

СТРАТЕГИИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ РИСКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ВУЗА

И.В. Арендачук

*Саратовский государственный
университет имени Н.Г. Чернышевского*

Основу жизнеспособности любого высшего учебного заведения составляет его образовательная среда, в которой формируются условия для удовлетворения основных социальных потребностей всех ее субъектов, их защищенности и успешной адаптации к профессиональной среде, для воспитания и становления личности специалиста и его профессионального развития.

Образовательную среду высшей школы можно определить, как психолого-педагогическую реальность, содержащую специально организованные условия для формирования и развития личности студентов и преподавателей, включенных в особое, свойственное конкретному вузу, пространственно-предметное, социальное и профессиональное окружение. Ее психолого-педагогическая сущность определяется совокупностью индивидуальных свойств, отношений и особенностей взаимодействия субъектов образовательного процесса, а также профессиональной спецификой содержания образования и способов организации его усвоения.

Вместе с тем, образовательная среда может выступать и фактором формирования социально-психологических рисков, влияние которых распространяется на качество учебно-воспитательного процесса, на здоровье и личностное развитие его участников. Отметим, что социально-психологический риск понимается нами как возможная опасность в социальных взаимодействиях, последствия которой неблагоприятно влияют как на саму личность, так и на ее деятельность в системе общественных (в том числе межличностных) отношений; факторами риска выступают такие ситуации или события жизни субъектов образовательной среды, последствия которых неблагоприятно влияют на них как в учебном процессе, так и на их отношения с другими людьми.

По нашему мнению, в системе высшего профессионального образования можно выделить следующие группы рисков образовательной среды¹:

- *внешние*, обусловленные действием средовых факторов и связанные с управлением и организационной культурой вуза, факультета, кафедры (корпоративная культура может интегрировать интересы субъектов и объектов образования посредством закрепления определенных правил, поведенческих установок, поведенческих стереотипов, связанных с деятельностью и соблюдением норм ее выполнения, но может выступать и как дезинтегрирующий фактор) и с учебно-воспитательным процессом

(распределение аудиторного фонда, организация и методическая обеспеченность учебного процесса, воспитательная работа со студентами, их психологическое сопровождение на этапе адаптации к вузу, вовлеченность в научно-исследовательскую работу, организация досуговой деятельности и системы самоуправления и т.п.);

- *социально-психологические*, связанные с межличностными отношениями субъектов образовательной среды в системах «преподаватель – студент», «преподаватель – преподаватель», «студент – студент» и включающие такие факторы, как качество педагогического общения; компетентность вузовских преподавателей в выборе педагогических технологий и методов обучения, адекватных дидактическим задачам, во владении коммуникативными и контрольно-оценочными технологиями, в умении их использовать при достижении целей образовательного процесса;

- *собственно психологические риски*, определяемые индивидуально-личностными особенностями субъектов образовательной среды вуза.

Эти группы рисков взаимодействуют между собой, создавая целый комплекс условий, усиливающих или минимизирующих их проявления в субъективных и объективных характеристиках деятельности преподавателей и студентов. Так, например, система отношений субъектов образовательной среды, выражающаяся во взаимодействии с объективной реальностью, обеспечивает определенный уровень их активности и определяет внутренние переживания, которые могут стать источником рисков, если обусловлены неудовлетворенностью достижением поставленных целей². И наоборот, восприятие образовательной среды как творческой, стимулирует такие личностные проявления, как открытость новому опыту, активное включение в процесс профессионального самоопределения, заинтересованность в результатах собственной деятельности и адаптированность к сложностям групповых взаимодействий в учебно-воспитательном процессе вуза³. Факторами минимизации рисков и повышения успешности преподавателей и студентов являются и такие их субъектные свойства, как направленность на повышение уровня специальной квалификации, способность к саморазвитию, познавательная активность, владение навыками эмоциональной саморегуляции поведения и деятельности, умение устанавливать профессионально-личностные контакты, развитость общекультурных умений и навыков⁴.

Если говорить о студентах, как субъектах образовательной среды вуза, то дополнительными факторами социально-психологических рисков у них выступают: своеобразное социальное положение в обществе, возрастно-психологические особенности и специфика их социальной ситуации развития, которую определяют как систему «отношений между

развивающимся субъектом и средой, определяющей его объективное место в системе социальных отношений»⁵.

Сложность социального положения современного студента обусловлена его маргинальным положением в обществе. С одной стороны – это взрослый человек, стремящийся к самостоятельности в достижении своих жизненных целей и планов, имеющий свою систему взглядов, установок и отношений с окружающим миром. С другой стороны, студент находится в экономической, социальной и психологической зависимости от семьи, что обуславливает разрыв между желаниями и возможностями их самостоятельной реализации. Именно поэтому многие студенты стремятся к совмещению учебы и работы, к образованию собственной семьи, однако это только усугубляет ситуацию, т.к. возникает риск переутомления, нарушения режима труда и отдыха, появления новых сложностей в системе интимно-личностных отношений, снижения успешности обучения в вузе и качества подготовки к будущей профессиональной деятельности.

К возрастнo-психологическим факторам риска можно отнести: несоответствие уровней социально-психологического, личностного и интеллектуального развития студентов, выражающееся в поведении, несоответствующем нормам образованности, воспитанности и правилам организационного поведения в вузе; выраженную силу внутренних эмоциональных переживаний, сочетающуюся со слабой стрессоустойчивостью; склонность демонстрировать достаточно наступательное, а зачастую, и агрессивное поведение; отсутствие позитивно сформулированных целей профессиональной самореализации; несформированность навыков поиска новых способов достижения поставленных задач⁶.

Также в этой группе можно отметить факторы, связанные с проблемой развития гражданского самосознания, где в качестве психологических барьеров в формировании представлений студентов о себе как гражданине, выступают: негативные последствия неудачного самоопределения, как результат осознания ошибочности своего профессионального выбора или несоответствия собственных ресурсов требованиям профессии; низкий уровень знаний, умений и навыков, позволяющих быть эффективным в межличностных взаимоотношениях разного уровня (коллектив, семья, общество); отсутствие возможностей для творчества и выбора деятельности в процессе обучения; несоответствие реальности профессиональным ожиданиям, которое студенты могут осознать в процессе прохождения производственной практики. Данные барьеры увеличивают не только риск отклонений в профессиональном самоопределении и формировании ответственного отношения студентов к будущей профессиональной деятельности, но служат источником риска развития мировоззренческих отклонений⁷.

В контексте социальной ситуации развития факторы социально-психологических рисков студентов связаны с процессами их жизнедеятельности и личностного самоопределения, как выбора жизненной модели сознания и поведения, и адаптации к социальной роли студента, к новым формам учебы и жизни по нормам и правилам вузовского порядка. Кроме того трудности, обусловленные необходимостью совмещения учебы и работы, а также вступлением в новую сферу социальных отношений – интимно-личностных и семейных, могут стать источником рисков формирования психосоциальной неустойчивости личности и разрушения ценностно-смысловых установок, что может привести к резким изменениям мотивации у студентов, к разбалансированию их целевых конструкций, к неадекватным реакциям не только в процессе учебы и профессиональной деятельности, но и жизни в целом⁸.

Способность и эффективность противостояния рискам образовательной среды вуза связана с уровнем сформированности стратегий совладающего поведения у ее субъектов, которое позволяет им с помощью осознанных действий, адекватных личностным особенностям, справиться с трудной жизненной ситуацией. Определяя совладающее поведение (или копинг), как сознательное поведение, направленное на активное взаимодействие с ситуацией, в соответствии с ее жизненной значимостью и психологическими возможностями субъекта, направленное на гармонизацию отношений со средой, исследователи отмечают наличие возрастных закономерностей развития психологического преодоления⁹, смысл которого заключается в адаптации субъекта к требованиям ситуации путем их ослабления или смягчения, тем самым нивелируя воздействие факторов риска или стрессовой ситуации.

С целью изучения факторов риска студентов в образовательной среде вуза и выявления стратегий совладающего поведения, доминирующего в системе их копинга было проведено эмпирическое исследование на базе факультета психолого-педагогического и специального образования Саратовского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского, в котором приняли участие 76 студентов 2 и 3 курсов бакалавриата, обучающихся по направлению «Психолого-педагогическое образование» и «Социальная педагогика». Факторы риска образовательной среды определялись с помощью экспертного опроса и сконструированного на его основе опросника. Первоначально студентам было предложено назвать не менее 5 факторов риска в их студенческой жизни. Затем методом контент-анализа было выбрано 32 фактора, которые эти же студенты оценивали по однополярной 9-ти балльной шкале. За относительно «нормальный» уровень предлагалось принять оценку 5 баллов (эта оценка служила как бы внутренним эталоном умеренного уровня риска, по сравнению с которым нужно определить, сильнее или слабее выражено воздействие оцениваемых ситуаций). В приведенном

перечне возможных факторов риска студенты оценивали: 1) насколько сильно данный фактор затрудняет их студенческую жизнь, даже если подобные ситуации возникают относительно редко (А – сила воздействия); 2) насколько часто возникают такого рода затруднения, даже если они не сильно влияют в каждом отдельном случае (Б – частота возникновения). Далее оценивался «вес» каждого фактора, показывающий уровень выраженности риска по этому фактору (А х Б) и определялся порядок приоритетов: чем выше «вес» фактора, тем больше в представлениях студентов он связан с риском. В основу принципа конструирования данной методики был положен опросник трудового стресса Ч. Спилбергера в адаптации А.Б. Леоновой и С.Б. Величковой¹⁰. Стратегии совладающего поведения студентов выявлялись с помощью методики «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций (Шкала SACS)» Б. Хобфолла.

Анализ *социально-психологических рисков студентов в образовательной среде вуза* показал, что наиболее значимыми по уровню выраженности риска являются факторы, связанные с учебной деятельностью (средневзвешенный балл 28,5): зачетная неделя (время перед сессией); экзамены; большие учебные нагрузки и другие проблемы, связанные с обучением (нехватка времени, эмоциональная напряженность, разбросанное расписание, определяющее невозможность студентов работать, боязнь не успеть сделать запланированное на ближайшее будущее). На втором месте в порядке приоритетов у студентов оказались факторы риска, связанные с организацией их жизнедеятельности, подчиненной целям учебно-образовательной деятельности (средний балл 23,7 баллов) – это невозможность хорошо отдохнуть, хронические недосыпание и усталость, несоблюдение режима труда и отдыха, проблемы с состоянием здоровья. Менее значимыми (третье место в порядке приоритетов, 18,4 баллов) оказались риски, обусловленные социальными отношениями личности – события личной жизни, несовершенство других людей (агрессивность, тупость, нежелание быть чистоплотными и т.п.), проблемы в отношениях с другими людьми (трудности общения, отверженность), недооценивание преподавателями и однокурсниками способностей и возможностей студента, невозможность реализовать себя в рамках университета. Далее в порядке приоритетов оказались личностные факторы (17,3 балла): высокое чувство ответственности, неспособность находить решения в сложной ситуации и быть успешным в деятельности, неумение самостоятельно решать свои проблемы и организовать свою жизнь в отрыве от семьи.

Примечательно, что наиболее выраженными и по силе воздействия и по частоте встречаемости для студентов оказались факторы «невозможность хорошо отдохнуть, хроническое недосыпание», «экзамены» и «зачетная неделя» (34,2 балла). Особенно студенты выделили «перспективные риски», связанные с самоопределением после

окончания университета, с самореализацией в данной профессии и выбором дальнейшего рода деятельности (средневешенный балл 35,1) – именно эти факторы в силу своей неопределенности оцениваются студентами как наиболее значимые, хоть и не относятся непосредственно к рискам образовательной среды.

Для адаптации к факторам риска, их преодоления и сохранения ресурсов личности в образовательной среде вуза студенты используют различные стратегии совладающего поведения. Так, было установлено, что доминирующими стратегиями у них являются поиск социальной поддержки (информационной, действенной, эмоциональной) и вступление в социальные контакты. То есть, социальное взаимодействие с окружающими у студентов является тем социально-психологическим ресурсом, посредством которого они стремятся получить, сохранить и приумножить то, что ценно для них, что способствует достижению личностно значимых целей. Кроме того, именно просоциальные стратегии у студентов образуют реальный потенциал для совладания с неблагоприятными жизненными событиями, и даже простое их наличие обеспечивает им адаптивную функцию: придает уверенность, подкрепляет самоуважение и поддерживает социальный статус.

В случаях, когда социальное окружение и его поддержка не выполняют функцию минимизации риска, студенты могут использовать три типа копинга – активного (ассертивные действия), пассивного (осторожные действия) и непрямого (манипулятивные действия). В такой неопределенности копинг-стратегий студентов отражается несформированность их личностных ресурсов и незрелость поведенческих реакций в ситуациях риска и связанного с ним стресса. С одной стороны, они понимают необходимость и проявляют готовность к активному преодолению факторов риска путем утверждения себя в действии, проявления устойчивой направленности на достижение значимых целей, и рассматривают сопровождающий их стресс, как возможность приобретения личного опыта и ресурс для личностного роста. С другой стороны, столкнувшись с трудностями реализации ассертивного копинга, студенты могут использовать прямо противоположные активной пассивные или не прямые стратегии совладающего поведения – осторожные или манипулятивные действия. Эти приемы неконструктивны: они лишь на некоторое время облегчают психическое состояние, не устраняют проблему и затягивают, а подчас и усложняют ее разрешение. Вероятность импульсивных, агрессивных действий и избегания как стратегий совладающего поведения у студентов оказалась минимальной.

Подводя итоги по результатам проведенного исследования сформулируем краткие выводы.

1. Образовательная среда вуза выступает как фактором развития ее субъектов, так и источником социально-психологических рисков,

вероятность формирования которых у студентов обусловлена их возрастными-психологическими особенностями, спецификой социальной ситуации развития и своеобразным социальным положением в обществе.

2. Наиболее значимыми факторами риска образовательной среды вуза для студентов оказались те, которые обусловлены социальной ситуацией развития – учебная деятельность, самоопределение, проблемы психогигиены и здоровья; на втором месте были факторы, связанные с возрастными-психологическими особенностями – социальные отношения личности и личностные факторы.

3. Способность личности эффективно противостоять рискам обусловлена ее психологическими ресурсами, к которым относят и систему совладающего поведения. В условиях рисков образовательной среды вуза студенты ориентированы на поиск социальной поддержки и вступление в социальные контакты. Вместе с тем, в полной мере система продуктивного совладающего поведения у студентов недостаточно сформирована, так как наряду с просоциальным копингом, в ситуациях риска и связанного с ним стресса в равной мере возможны стратегии, связанные как с активными (ассертивными), так и с противоположными им осторожными и манипулятивными действиями, что вероятно обусловлено их возрастными-психологическими особенностями.

¹ *Арендачук И.В.* Психологические риски образовательной среды вуза // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. 2014. Т. 1. С. 48–53.

² *Бочарова Е.Е.* Готовность к риску как личностный потенциал субъектной регуляции // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. 2011. Т. 4. № 2. С. 27–33.

³ *Ваганова А.Р.* Экопсихологические характеристики процесса адаптации студентов первого курса к образовательной среде вуза // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. 2011. Т. 4. № 2. С. 37–41.

⁴ *Арендачук И.В.* Преподаватель высшей школы как агент социализации личности студента // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. 2012. Т. 12. № 4. С. 26–32.

⁵ *Карабанова О.А.* Понятие «социальная ситуация развития» в современной психологии // Методология и история психологии. 2007. Т. 2. Вып. 4. С. 40–56.

⁶ *Маркова О. Ю.* Коммуникативное пространство вуза: субъекты, роли, отношения // Коммуникация и образование. СПб.: С-Петербургское философское общество, 2004. С. 345–364.

⁷ *Фокина И.В.* Барьеры формирования гражданского самосознания у студенческой молодежи // Высшее образование в России. 2011. № 11. С. 108–112.

⁸ *Аракелов Г.Г., Аршинова В.В., Жданова Г.Е.* Стресс-факторы, влияющие на формирование психосоциальной устойчивости личности в период студенчества // Психологическая наука и образование. 2008. №2. С. 52–59.

⁹ *Коломеец Л.А.* Особенности копинг-поведения старшеклассников как стратегия преодоления жизненных трудностей // Теория и практика общественного развития. 2013. № 8. С. 138–140.

¹⁰ *Леонова А.Б., Капица М.С.* Методы субъективной оценки функциональных состояний человека // Практикум по инженерной психологии и эргономике / Под ред. Ю.К. Стрелкова. М.: Изд-во «Академия», 2003. С. 136–167.