

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ



Научная статья



УДК 159.99

<https://doi.org/10.23947/2658-7165-2024-7-1-88-96>

Смысложизненные ориентации и стратегии совладающего поведения у молодых людей с разной ориентацией на будущее

Татьяна Н. Щербакова , Татьяна Ю. Мариненко 

Донской государственный технический университет, Российская Федерация, Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1

[✉ tatiananik@list.ru](mailto:tatiananik@list.ru)

Аннотация

Введение. Актуальной темой психологических исследований на данный момент является выявление возможностей преодоления сложных жизненных ситуаций молодыми людьми, особенно в ситуациях неопределенности. Одним из направлений исследований в этой области является взаимосвязь выбора копинг-стратегий с элементами ценностно-смысловой сферы, это может пролить свет на механизмы смысловой регуляции выбор путей преодоления сложных ситуаций.

Цель. Исследование выбора различных стратегий совладающего поведения в связи со смысложизненными ориентациями в зависимости от типа ориентации на будущее у молодых людей.

Материалы и методы. Для определения смысложизненных ориентаций молодых людей была использована методика «Смысложизненные ориентации» Д. А. Леонтьева. По этой методике также была определена ориентация респондентов на будущее с помощью показателей по шкале «цели в жизни»: присутствие цели в будущем, направленность и временная перспектива, и по шкале «процесс жизни». Для определения выбора копинг-стратегий была применена методика «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса.

Результаты исследования. В качестве испытуемых выступили молодые люди в возрасте от 19–23 лет. По выраженности ориентации на будущее выборка была разделена на две группы: с высокой и средней ориентацией на будущее (1 группа, 47,3 %), и с низкой и ниже среднего (2 группа, 52,7 %). Анализ полученных результатов по методике «Смысложизненные ориентации» показал, что у исследуемых групп молодых людей наблюдаются различия в выраженности всех шкал СЖО. Согласно результатам, наибольшие различия выявлены по шкалам «Цели в жизни» и «Локус контроля жизнь». Статистический анализ различий с помощью U критерия Манна-Уитни в выраженности стратегий копинг-поведения показал, что значимые различия между группами выявлены по показателю «Планирование решения проблемы».

Обсуждение результатов. Полученные результаты об типе ориентации на будущее как предикторе выбора копинг-стратегий согласуются с существующими данными о том, что преодоление проблемы за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов может помочь человеку эффективнее управлять сложной ситуацией и снижать негативные последствия за счет использования воображения и конструктивного моделирования будущего.

Ключевые слова: смысложизненные ориентации, копинг-стратегии, молодые люди, целеполагание, ориентация на будущее

Для цитирования. Щербакова, Т. Н., и Иноземцева, О. М. (2024). Смысложизненные ориентации и стратегии совладающего поведения личности с разной ориентацией на будущее. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*, 7(1), 88–96. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2024-7-1-88-96>

Meaning-of-life Orientations and Strategies of Coping Behavior in Young People with Different Orientations for the Future

Tatyana N. Shcherbakova , Tatyana Y. Marinenko 

Don State Technical University, 1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, Russian Federation

 tatiananik@list.ru

Abstract

Introduction. At the moment an urgent topic of psychological research is the identification of opportunities for young people to overcome difficult life situations, especially in situations of uncertainty. One of the areas of research in this area is the relationship of the choice of coping strategies with elements of the value-meaning sphere, this can shed light on the mechanisms of meaning regulation of the choice of ways to overcome difficult situations.

Objective. The study of the choice of various coping strategies in connection with life orientations is depending on the type of orientation for the future in young people.

Materials and methods. The method “Meaning-of-life orientations” by D. A. Leontiev was used to determine the meaning-of-life orientations of young people. According to this methodology, the respondents’ orientation towards the future was also determined using indicators on the “goals in life” scale: the presence of a goal in the future, orientation and time perspective, and on the “process of life” scale. The methodology “Methods of coping behavior” by R. Lazarus was applied to determine the choice of coping strategies.

Results. The subjects were young people aged 19–23 years. According to the severity of the orientation towards the future, the sample was divided into two groups: with high and medium orientation towards the future (group 1, 47.3 %), and with low and below average (group 2, 52.7 %). An analysis of the results obtained which is used the “Life-meaning orientations” method showed that the studied groups of young people have differences in the severity of all scales of CSF. According to the results, the greatest differences were found on the scales of “Goals in life” and “Locus of control of life”. Statistical analysis of the differences which used the Mann-Whitney U criterion in the severity of coping behavior strategies showed that significant differences between the groups were identified by the indicator “Problem solving planning”.

Discussion. The results obtained on the type of orientation towards the future as a predictor of the choice of coping strategies are consistent with existing data that overcoming a problem through a purposeful analysis of the situation and possible behaviors, planning one’s own actions taking into account objective conditions, past experience and available resources can help a person manage a difficult situation more effectively and reduce negative consequences through the use of imagination and constructive modeling of the future.

Keywords: meaningful orientations, copying strategies, young people, goal setting, orientation to the future

For citation. Shcherbakova, T. N., & Inozemtseva, O. M. (2024). Meaning-of-life Orientations and Strategies of Coping Behavior in Young People with Different Orientations for the Future. *Innovative science: psychology, pedagogy, defectology*, 7(1), 88–96. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2024-7-1-88-96>

Введение

Проблема исследования выбора копинг-стратегий молодыми людьми является всё более актуальной, так как число субъективно трудных ситуаций для них возрастает. Это обусловлено тем, что возрастает степень неопределённости, неоднозначности жизненных ситуаций. В этой связи возникает вопрос о различного рода предикторах, способствующих выбору того или иного типа совладающего поведения. Одним из самых важных предикторов, по нашему мнению, выступает структура смыслжизненных ориентаций. В этой сфере одним из малоисследованных аспектов является ориентация на будущее как составляющая представлений о целях и результатах жизни.

А. Д. Кузнецова утверждает, что в достижении успеха большое значение имеет сформированность умений действовать конструктивно в стрессовых ситуациях, проявлять преодолевающую активность при столкновении с препятствиями (Кузнецова, 2018). В. И. Драгомир акцентирует внимание на том, что конструктивные копинг-стратегии являются интегральным образованием, которое позволяет действовать эффективно, сохраняя высокий статус психологического здоровья (Драгомир, 2016).

В современной ситуации неопределённости к субъекту предъявляются особые требования к адаптивным возможностям, способности реализовать позитивные копинг-стратегии в стрессовых ситуациях, внутренним ресурсам и готовности к функционированию в новых условиях (Гутник, 2018).

Особое внимание уделяется поиску механизмов и внутренних детерминант выбора позитивных копинг-стратегий, позволяющих достигать цели, несмотря на препятствия. Т. В. Левкова в этой связи интерпретирует преодоление стресса личностью как специфический динамический процесс, детерминируемый как ситуацией, так и опытом столкновения субъекта с внешними стрессогенными событиями. При этом преодоление может происходить как

за счет актуализации психологических защит, так и посредством мобилизации определенных черт личности, формирования мотивации достижений, подключения волевых механизмов, обеспечивающих реализацию конструктивной активности и снижение напряжения (Левкова, 2018).

И. С. Хажуев выделяет различные виды совладающего поведения:

1) *проблемно-ориентированный*, при котором активность и усилия личности мобилизуются для решения возникшей проблемы;

2) *эмоционально-ориентированный*, предполагающий трансформацию субъективных установок в свете восприятия проблемной ситуации (Хажуев, 2019).

В первом случае происходит мобилизация личностного потенциала и индивидуальных ресурсов для преобразующей активности, а во втором – усилия личности концентрируются на регулировании эмоциональных переживаний стресса. Главная субъективная цель личности – добиться искомого уровня психологической безопасности в ситуации затруднения за счет оптимального использования копинг-механизмов.

С. А. Станибула связывает способность к реализации копинг-стратегий с системой когнитивных и поведенческих действий и практических усилий, предпринимаемых субъектом для ослабления стресса и его эффектов, стабилизации и адаптации в проблемной ситуации (Станибула, 2015). По мнению этого исследователя, успешность реализации совладающего поведения зависит от уровня развития когнитивной компетентности, сформированности оценочных умений, гибкости, от способности субъекта рефлексировать трудную ситуацию в разных контекстах, выбора адекватных приемов переоценки. Качество когнитивного анализа и оценивания зависит от степени уверенности субъекта в самоэффективности, сформированности субъективного контроля, проявляющегося в способности контролировать происходящее, регулировать негативные эмоциональные переживания. Главным результатом когнитивной деятельности субъекта при столкновении со стрессом является вывод о степени подконтрольности ситуации и возможности ее изменения, признавая ситуацию подконтрольной, субъект выбирает конструктивные стратегии ее преобразования (Станибула, 2015).

В настоящее время систему смысловой регуляции можно рассмотреть как кластер психологических механизмов, детерминирующих степень адекватности активности совладания в сложных жизненных ситуациях. При этом смысложизненные ориентации выступают в качестве внутренних инстанций регуляции поведения. В современной психологии последовательно развивается представление, о том, что содержание и структурная организация индивидуальной смысловой системы субъекта является своеобразным личностным фундаментом, важным психологическим ресурсом, позволяющим быстро и эффективно преодолевать сложности и препятствия на пути к достижению поставленных целей посредством активного внедрения оптимальных и, одновременно результативных, копинг-стратегий (Безуглова, Васильева, Правдина, 2017). Вместе с тем смыслообразующие стратегии могут провоцировать избегания и различного рода защиты (Годунов, Портнов, 2023).

Успешность личности в социальной ситуации определяется, в частности, уровнем развития способности к построению продуктивного копинг-поведения. В этом особую роль играет индивидуальная структура смысложизненных ориентаций и смысловая регуляция активности личности в сложных ситуациях. И. В. Абакумова с соавторами показали, что особенности смысложизненных ориентаций человека отражаются в индивидуальном стиле смысловой регуляции выбора стратегии совладания с трудными стрессовыми ситуациями в контексте временной перспективы адаптации (Абакумова, Азарко, Комерова, Пахомова, 2022).

Исходя из данных имеющихся исследований мы определяем цель нашей работы как исследование выбора различных стратегий совладающего поведения в зависимости от типа ориентации на будущее у молодых людей.

Материалы и методы

Для реализации целей исследования были выбраны следующие диагностические методики:

– опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса (Вассерман с соавторами, 2009);

– тест «Смысложизненные ориентации» Д. А. Леонтьева (Леонтьев, 2000).

Сбор данных проводился с помощью сервиса Google Forms. В исследовании использованы методы математической статистики:

– критерий U-Манна Уитни для определения различий между характеристиками молодых людей с разной ориентацией на будущее;

– коэффициент ранговой корреляции Спирмена для выявления связи между изучаемыми характеристиками.

Результаты исследования

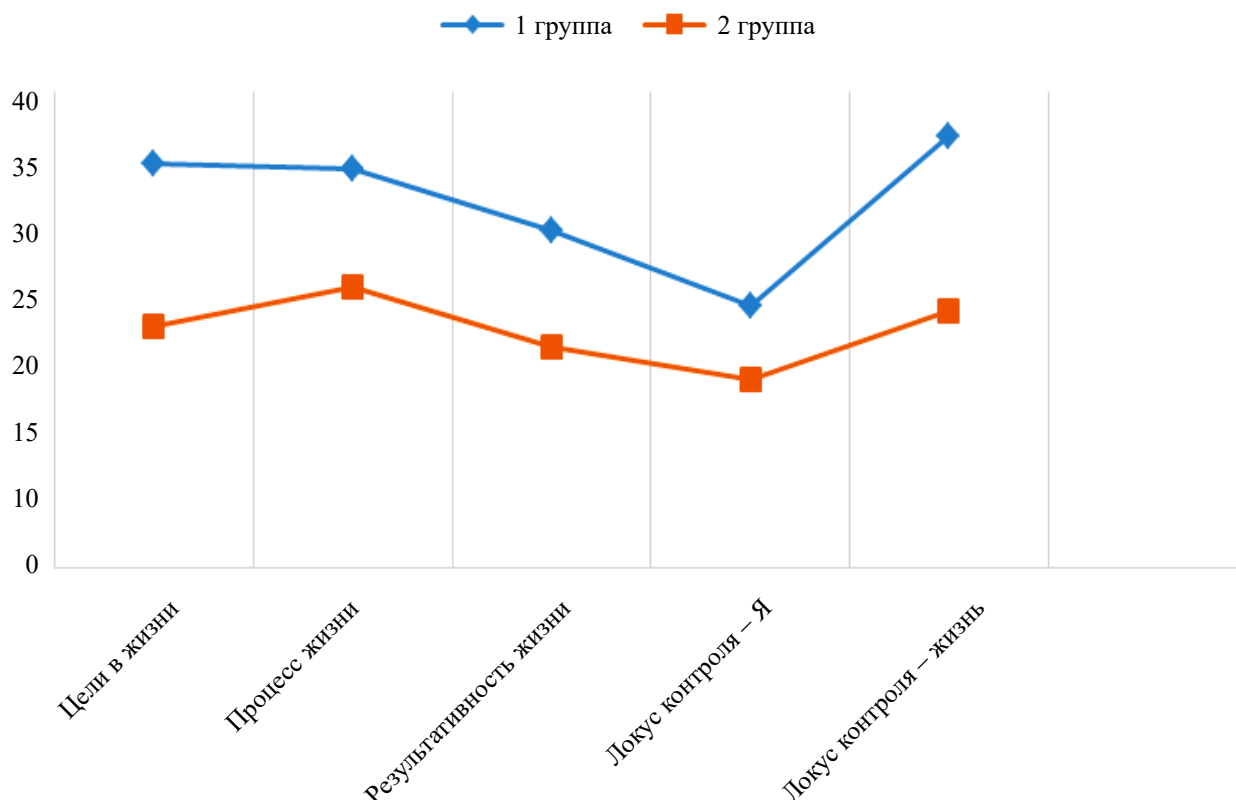
В качестве испытуемых выступили молодые люди в возрасте от 19 до 23 лет (студенты разного профиля обучения Южного федерального университета).

На первом этапе эмпирического исследования с применением методики «Смысложизненные ориентации» Д. А. Леонтьева, по критерию выраженности ориентации на будущее исследуемая выборка молодых людей была разделена на две группы: с высокой и средней ориентацией на будущее (1 группа) и с низкой и ниже среднего (2 группа). Ориентация на будущее определялась показателями по шкале «цели в жизни», а именно наличием позиций: присутствие цели в будущем, направленность и временная перспектива; а также по шкале «процесс

жизни», по показателю нацеленности на будущее. Первую группу составили 47,3 % респондентов с высокой ориентацией на будущее, нацеленных на решение перспективных задач и понимающих, чего они хотят в будущем, 52,7 % вошли во вторую группу, характеризующуюся недостаточно ясными целями и дефицитарными представлениями своего будущего. Результаты сравнительного анализа профиля смысловых ориентаций двух выделенных групп респондентов представлены на рисунке 1.

Рисунок 1

Выраженность смысловых ориентаций у студентов с разным уровнем ориентации на будущее



Анализ полученных результатов по методике СЖО показал, что у исследуемых групп студентов наблюдаются различия в выраженности показателей СЖО. Согласно результатам, наибольшие различия выявлены по шкалам «Цели в жизни» и «Локус контроля жизнь». Молодые люди, хорошо представляющие свое будущее, имеющие четкие цели в жизни продемонстрировали отношение к настоящему как полноценному этапу жизни, наполненному эмоциональными событиями и смыслом. Молодые люди с более низким представлением о своей будущей перспективе по данным шкалам имеют низкие показатели. По шкале «Локус контроля Я», у первой группы наблюдаются высокие показатели, отражающие веру в свои силы и способность полагаться на себя, у второй средние, что свидетельствует о затруднении контроля в проблемных ситуациях.

Наибольшие различия выявлены по шкале «Локус контроля – жизнь», молодые люди с четким представлением о своей жизни характеризуются способностью к самоконтролю, умением принимать решения, более осознанным отношением к своей жизни и тому что происходит с ними. У молодых людей с низким уровнем выраженности шкалы «Локус контроля Жизнь» присутствует некоторый фатализм в отношении неподконтрольности жизни, сомнения в способности ею управлять.

Анализ результатов диагностики стратегий копинг-поведения у двух групп молодых людей с разной ориентацией на будущее показал наличие определенной специфики. Согласно результатам, полученным по методике «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса на уровне средних значений выраженность стратегий поведения в группах с разной нацеленностью на будущее различается.

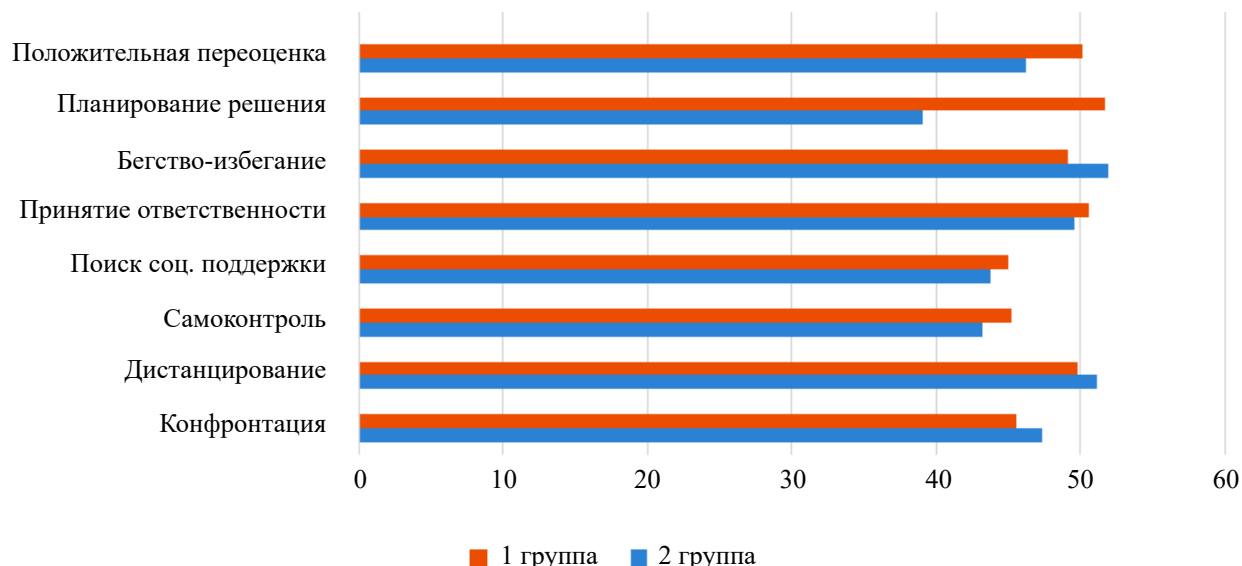
Различия имеются по всем стратегиям копинг-поведения. У первой группы молодых людей, с выраженным целеполаганием, конструктивные стратегии совладания на уровне средних значений преобладают, по сравнению с показателями молодых людей с низким и средним целеполаганием.

Наиболее значимые различия наблюдаются по шкале «Планирование решения». Стратегия «Планирования решения проблемы» предполагает попытки преодоления проблемы за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, выработки стратегии разрешения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов. Данная стратегия может интерпретироваться

тироваться как адаптивная, способствующая конструктивному разрешению трудных стрессовых ситуаций. Вторая группа респондентов, менее ориентированных на будущее, реже прибегает к данной стратегии совладания, о чем свидетельствуют низкие показатели по этой шкале.

Рисунок 2

Выраженность стратегий coping-поведения у групп молодых людей с разным уровнем ориентации на будущее



Показатели по стратегии «положительная переоценка» у группы молодых людей с высоким целеполаганием несколько выше, чем у второй группы. Данная стратегия включает в себя переосмысление ситуации и себя в ней, поиск позитивных выходов из стрессовой ситуации, способность к личностному росту.

Стратегия «Поиск социальной поддержки» значима для обеих групп респондентов и различия в выраженности данной стратегии незначительные. Стратегия «Поиск социальной поддержки» проявляется в поиске ресурсов во внешней среде в информационной, эмоциональной и действенной поддержке.

Стратегии «Принятие ответственности» и «Самоконтроль» достаточно выражены в обеих группах респондентов, однако у группы с высоким целеполаганием они значительно выше. Стратегия «Принятие ответственности» проявляется в признании субъектом своей роли в возникновении проблемы и ответственности за ее решение.

В результате анализа полученных данных оказалось, что менее адаптивные стратегии, такие как: «Дистанцирование», «Бегство-избегание», «Конфронтация» в большей мере представлены у группы респондентов со средним и низким целеполаганием. Систематическое использование этих стратегий может формировать уклоняющийся тип реагирования на возникающую проблему, актуализацию психологических защит, в частности «отрицания» и «игнорирования». Это, в свою очередь, приводит к использованию неконструктивных формы поведения в стрессовых ситуациях, связанных с нежеланием принимать ответственность и активно действовать для преодоления возникших трудностей.

Статистический анализ по U критерию Манна-Уитни выявил значимые различия по всем показателям методики СЖО между первой и второй группой респондентов.

Таблица 1

Уровень значимости различий по U критерию Манна-Уитни у двух групп с различной ориентацией на будущее

Категории	Выраженность ранга		Межгрупповые различия	
	Группа 1	Группа 2	U	P
Цели	299,0	136,0	0,0	0,01
Процесс	266,5	168,5	32,5	0,01
Результат	274,0	161,0	25,0	0,01
Локус контроля – Я	265,0	170,0	34,0	0,01
Локус контроля – Жизнь	287,5	147,5	11,5	0,01

Полученные результаты свидетельствуют о том, что существуют статистически достоверные различия в выраженности шкал смысловых ориентаций у групп с разным уровнем нацеленности на будущее.

Статистический анализ различий с помощью U критерия Манна-Уитни в выраженности стратегий копинг-поведения в стрессовых ситуациях у двух исследуемых групп студентов показал, что между стратегиями «самоконтроль», «конфронтация» не выявлены статистически значимые различия, значимые различия выявлены по показателю «Планирование решения проблемы» ($U = 44,5$).

На уровне корреляционного анализа с применением коэффициента Спирмена установлено наличие прямой значимой связи «цели в жизни» и «планирование решения проблем» (0,544) при $p = 0,05$. А также статистически значимая связь факторов «планирование решения проблемы» и «локус контроля – Жизнь» (0,60) при $p = 0,05$.

Обсуждение результатов

В регуляции и организации поведения, выборе адекватных стратегий совладающего поведения в ситуациях затруднения большое значение имеет смысловая сфера, содержание смысловых ориентаций. Фокусом преадаптации в мире неопределённости является развитие психологической готовности личности к конструктивному копингу. Для обеспечения возможности действовать эффективно в ситуациях различной сложности, важно предметное изучение конкретного содержания психологических детерминант продуктивного копинга. Становление индивидуального стиля смысловой регуляции позволяют выстраивать жизненные планы и формируют стиль совладания с ситуациями затруднения, дают возможность молодому человеку стать активным субъектом преобразующей активности.

Согласно полученным результатам, чем выше уровень целеполагания у молодых людей, тем выше уровень положительной переоценки трудной ситуации, позволяющей снизить уровень негативных переживаний, связанных с возникшей проблемой.

Эти результаты согласуются с существующим в психологической науке мнением о том, что преодоление проблемы за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, выработки стратегии решения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов позволяют субъекту управлять ситуацией и минимизировать ее негативные последствия за счет использования когнитивной компетентности и развития воображения и, одновременно, субъективного контроля (Суховей, Коваленко, Носов, 2018; Hans, 2000). Результаты, полученные при изучении предпочитаемых стратегий совладающего поведения у студентов, свидетельствуют о том, что при высокой ориентации на будущее личность демонстрирует возможность использования разных типов активности в стрессовых ситуациях. Вместе с тем, доминирующими у ориентированных на будущее субъектов являются адаптивные проблемно-ориентированные стратегии, которые позволяют более эффективно преодолевать жизненные проблемы и стресс. Очевидно, это связано с тем, что наличие целей в жизни помогает личности определить ее перспективы и в сложных стрессовых ситуациях использовать конструктивные стратегии совладания, задействуя ресурсы эмоционального интеллекта (Шамшикова, Герасимова, Шварц, 2015).

Возможность достижения связана с приобретением позитивного индивидуального опыта моделирования преодолевающего поведения в трудных и неоднозначных ситуациях, что обостряется в ситуации повышенной мобильности и миграции разного типа (Wentzel, 2003; Омарова, 2018; Клименко, Гришина, Проненко, 2023), и в ситуации преодоления зависимостей (Бордоносенко, 2023).

На основании анализа полученных эмпирическим путем результатов, были выявлены дефициты в комплексе субъективных факторов, которые могут детерминировать выбор оптимальных копинг-стратегий в будущем при решении сложных профессиональных ситуаций. В исследованиях И. Р. Муртазиной, R. S. Newman, Т. Н. Щербаковой с соавторами выделены различные форматы саморегулирования эмоциональных реакций, возникающих при столкновении со стрессорами, среди них: психологическое дистанцирование, нацеленное на уменьшение дистресса; трансформация события на когнитивном уровне, за счет концентрации на положительных аспектах; используется также сознательное Я – изменение в условиях дистресса, благодаря актуализации мотивов роста (Муртазина, 2018; Scherbakova et al, 2020).

Основываясь на выявленных дефицитах и учитывая цели профессиональной подготовки, были разработаны рекомендации для психологической службы вуза по развитию готовности студентов к выбору конструктивных копинг-стратегий.

Важное значение в выборе конструктивного копинга играют такие позиции как:

- планирование и организация собственной активности четко в соответствии с выдвинутой целью;
- контроль, анализ и сопоставление результата предпринимаемых действий с поставленной целью;
- мотивация как выраженное стремление к достижениям, самоинициация активности;
- высокий уровень развития когнитивной компетентности, социального и эмоционального интеллекта;
- сформированность самоконтроля в общении и поведении;
- способность концентрироваться на решении проблемы;
- способность к преадаптации и социальному моделированию.

Заключение. Способность к преадаптации субъекта к возможным современным рискам, ситуации неопределенности напрямую связана с уровнем освоения позитивной стратегии совладающего поведения.

В ходе эмпирического исследования было подтверждено, что высокий уровень ориентации на будущее как составляющая смысловой регуляции способствует выбору таких эффективных стратегий как «Принятие ответственности» и «Самоконтроль». На основании полученных данных можно заключить, что высокая степень моделирования будущего позволяет легче переносить сложные жизненные ситуации за счет того, что молодые люди с этой характеристикой больше ориентированы на конструктивное решение проблем.

Список литературы

- Абакумова, И. В. Азарко, Е. М., Комерова, Н. Е., и Пахомова, В. Г. (2022). Отношение к временной перспективе и особенности ценностно-смысловой сферы студентов в условиях цифровизации. *Мир науки. Педагогика и психология*, 10(4).
- Безуглова, А. А., Васильева, О. С., и Правдина Л. Р. (2017). Особенности социально-психологической адаптации у лиц с разными стратегиями совладающего поведения. *Российский психологический журнал*, 14(4), 180–204.
- Бордоносенко, А. С. (2023). Стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 21(1), 49–57. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2023.1.5>
- Вассерман, Л. И., Иовлев, Б. В., Исаева, Е. Р., Трифонова, Е. А., Щелкова, О. Ю., Новожилова, М. Ю., и Вукс, А. Я. (2009). *Методика для психологической диагностики способов совладания*. НИПНИ им. Бехтерева.
- Годунов, М. В., и Портнов, Е. А. (2023). Перспективы изучения смыслообразующей стратегии избегания. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*, 6(4), 81–88.
- Гутник, Е. П. (2018). Волевые копинг-ресурсы личности в ситуации неопределенности. *Вестник Омского университета. Серия: Психология*, 4, 31–34.
- Драгомир, В. И. (2016). Проблема изучения копинг-стратегий в психологии. *Проблемы, перспективы и направления инновационного развития науки: сборник статей международной научно-практической конференции: сборник статей Международной научно-практической конференции (1 октября 2016 г., г. Уфа). В 2 ч. Ч. 1.* (С. 228–231). Уфа: АЭТЕРНА.
- Клименко, В. А., Гришина, А. В., и Проненко Е. А. (2023). Роль психологических ресурсов в преодолении сложных жизненных ситуаций у образовательных мигрантов. *Российский психологический журнал*, 20(4), 6–25. <https://doi.org/10.21702/rpj.2023.4.16>
- Кузнецова, А. Д. (2018). Современные исследования копинг-стратегий в аспекте психологии труда. *Вестник Института мировых цивилизаций*, 9(2), 96–99.
- Левкова, Т. В. (2018). Связь мотивации достижения и копинг-стратегий личности. В *Категория «социального» в современной педагогике и психологии: материалы 6-й всероссийской научно-практической конференции с дистанционным и международным участием* (С. 235–240). Зебра.
- Леонтьев, Д. А. (2000). *Тест смысловых ориентаций (СЖО)*. 2-е изд. Смысл.
- Муртазина, И. Р. (2018). Самосохранительное поведение, качество жизни и предпочитаемые копинг-стратегии мужчин и женщин в период ранней взрослости. *Пензенский психологический вестник*, 1(10), 89–110.
- Омарова, М. К. (2018). Мотивация достижения и копинг-поведение личности. *Вестник научных конференций*, 7–1(35), 72–73.
- Станибула, С. А. (2015). Взаимосвязь копинг-поведения с когнитивной сферой личности. В В. Б. Никишина (ред.) *Психология здоровья и болезни: клинико-психологический подход: материалы V Юбилейной Всероссийской научно-практической конференции с международным участием* (С. 184–187). КГМУ.
- Суходей, А. В., Коваленко, С. В., и Носов, Е. Н. (2018). Копинг-ресурсы и копинг-стратегии как единая система воздействия в поведении личности. *Проблемы современного педагогического образования*, 58–1, 363–368.
- Хажуев, И. С. (2019). Специфика выработки копинг-механизмов и психологическая безопасность личности на отдаленном этапе чрезвычайной ситуации. *Проблемы современного педагогического образования*, 62–2, 325–329.
- Шамшикова, О. А., Герасимова, П. С., и Шварц, А. В. (2015). Взаимосвязь копинг-стратегий и уровня развития социального интеллекта. В *Развитие человека в современном мире: материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием: в 2 частях* (С. 122–133). ФГБОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет».
- Hans, T. (2000). A meta-analysis of the effects of adventure programming on locus of control. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 30(1), 33–60.
- Scherbakova, T., Misirov, D. N., Akopyan, M. A., & Ogannisyan, L. The student as a subject of transformative in the period of professional training. *E3S Web of Conferences*, 175, 15013. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202017515013>
- Wentzel, K. R. (2003). Motivating Students to Behave in Socially Competent Ways. *Theory Into Practice*, 42(4), 319–326.

References

- Abakumova, I. V. Azarko, E. M., Komarova, N. E., & Pakhomova, V. G. (2022). The attitude to the time perspective and the features of the value-semantic sphere of students in the context of digitalization. *The world of science. Pedagogy and Psychology*, 10(4).

- Bezuglova, A. A., Vasilyeva, O. S., & Pravdina, L. R. (2017). Features of socio-psychological adaptation in individuals with different coping strategies. *Russian Psychological Journal*, 14(4), 180–204.
- Bordonosenko, A. S. (2023). Strategies for overcoming difficult life situations in men and women with alcohol dependence. *North-Caucasian Psychological Bulletin*, 21(1), 49–57, <https://doi.org/10.21702/ncpb.2023.1.5>
- Dragomir, V. I. (2016). The problem of studying coping strategies in psychology. In *Problems, prospects and directions of innovative development of science: collection of articles of the international scientific and practical conference: collection of articles of the International Scientific and practical Conference* (October 1, 2016, Ufa). At 2 p.m. 1. (pp. 228–231). Ufa: AETERNA.
- Godunov, M. V., & Portnov, E. A. (2023). Prospects for studying the semantic strategy of avoidance. *Innovative science: psychology, pedagogy, defectology*, 6(4), 81–88.
- Gutnik, E. P. (2018). Volitional coping resources of a person in a situation of uncertainty. *HERALD OF OMSK UNIVERSITY. Series "PSYCHOLOGY"*, 4, 31–34.
- Hans, T. (2000). A meta-analysis of the effects of adventure programming on locus of control. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 30(1), 33–60.
- Istanbul, S. A. (2015). The relationship of coping behavior with the cognitive sphere of personality. In V. B. Nikishina (ed.) *Psychology of health and disease: a clinical and psychological approach: materials of the V Anniversary All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation* (pp. 184–187). KSMU.
- Khazhiev, I. S. (2019). The specifics of the development of coping mechanisms and the psychological safety of the individual at a remote stage of an emergency situation. *Problems of modern pedagogical education*, 62–2, 325–329.
- Klimenko, V. A., Grishina, A. V., & Pronenko, E. A. (2023). The role of psychological resources in overcoming difficult life situations among educational migrants. *Russian Psychological Journal*, 20(4), 6–25. <https://doi.org/10.21702/rpj.2023.4.1>
- Kuznetsova, A. D. (2018). Modern research on coping strategies in the aspect of labor psychology. *Bulletin of the Institute of World Civilizations*, 9(2), 96–99.
- Leontiev, D. A. (2000). *Meaning Orientation Test (SMD)*. 2nd ed. Meaning.
- Levkova, T. V. (2018). The relationship between achievement motivation and coping strategies of the individual. In *Category of "social" in modern pedagogy and psychology: materials of the 6th All-Russian scientific and practical conference with remote and international participation* (pp. 235–240). Zebra.
- Murtazina, I. R. (2018). Self-preservation behavior, quality of life, and preferred coping strategies of men and women in early adulthood. *Penza psychological newsletter PSYCHOLOGY-NEWS.RU*, 1(10), 89–110.
- Omarova, M. K. (2018). Achievement motivation and coping behavior of a person. *Bulletin of scientific conferences*, 7–1(35), 72–73.
- Scherbakova, T., Misirov, D. N., Akopyan, M. A., Ogannisyan, L. The student as a subject of transformative in the period of professional training. *E3S Web of Conferences*, 175, 15013. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202017515013>
- Shamshikova, O. A., Gerasimova, P. S., & Schwartz, A. V. (2015). The relationship between coping strategies and the level of development of social intelligence. In *Human Development in the Modern World: materials of the VI All-Russian Scientific and Practical Conference with International participation: in 2 parts* (pp. 122–133). Novosibirsk State Pedagogical University.
- Sukhovey, A. V., Kovalenko, S. V., and Nosov, E. N. (2018). Coping resources and coping strategies as a single system of influence in personal behavior. *Problems of modern pedagogical education*, 58–1, 363–368.
- Wasserman, L. I., Iovlev, B. V., Isaeva, E. R., Trifonova, E. A., Shchelkova, O. Yu., Novozhilova, M. Yu., & Vux, A. Ya. (2009). *A technique for the psychological diagnosis of coping methods*. NIPNI named after Bekhterev.
- Wentzel, K. R. (2003). Motivating Students to Behave in Socially Competent Ways. *Theory Into Practice*, 42(4), 319–326.

Об авторах:

Татьяна Николаевна Щербакова, доктор психологических наук, профессор кафедры общей и консультативной психологии, Донской государственный технический университет (344003, Российская Федерация, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1), [ORCID](https://orcid.org/0000-0001-9151-1010), tatiananik@list.ru

Татьяна Юрьевна Мариненко, аспирант кафедры общей и консультативной психологии, Донской государственный технический университет (344003, Российская Федерация, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1), [ORCID](https://orcid.org/0000-0001-9151-1010), marinenkotan@rambler.ru

Поступила в редакцию 07.10.2023

Поступила после рецензирования 05.12.2023

Принята к публикации 06.12.2023

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Все авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

About the Authors:

Tatyana Nikolaevna Shcherbakova, Dr. Sci. (Psychology), Professor of the Department of General and Consultative Psychology, Don State Technical University (1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, 344003, Russian Federation), [ORCID](#), tatiananik@list.ru

Tatyana Yuryevna Marinenko, graduate student of the Department of General and Consultative Psychology, Don State Technical University (1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, 344003, Russian Federation), [ORCID](#), marinenkotan@rambler.ru

Received 07.10.2023

Revised 05.12.2023

Accepted 06.12.2023

Conflict of interest statement

The authors does not have any conflict of interest.

All authors have read and approved the final manuscript.