

УДК: 159.923

© А.В. Колчигіна, 2012 р.

А.В. Колчигіна
Навчально-науковий інститут
права та масових комунікацій
Національного університету
внутрішніх справ, м. Харків

ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ

У статті проаналізовані особливості копінг-поведінки студентів з різним рівнем мотивації досягнення успіху. Орієнтація студента на успіх істотно позначається на побудові ієрархії копінг - стратегій у напружених умовах перевірки знань. Мотивація досягнення успіху тісно пов'язана з мотивацією навчання та процесом адаптації студентів у вузі. Навчальна діяльність, як одна зі сфер людського життя, припускаючи контроль над засвоєнням отриманих знань, супроводжується переживанням стресових ситуацій.

Ключові слова: мотивація досягнення, прагнення до успіху, стрес, копінг-поведінка, копінг-стратегії, копінг-механізми.

А.В. Колчигіна

ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ

В статье проанализированы особенности копинг - поведения студентов с разным уровнем мотивации достижения успеха. Ориентация студента на успех существенно сказывается на построении иерархии копинг - стратегий в напряженных условиях проверки знаний. Мотивация достижения успеха тесно связана с мотивацией обучения и процессом адаптации студентов в вузе. Учебная деятельность, как одна из сфер человеческой жизни, предполагая контроль за усвоением полученных знаний, сопровождается переживанием стрессовых ситуаций.

Ключевые слова: мотивация достижения, стремление к успеху, стресс, копинг - поведение, копинг - стратегии, копинг - механизмы.

A.V. Kolchygina

PARTICULAR COPING-BEHAVIOR OF STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF ACHIEVEMENT MOTIVATION

The paper analyzes the characteristics of coping - behavior of students with different levels of motivation to succeed. Orientation of students for success substantially on a hierarchy of coping - strategies in stressful circumstances knowledge test. Motivation for success is closely linked to motivation and learning process of adaptation of students at the university. Training activities, as one of the areas of human life, assuming control of the assimilation of the knowledge, the experience is accompanied by stress.

Key words: achievement motivation, ambition, stress, coping - behavior, coping strategies, coping mechanisms.

Актуальність проблеми. В процесі навчання у вузі однією з вимог до професійного становлення студентів являється формування самостійної, ініціативної,

творчої, конкурентоспроможної особистості. При взаємодії таких властивостей можливо успішно реалізуватися на ринку праці, в професійній діяльності тощо. Але в сучасному світі нестабільність економічних, політичних та соціальних умов породжує велику кількість конфліктних ситуацій, стресові події наповнюють життєвий досвід особистості, при цьому людина проблемно орієнтується в соціальній дійсності, а також стає неможливим здійснення точного прогнозу свого майбутнього. У зв'язку з цим особистість включається в сукупність причин і наслідків свого життя не тільки як залежна від зовнішніх обставин, але і як активно їх перетворююча, як та, що формує в певних межах стратегію свого існування, використовуючи при цьому таку особливу категорію соціальної поведінки, як оволодіуючу, адаптивну або копінг-поведінку.

Навчальна діяльність, як одна зі сфер людського життя, припускаючи контроль над засвоєнням отриманих знань, супроводжується переживанням стресових ситуацій. Різні форми контролю засвоєння знань, що використовуються викладачами, нерідко виявляються активаторами негативних емоцій і психічних станів у студентів. Емоційна регуляція навчальної діяльності студентів може бути істотно порушена, якщо студенти не опанують конструктивними формами оволодіуючої зі стресом поведінки. Стрес, що виникає в ситуації оцінювання знань, може викликати несприятливі наслідки для продуктивності, здоров'я та благополуччя студентів.

Важливою змінною, що визначає глибину стресу в процесі оцінювання знань, є мотивація досягнення. Так, вивчення ціннісної структури мотивації досягнення важливо для побудови прогнозу соціального розвитку особистості [4]. За концепцією Дж. Аткинсона та Д. Макклелланда все складне різноманіття мотиваційної сфери можна звести до двох основних структурних компонентів або прагнень: мотивація, що спрямована на досягнення успіху, та мотивація, що пов'язана з уникненням невдачі [3]. Мотивація досягнення успіху тісно пов'язана з мотивацією навчання та процесом адаптації студентів у вузі [4].

Аналіз останніх публікацій з проблеми. Роботи, що присвячені вивченню феномену копінг-поведінки, з'явилися у зарубіжній та вітчизняній психології у

другій половині ХХ століття, та ними займалися наступні дослідники: Р. Лазарус, Р. Моуз, С. Фолкман, Н. Хаан, К. Олдвін, В. Бодров, Л. Анциферова, Т. Крюкова, С. Нартова-Бочавер, М. Сирота, В. Ялтонський, І. Нікольська, Р. Грановська, Н. Відерман, А. Лібіна, Н. Водопьянова та інші [5]. Не зважаючи на значну кількість теоретичних та емпіричних досліджень по даній проблематиці, у сучасній педагогічній психології вищої школи відсутні дослідження, в яких копінг-поведінка студентів вивчалась б в контексті проблеми мотивації досягнення.

Мета статті. Вивчити стратегії копінг-поведінки студентів з різним рівнем мотивації досягнення.

В дослідженні взяли участь 64 студенти денної форми навчання навчально-наукового інституту, права та масових комунікацій Харківського національного університету внутрішніх прав, віком від 17 – 21 року.

Методика та результати дослідження. По-перше, нами була використана методика «Потреба в досягненні» Ю.М. Орлова (методика пропонує дослідження особливостей мотивації досягнення, а саме ступеня зарядженості на успіх) [2]. Студенти були продіагностовані в нейтральних умовах учбової діяльності. На основі аналізу трьох показників за методикою Ю.М. Орлова випробувані були розподілені на три групи. Перша (16 студентів) отримала високий рівень мотивації досягнення успіху (Група 1). У групу з середнім рівнем мотивації досягнення успіху увійшло 23 особи (Група 2). У групі з низьким рівнем мотивації досягнення успіху виявилось 25 студентів (Група 3). По-друге, за допомогою методики «копінг-стратегії» Р. Лазаруса нами була досліджена у відокремлених групах специфіка використання (процентний рівень) таких копінгів як «конфронтація», «дистанціювання», «пошук соціальної підтримки» тощо за допомогою t-критерію Стьюдента [1], результати наведені в таблиці 1. Виходячи з результатів дослідження копінг-стратегій, що наведені в таблиці 1, ми бачимо, що за показниками таких копінг-стратегій, як «конфронтація», «дистанціювання», «самоконтроль», «пошук соціальної підтримки», «прийняття відповідальності», не виявлені достовірні відмінності у студентів відокремлених нами трьох груп в залежності від показника мотивації досягнення успіху.

Таблиця 1

Показники копінг-стратегій студентів з різним рівнем мотивації досягнення успіху ($\bar{x} \pm m$)

Шкали	Групи досліджуваних			t		
	1 Високий рівень	2 Середній рівень	3 Низький рівень	1, 2	1, 3	2, 3
Конфронтація	50,3±4,4	49,3±3,2	56,0±3,4	0,2	1	1,4
Дистанціювання	44,4±5,2	43,5±4,5	49,6±3,0	0,1	0,9	1,1
Самоконтроль	60,1±3,0	53,2±3,6	59,7±2,3	1,4	0,1	1,5
Пошук соціальної підтримки	60,8±3,3	53,6±3,2	57,1±3,1	1,5	0,8	0,7
Прийняття відповідальності	62,5±4,9	56,5±4,1	63,4±3,9	0,9	0,1	1,2
Втеча-уникнення	43,8±5,1	47,0±3,1	58,3±3,6	0,6	2,4*	2,4*
Планування рішення проблеми	75,7±2,2	66,0±3,2	63,3±2,7	2,3*	3,2**	0,6
Позитивна переоцінка	63,1±2,6	51,8±2,8	62,5±2,4	2,8**	0,2	2,9**

Примітка: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$

Тобто студенти з високим, середнім та низьким рівнями мотивації досягнення успіху в приблизно однаковій мірі застосовують в стресових ситуаціях агресивні зусилля щодо зміни ситуації (конфронтаційний копінг; 50,3±4,4; 49,3±3,2; 56,0±3,4), когнітивні зусилля відокремитися від ситуації та зменшити її значимість («дистанціювання»; 44,4±5,2; 43,5±4,5; 49,6±3,0), зусилля щодо регулювання своїх почуттів та дій («самоконтроль»; 60,1±3,0; 53,2±3,6; 59,7±2,3), зусилля щодо пошуку інформаційної, дієвої та емоційної підтримки («пошук соціальної підтримки»; 60,8±3,3; 53,6±3,2; 57,1±3,1) та визнання своєї ролі в проблемі з темою спроб її рішення («прийняття відповідальності»; 62,5±4,9; 56,5±4,1; 63,4±3,9).

За показниками таких копінг-стратегій, як «втеча – уникнення», «планування рішення проблеми», «позитивна переоцінка», виявлені достовірні відмінності. В третій групі досліджуваних з низьким рівнем мотивації досягнення успіху вірогідно більш виражений показник за стратегією «втеча - уникнення», ніж в групах з високим та середнім рівнями мотивації досягнення успіху (58,3±3,6 та 43,8±5,1; 47,0±3,1 при $p_{1,3} \leq 0,05$; $p_{2,3} \leq 0,05$). Тобто для студентів з низьким рівнем мотивації досягнення успіху стратегія «втеча – уникнення», це активна поведінкова страте-

гія, при якій студенти цієї групи, ніж студенти з високим та середнім рівнями мотивації досягнення успіху, прагнуть використовувати розумову спрямованість та поведінкові зусилля, що скеровані до втечі та уникнення проблеми при стресовій ситуації.

Стратегія уникнення – одна з ведучих поведінкових стратегій при формуванні дезадаптивної, псевдоопановуючої поведінки. Вона направлена на подолання або зниження дистресу людиною, яка знаходиться на нижчому рівні розвитку. В деяких випадках людина може самостійно впоратися з труднощами, що виникли, в інших випадках їй потрібна підтримка тих, що оточують, в третіх моментах вона просто може уникнути зіткнення з проблемною ситуацією, заздалегідь подумавши про її негативні наслідки [1].

В першій групі досліджуваних з високим рівнем мотивації досягнення успіху вірогідно більш виражений показник за стратегією «планування рішення проблеми», ніж в другій та третій групах студентів з середнім та низьким рівнем мотивації досягнення успіху ($75,7 \pm 2,2$; та $66,0 \pm 3,2$; $63,3 \pm 2,7$ при $p_{1,2} \leq 0,05$; $p_{1,3} \leq 0,01$). Тобто для студентів з високим рівнем мотивації досягнення успіху стратегія «планування рішення проблеми» є домінуючою серед цих груп досліджуваних, для студентів з високим рівнем мотивації досягнення успіху характерно в більшій мірі, ніж для студентів із середнім та низьким рівнем мотивації досягнення успіху, використовувати довільні проблемно – фокусовані зусилля щодо зміни ситуації, що включають аналітичний підхід до стресової проблеми.

В першій та третій групах досліджуваних з високим та низьким рівнем мотивації досягнення успіху вірогідно більш виражений показник за стратегією «позитивна переоцінка», ніж в групі з середнім рівнем мотивації досягнення успіху ($63,1 \pm 2,6$; $62,5 \pm 2,4$ та $51,8 \pm 2,8$ при $p_{1,2} \leq 0,01$; $p_{2,3} \leq 0,01$). Тобто для студентів з високим та низьким рівнями мотивації досягнення успіху стратегія «позитивна переоцінка», це активна поведінкова стратегія, при якій студенти цих груп, ніж студенти з середнім рівнем мотивації досягнення успіху, прагнуть використовувати зусилля щодо створення позитивного значення діяльності з фокусуванням на зрості власної особистості, включаючи також релігійний вимір.

Далі за допомогою методики «Копінг-механізми» Е. Хайма нами була визначена частота вибору когнітивних, поведінкових та емоційних копінг-механізмів у досліджуваних груп за допомогою критерію Фішера [1]. При цьому студентам пропонувалось обрати найбільш вірніше для них твердження про те, як вирішити емоційно тяжкі, стресові ситуації в професійній діяльності, а саме в начальній діяльності, що являється для студентів на даному етапі життя професійною діяльністю. Результати наведені в таблиці 2.

Порівняльний аналіз, як видно з даних наведених в таблиці, 2 свідчить про те, що адаптивні поведінкові копінг-механізми вірогідно частіше використовують студенти з високим рівнем мотивації досягнення, ніж досліджувані з середнім та низьким рівнями мотивації досягнення успіху (68,8 %; 39,1%; 32,0% при $p_{1,2} \leq 0,05$; $p_{1,3} \leq 0,01$).

Таблиця 2

Частота вибору копінг-механізмів студентів з різним рівнем мотивації досягнення (%)

Копінг-механізми	Групи досліджуваних			ϕ		
	1 Високий рівень	2 Середній рівень	3 Низький рівень	1, 2	1, 3	2, 3
Поведінкові копінг-механізми						
Адаптивні	68,8	39,1	32,0	1,9*	2,4**	0,5
Відносно адаптивні	12,5	47,8	48,0	2,4**	2,5**	0,01
Неадаптивні	18,8	13,0	20,0	0,5	0,2	0,7
Когнітивні копінг-механізми						
Адаптивні	68,8	52,2	32,0	1,05	2,4**	1,4
Відносно адаптивні	18,8	21,7	20,0	0,2	0,1	0,1
Неадаптивні	12,5	26,1	48,0	1,1	2,5**	1,6
Емоційні копінг-механізми						
Адаптивні	68,8	60,9	44,0	0,5	1,6	1,2
Відносно адаптивні	12,5	26,1	32,0	1,1	1,5	0,5
Неадаптивні	18,8	13,0	24,0	0,5	0,4	0,99

Примітка: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$

Тобто студенти з високим рівнем мотивації досягнення успіху в ситуаціях стресу в навчальній діяльності використовують адаптивні поведінкові копінг – механізми («альтруїзм», «співпраця» та «звернення»), намагаючись допомагати людям та в турботах забувають про свої проблеми, використовувати співпрацю з важливими людьми для подолання труднощів, шукати людей, які здатні допомогти їм порадою.

І навпаки, у студентів із середнім та низьким рівнями мотивації досягнення успіху вірогідно частіше зустрічаються відносно адаптивні поведінкові копінг-механізми при порівнянні з першою групою (47,8 %; 48,0%; 12,5% при $p_{1,2} \leq 0,01$; $p_{1,3} \leq 0,01$). Тобто студенти з середнім та низьким рівнем мотивації досягнення успіху в ситуаціях стресу в навчальній діяльності використовують відносно адаптивні поведінкові копінг-механізми («відволікання», «компенсація» та «конструктивна активність»), намагаючись поринути в улюблену справу, щоб забути про стрес, відволіктися та розслабитись (за допомогою алкоголю, заспокійливих, смачної їжі тощо), взятися за здійснення своєї давньої мрії, щоб пережити труднощі. Стосовно неадаптивних поведінкових копінг-механізмів вірогідних відмінностей між групами виявлено не було.

Аналіз когнітивних копінг-механізмів, наведених в таблиці 2, свідчить, що адаптивні когнітивні копінг-механізми вірогідно частіше використовують студенти з високим рівнем мотивації досягнення успіху, ніж студенти з низьким рівнем мотивації досягнення успіху (68,8 %; 32,0; при $p_{1,3} \leq 0,01$). Тобто студенти з високим рівнем мотивації досягнення успіху в ситуаціях стресу в навчальній діяльності використовують адаптивні поведінкові копінг-механізми («збереження апломбу», «проблемний аналіз», «установка власної цінності»), намагаючись не втратити самовладання та контролю над собою в тяжкі хвилини, нікому не показувати свого стану, проаналізувати все, звісити та пояснити собі, що ж трапилось, установлювати власні цінності про те, що з часом з'явиться можливість вирішити труднощі. Стосовно адаптивних когнітивних копінг - механізмів вірогідних відмінностей між першою та другою групами, другою та третьою групами виявлено не бу-

ло. Стосовно відносно адаптивних когнітивних копінг - механізмів вірогідних відмінностей між групами виявлено не було.

І навпаки, у студентів із низьким рівнем мотивації досягнення вірогідно частіше зустрічаються неадаптивні копінг-механізми, ніж у студентів із високим рівнем мотивації досягнення (48,0 %; 12,5 % при $p_{1,3} \leq 0,01$). Тобто студенти з низьким рівнем мотивації досягнення в умовах стресу в початковій діяльності використовують неадаптивні когнітивні копінг – механізми («ігнорування», «смирненість», «дисиміляція», «розгубленість»), намагаючись казати собі, що під час труднощів є ще більш важливі труднощі, що це доля та необхідно з цим змиритися, що це неіснуючі труднощі, не все так погано, в основному все добре, що не має можливості виплутатися з труднощів. Стосовно неадаптивних когнітивних копінг-механізмів вірогідних відмінностей між першою та другою групами, другою та третьою групами виявлено не було.

Стосовно адаптивних, відносно адаптивних та неадаптивних емоційних копінг-механізмів вірогідних відмінностей між досліджуваними групами виявлено не було. При цьому, як видно з даних, наведених в таблиці 2, у студентів з високим, середнім та низьким рівнями мотивації досягнення успіху значна відсоткова перевага використання адаптивних емоційних копінг-механізмів (68,8%; 60,9%; 44,0%), при незначній кількості відносно адаптивних (12,5%; 26,1%; 32,0%) та неадаптивних (18,8%; 13,0%; 24,0%) емоційних копінгів. Тобто використовуючи адаптивні емоційні копінг – механізми («протест», «оптимізм»), студенти трьох досліджуваних груп в умовах стресу під час навчальної діяльності намагаються обурюватися щодо несправедливості волі до них і протестують, бути впевненими в те, що вихід із труднощів існує.

Висновки. Орієнтація студента на успіх істотно позначається на побудові ієрархії копінг-стратегій у напружених умовах перевірки знань, що дозволяє продовжувати дослідження в даному ракурсі з подальшою можливістю використання отриманих результатів у груповій та індивідуальній психологічній допомозі студентам, схильним переживати сильні деструктивні емоції в умовах навчального стресу. За даними проведеного дослідження можемо зробити наступні висновки:

1. Для студентів з низьким рівнем мотивації досягнення успіху стратегія «втеча - уникнення», це активна поведінкова стратегія, при якій студенти цієї групи, ніж студенти з високим та середнім рівнями мотивації досягнення успіху, прагнуть використовувати розумову спрямованість та поведінкові зусилля, що скеровані до втечі та уникнення проблеми при стресовій ситуації. Таким чином вони найчастіше не усувають стресовий стан, а навпаки сприяють його посиленню, уникаючи його.

2. Для студентів з високим рівнем мотивації досягнення успіху стратегія «планування рішення проблеми» є домінуючою серед цих груп досліджуваних, для студентів з високим рівнем мотивації досягнення успіху характерно в більшій мірі, ніж для студентів із середнім та низьким рівнем мотивації досягнення успіху, використовувати довільні проблемно – фокусовані зусилля щодо зміни ситуації, що включають аналітичний підхід до стресової проблеми. Таким чином вони найчастіше усувають стресовий стан, вирішуючи свої проблеми.

3. Для студентів з високим та низьким рівнями мотивації досягнення успіху стратегія «позитивна переоцінка», це активна поведінкова стратегія, при якій студенти цих груп, ніж студенти з середнім рівнем мотивації досягнення успіху, прагнуть використовувати зусилля щодо створення позитивного значення діяльності з фокусуванням на зрості власної особистості, включаючи також релігійний вимір.

4. Студенти з високим рівнем мотивації досягнення успіху в ситуаціях стресу в навчальній діяльності використовують адаптивні поведінкові копінг – механізми («альтруїзм», «співпраця» та «звернення»). Студенти з середнім та низьким рівнем мотивації досягнення успіху в ситуаціях стресу в навчальній діяльності використовують відносно адаптивні поведінкові копінг – механізми («відволікання», «компенсація» та «конструктивна активність»). Тобто чим нижчий рівень мотивації досягнення успіху, тим більш неадекватні, несприятливі наслідки для продуктивності, здоров'я та благополуччя студентів приносять подолання труднощів.

5. Студенти з високим рівнем мотивації досягнення успіху в ситуаціях стресу в навчальній діяльності використовують адаптивні поведінкові копінг – механі-

зми («збереження апломбу», «проблемний аналіз», «установка власної цінності»). Студенти з низьким рівнем мотивації досягнення в умовах стресу в початковій діяльності використовують неадаптивні когнітивні копінг – механізми («ігнорування», «смирненість», «дисиміляція», «розгубленість»). Тобто чим вищий рівень мотивації досягнення успіху, тим більш аналітично вирішуються стресові події, аналізуються позитивні та негативні сторони того чи іншого рішення.

Список літератури

1. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. — СПб.: Питер, 2009. — 336 с.
2. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. — СПб.: Питер, 2003. — 512 с.
3. Макклелланд Д. Мотивация человека / Д. Макклелланд. — СПб.: Питер, 2007. — 672 с.
4. Пакулина С.А. Адаптивные способности студентов педагогического вуза: структура, факторы и средства развития / С.А. Пакулина. — М.: Изд-во СГУ, 2008. — 201с.
5. Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А.Л.Журавлева, Т.Л.Крюковой, Е.А.Сергиенко. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. — 474 с.
6. Фрэнкин Р. Мотивация поведения / Р. Фрэнкин. — СПб.: Питер, 2003. — 651 с.
7. Lazarus RS Coping theory and research: past, present, and future / R.S. Lazarus. — Psychosom Med May 1, 1993 55:234-247.