909$): жизнерадостные и оптимистичные студенты готовы принимать на себя ответственность, но это вызывает у них напряженность; чем более у них выражена гипертимность, тем ниже самооценка здоровья.

Циклотимность имеет 2 взаимосвязи со ШСБ: с напряженностью и чувствительностью ($r=-0,952$) и самооценкой здоровья ($r=0,972$): склонность к перепадам настроения у студентов сопровождается напряженностью и чувствительностью, причем чем более выражена эта склонность, тем ниже – самооценка здоровья. Экзальтированность имеет прямую взаимосвязь с копингом *конфронтация* ($r=0,857$) и самооценкой здоровья ($r=0,896$): эмоционально неуравновешенные студенты выбирают агрессивную стратегию решения проблемы, причем чем более неуравновешены студенты, тем ниже самооценка их здоровья. Копинг *дистанцирование* имеет обратную связь с напряженностью и чувствительностью ($r=-0,961$): отстранение от решения проблем не способствует спокойствию, наоборот, дистанцирование вызывает напряженность.

Заключение

Студенты-первокурсники с высоким уровнем СБ жизнерадостны, оптимистичны, жаждут новых впечатлений и общения; наравне со студентами других групп используют такие копинг-стратегии, как поиск социальной поддержки, планирование решения проблем и положительная переоценка. Студенты-первокурсники с низким уровнем СБ отличаются педантичностью, возбудимостью, дистимностью и эмотивностью, предпочитают использование таких копинг-стратегий, как дистанцирование, соперничество, самоконтроль, принятие ответственности и бегство-избегание. Между показателями застревания, циклотимности и экзальтированности, между показателями социальной поддержки, планирования решения проблем и положительной переоценки у студентов-первокурсников с высоким, средним и низким уровнем СБ значимых различий не выявлено. Тем не менее результаты позволяют утверждать, что первая гипотеза о существовании различий между показателями копинг-стратегий и акцентуаций характера у студентов с разным уровнем СБ доказана.

Большая часть студентов обладает средним уровнем СБ и характеризуется наличием взаимосвязей демонстративности и гипертимности со шкалами других методик исследования, как и студенты с высоким уровнем СБ. Выявленные взаимосвязи акцентуаций характера, копинг-стратегий и ШСБ позволяют составить следующий психологический портрет студентов с высоким и средним уровнем СБ: демонстративность и гипертимность как акцентуации характера

студентов связаны с дистанцированием, планированием в решении проблем, положительной переоценкой.

Демонстративность связана с бегством-избеганием – стремящиеся к признанию и лидерству студенты ощущают себя достаточно уверенными, чтобы не искать поддержки у окружающих и самостоятельно решать возникающие трудности; застревание связано с социальной поддержкой и принятием ответственности; педантичность связана с конфронтацией и бегством-избеганием, как и возбудимость; дистимность связана с дистанцированием, планированием в решении проблем и положительной переоценкой; циклотимность связана с принятием ответственности; экзальтированность – с избеганием решения проблем; эмотивность связана с дистанцированием – целеустремленные студенты, принимающие на себя ответственность, готовы опереться на поддержку окружающих; но сосредоточенность на деталях, ответственность и желание качественно делать работу вынуждают их к конфронтации, дистанцированию и избеганию при любом цикле настроения; хотя в состоянии повышенной эмоциональной возбудимости они все же избегают решения проблем и дистанцируются от окружающих.

Планирование в решении проблемы связано с изменениями настроения, значимостью социального окружения и удовлетворенностью повседневной деятельностью. Студенты-первокурсники с высоким и средним уровнем СБ используют как продуктивные, так и непродуктивные

стратегии совладающего поведения, имеют значительные личностные и психоэмоциональные ресурсы для решения трудных жизненных ситуаций. У них отмечается очевидная содержательная связь акцентуаций характера и избираемого типа совладающего поведения, почти все акцентуации характера имеют свои приоритетные копинг-стратегии.

Выявленные взаимосвязи акцентуаций характера, копинг-стратегий и ШСБ у студентов с низким уровнем СБ характеризуют их следующим образом: возбудимость в меньшей степени способствует поиску социальной поддержки, гипертимность наделяет студентов желанием принимать ответственность, а экзальтированность «бросает» их на конфронтацию, при этом студенты все-таки избирают дистанцирование, когда их напряженность и чувствительность слишком высоки. Очевиден недостаточный личностный и психоэмоциональный ресурс для совладания с трудными жизненными ситуациями у студентов-первокурсников с низким уровнем СБ.

Были обнаружены различия в структуре связей копинг-стратегий, акцентуаций характера и ШСБ у студентов с разным уровнем СБ. Вторая гипотеза подтвердилась. Получены результаты о наличии взаимосвязей акцентуаций характера, копинг-стратегий и СБ, о соотношении копинг-стратегий с акцентуациями характера. Результаты могут быть использованы при создании программ по развитию копинг-ресурсов у студентов первого года обучения.

Литература

1. Бондал И. В., Прищепа И. М., Волкова Е. А., Кукина Т. А. Адаптация студентов первых курсов УО «ВГУ им. П. М. Машерова» к системе вузовских отношений // Вестник Віцебскага дзяржаўнага ўніверсітэта. 2012. № 1. С. 122–125.
2. McCrae R. R., Costa P. T. Jr. Personality, coping, and coping effectiveness in an adult sample // *Journal of Personality*. 1986. Vol. 54. № 2. P. 385–404. DOI: 10.1111/j.1467-6494.1986.tb00401.x
3. Джидарьян И. А. Психология счастья и оптимизма. М.: ИП РАН, 2013. 267 с.
4. Аргайл М. Психология счастья. 2-е изд. М.: Питер, 2003. 270 с.
5. Яценко Е. Ф., Лашенко Д. А., Лазорак О. В. Субъективная комфортность, копинг-стратегии и типы акцентуаций личности российских и индонезийских студентов университета // Вестник Кемеровского государственного университета. 2019. Т. 21. № 2. С. 467–477. DOI: 10.21603/2078-8975-2019-21-2-467-477
6. Diener E., Diener M. Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem // *J. of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 68. № 4. P. 653–663. DOI: 10.1037//0022-3514.68.4.653
7. Diener E. Subjective well-being // *Psychological Bulletin*. 1984. Vol. 95. № 3. P. 542–575. DOI: 10.1037/0033-2909.95.3.542
8. Diener E., Suh E. M., Lucas R. E., Smith H. L. Subjective well-being: Three decades of progress // *Psychological Bulletin*. 1999. Vol. 125. № 2. P. 276–302. DOI: 10.1037/0033-2909.125.2.276
9. Яценко Е. Ф. Психологические особенности самоактуализации и субъективного благополучия профессионалов в сфере образования и культуры // *Фундаментальные исследования*. 2013. № 10-7. С. 1602–1606.
10. Яценко Е. Ф. Половые различия в представлении о счастье у российской молодежи // *Гуманитарные основания социального прогресса: Россия и современность*: сб. ст. Междунар. науч.-практ. конф. / под ред. В. С. Белгородского, О. В. Кашеева, В. В. Зотова, И. В. Антоненко. М.: МГУДТ, 2016. Ч. 8. С. 250–255.
11. Кроник А. А., Ахмеров Р. А. Каузометрия: методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. 2-е изд., испр. и доп. М.: Смысл, 2008. 294 с.
12. Леонтьев Д. А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // *Сибирский психологический журнал*. 2016. № 62. С. 18–37. DOI: 10.17223/17267080/62/3
13. Психология: словарь / ред. А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. М.: Политиздат, 1990. 494 с.
14. Леонгард К. Акцентуированные личности. Ростов н/Д.: Феникс, 2000. 544 с.

15. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. СПб.: Речь, 2010. 256 с.
16. Ахмедханов А. М. Взаимосвязь стратегий поведения в конфликтных ситуациях и акцентуаций характера студентов // Вестник Университета Российской академии образования. 2019. № 5. С. 77–83.
17. Максимова Л. В., Посыпанова О. С. Взаимосвязь ведущей учебной мотивации и акцентуации характера в юношеском возрасте // Вестник Калужского университета. Серия 1. Психологические науки. Педагогические науки. 2018. № 1. Т. 1. С. 65–71.
18. Нгуен Т. Х. Н., Шутенко Е. Н. Изучение связи акцентуации характера с мотивацией учебной деятельности студентов-психологов // Наука и образование: новое время. 2019. № 1. С. 527–535.
19. Измаилов В. В. Взаимосвязь акцентуации характера и самооценки личности // Синергия Наук. 2018. № 27. С. 789–797.
20. Будук-оол Л. К.-С. Особенности акцентуаций характера личности тувинских и русских студентов // Сибирский педагогический журнал. 2012. № 1. С. 187–191.
21. Кулакова Т. В. Гендерные особенности акцентуаций у студентов // Актуальные проблемы современности: наука и общество. 2019. № 2. С. 29–34.
22. Тюркина И. В. Особенности психоэмоционального состояния у студентов с различными акцентуациями личности в период адаптации к вузу // Мир науки, культуры, образования. 2016. № 1. С. 246–250.
23. Корзун С. А., Нифонтова Т. А. Взаимосвязь субъективного благополучия и совладающего поведения у студентов // Научные труды Республиканского института высшей школы. 2019. № 19-3. С. 179–186.
24. Процукович Е. П. Взаимосвязь копинг-стратегий с субъективным благополучием // Наука и современность. 2011. № 14. С. 132–136.
25. Гущина А. В., Григоричева И. В. Копинг-стратегии студентов с разным уровнем жизненной удовлетворенности // Вестник Алтайского государственного педагогического университета. 2018. № 1. С. 81–84.
26. Чеботарева Е. Ю. Кросс-культурные особенности копинг-стратегий российских и французских студентов в контексте психологического благополучия // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2018. Т. 7. № 2. С. 156–163. DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-2-156-163
27. Пилишвили Т. С., Алиева С. А. М. Особенности представлений о счастье в юношеском возрасте у студентов РУДН // Мир науки, культуры, образования. 2018. № 3. С. 382–383.
28. Петров В. Г., Злыгостева К. В. Представления о счастье у студентов // Вестник Кемеровского государственного университета. 2015. № 3-3. С. 197–202.
29. Кулик А. А., Акимова А. А. Субъективное благополучие молодежи (на примере студентов первых и выпускных курсов) // Ученые записки Забайкальского государственного университета. 2016. Т. 11. № 2. С. 170–177.
30. Калашникова Д. Д., Трушкова С. В., Чуринов В. В. Стрессогенные факторы и копинг стратегии у студентов // Социальные отношения. 2019. № 2. С. 71–82.
31. Коваленко Л. А. Исследование показателей стресса студенческой молодежи и взаимосвязей в реализации копинг-стратегий // Образовательный вестник «Сознание». 2019. Т. 21. № 12. С. 41–47. DOI: 10.26787/пуд ha-2686-6846-2019-21-12-41-47
32. Соколова М. В. Шкала субъективного благополучия: руководство. 2-е изд. Ярославль: Психодиагностика, 1996. 11 с.
33. Крюкова Т. Л., Куфтяк Е. В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93–112.

Coping Strategies and Accentuations of Personality Traits in First-Year Students with Different Levels of Subjective Well-Being

Elena F. Yashchenko ^{a, @, ID1}; Olga V. Lazorak ^{b, ID2}

^a Alexander I St. Petersburg State Transport University, Russia, St.-Petersburg

^b South Ural State University (National Research University), Russia, Chelyabinsk

@elfed58@mail.ru

ID1 <https://orcid.org/0000-0001-5172-9385>

ID2 <https://orcid.org/0000-0002-4308-7906>

Received 17.08.2020. Accepted 17.11.2020.

Abstract: The research objective was to determine the features, interrelations, and differences in subjective well-being, coping-strategies, and accentuations of personality traits. The experiment featured first-year students with different levels of subjective well-being that majored in technical sciences at the South Ural State University (National Research University) in Chelyabinsk (Russia). The research involved the subjective well-being scale developed by Perrudet-Badoux, Mendelsohn, and Chiche in M. V. Sokolova's adaptation, R. Lazarus's coping-test, and G. Schmieschek and K. Leonhard's questionnaire. The experiment included 43 male students (mean age – 17,8), who were divided into three groups according to the level of subjective well-being. The first-year students with high and medium levels of subjective well-being had a wide range of coping strategies. The students with a low level of subjective well-being had an insufficient personal and psychoemotional resource to cope with adversities. The authors also defined priority links between accentuations, coping strategy, and subjective well-being. The experiment confirmed the hypothesis that first-year students with different levels of subjective well-being would have different indicators of coping strategies and accentuations of personality traits, as well as different structure of research scale connections. The results can help to create programs for the development of coping strategies in first-year students.

Keywords: psychoemotional state, psychological well-being, happiness, stress, personality traits, adaptation, coping behavior, Russian students, professional education, personality accentuations types

For citation: Yashchenko E. F., Lazorak O. V. Coping Strategies and Accentuations of Personality Traits in First-Year Students with Different Levels of Subjective Well-Being. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2020, 22(4): 1040–1049. (In Russ.) DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2020-22-4-1040-1049>

References

1. Bondal I. V., Prishepa I. M., Wolkova E. A., Kukina T. A. First-year students' adaptation to the system of institutional relations at the Educational Establishment "Vitebsk State University named after P. M. Masherov". *Vestnik VGU*, 2012, (1): 122–125. (In Russ.)
2. McCrae R. R., Costa P. T. Jr. Personality, coping, and coping effectiveness in an adult sample. *Journal of Personality*, 1986, 54(2): 385–404. DOI: 10.1111/j.1467-6494.1986.tb00401.x
3. Dzhidaryan I. A. *Psychology of happiness and optimism*. Moscow: IP RAN, 2013, 267. (In Russ.)
4. Argyle M. *The psychology of happiness*, 2nd ed. Moscow: Piter, 2003, 270. (In Russ.)
5. Yashchenko E. F., Lashchenko D. A., Lazorak O. V. Subjective comfort, coping-strategies, and types of accentuations of personality in Russian and Indonesian university students. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2019, 21(2): 467–477. (In Russ.) DOI: 10.21603/2078-8975-2019-21-2-467-477
6. Diener E., Diener M. Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *J. of Personality and Social Psychology*, 1995, 68(4): 653–663. DOI: 10.1037//0022-3514.68.4.653
7. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 1984, 95(3): 542–575. DOI: 10.1037/0033-2909.95.3.542
8. Diener E., Suh E. M., Lucas R. E., Smith H. L. Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 1999, 125(2): 276–302. DOI: 10.1037/0033-2909.125.2.276
9. Yashchenko E. F. Psychological features of self-actualization and subjective wellbeing of professionals in the spheres of education and culture. *Fundamental research*, 2013, (10-7): 1602–1606. (In Russ.)
10. Yashchenko E. F. Sexual differences in idea of happiness of Russian youth. *The humanitarian bases of social progress: Russia and the present*: Proc. Intern. Sci.-Prac. Conf., eds. Belgorodsky V. S., Kashcheev O. V., Zotov V. V., Antonenko I. V. Moscow: MGUDT, 2016, pt. 8, 250–255. (In Russ.)
11. Kronik A. A. Akhmerov R. A. *Causometry: methods of self-knowledge, psychodiagnostics and psychotherapy in the life path psychology*, 2nd ed. Moscow: Smysl, 2008, 294. (In Russ.)

12. Leontiev D. A. Autoregulation, resources, and personality potential. *Sibirskiy psikhologicheskiy zhurnal*, 2016, (62): 18–37. (In Russ.) DOI: 10.17223/17267080/62/3
13. *Psychology: dictionary*, ed. Petrovsky A. V., Jaroshevsky M. G. Moscow: Politizdat, 1990, 494. (In Russ.)
14. Leonhard K. *Accentuation of the personality*. Rostov-on-Don: Feniks, 2000, 544. (In Russ.)
15. Lichko A. E. *Psychopathies and accentuations of the character of teenagers*. St. Petersburg: Rech, 2010, 256. (In Russ.)
16. Akhmedkhanov A. M. Interrelation of behavior strategies in conflict situations and accentuations of students' character. *Vestnik Universiteta Rossijskoj akademii obrazovaniya*, 2019, (5): 77–83. (In Russ.)
17. Maksimova L. V., Posypanova O. S. The connection between leading educational motivation and accentualization of the character at the young age. *Vestnik Kaluzhskogo universiteta. Seriya 1. Psikhologicheskiye nauki. Pedagogicheskiye nauki*, 2018, 1(1): 65–71. (In Russ.)
18. Nguyen T. Kh. N., Shutenko E. N. A study of the connection between accentuation of character and motivation in educational activity of students-psychologists. *Nauka i obrazovanie: novoye vremya*, 2019, (1): 527–535. (In Russ.)
19. Izmailov V. V. Interconnection of the spectrum of the nature and self-evaluation of the person. *Sinergiya nauk*, 2018, (27): 789–797. (In Russ.)
20. Buduk-ool L. K.-S. The features of personal accentuation of the Tuvan and Russian students. *Siberian pedagogical journal*, 2012, (1): 187–191. (In Russ.)
21. Kulakova T. V. Gender specificity of character accentuation of students. *Actual Issues of Modern Science and Society*, 2019, (2): 29–34. (In Russ.)
22. Tyuryapina I. V. Features of psycho-emotional state at students with personality accentuation in the period of adaptation to a university. *Mir nauki, kultury, obrazovaniya*, 2016, (1): 246–250. (In Russ.)
23. Korzun S. A., Nifontova T. A. The relationship of subjective well-being and coping behavior of students. *Nauchnye trudy Respublikanskogo instituta vysshei shkoly*, 2019, (19-3): 179–186. (In Russ.)
24. Protsukovich E. P. Interrelation of coping-strategies and subjective well-being. *Nauka i sovremennost*, 2011, (14): 132–136. (In Russ.)
25. Gushchina A. V., Grigoricheva I. V. Coping strategies of students with different level of life satisfaction. *Vestnik Altaiskogo Gosudarstvennogo Pedagogicheskogo Universiteta*, 2018, (1): 81–84. (In Russ.)
26. Chebotareva E. Yu. Cross-cultural peculiarities of coping strategies of the Russian and the French students in the context of psychological well-being. *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2018, 7(2): 156–163. (In Russ.) DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-2-156-163
27. Pilishvili T. S., Alieva S. A. M. Features about happiness in adolescence of RUDN University students. *Mir nauki, kultury, obrazovaniya*, 2018, (3): 382–383. (In Russ.)
28. Petrov V. G., Zlygosteva K. V. Students' visions of happiness. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2015, (3-3): 197–202. (In Russ.)
29. Kulik A. A., Akimova A. A. Subjective youth's well-being (the case of freshmen and graduates). *Scholarly Notes of Transbaikals State University*, 2016, 11(2): 170–177. (In Russ.)
30. Kalashnikova D. D., Trushkova S. V., Churin V. V. Stress factors and coping strategies among students. *Social'nye otnosheniya*, 2019, (2): 71–82. (In Russ.)
31. Kovalenko L. A. Study of stress students of student youth and relationships in the implementation of coping strategies. *Educational Bulletin "Consciousness"*, 2019, 21(12): 41–47. (In Russ.) DOI: 10.26787/nydha-2686-6846-2019-21-12-41-47
32. Sokolova M. V. *Scale of subjective well-being: leadership*, 2nd ed. Yaroslavl: Psikhodiagnostika, 1996, 11. (In Russ.)
33. Kryukova T. L., Kuftyak E. V. Questionnaire of ways of control (adaptation of a technique of WCQ). *Zhurnal prakticheskogo psikhologa*, 2007, (3): 93–112. (In Russ.)