

6. Яковлев, Б. П. Гендерный аспект исследования мотивов выбора профессии студентами вуза / Б. П. Яковлев, Т. Б. Думова // *Международ. журн. приклад. и фундам. исслед.* – 2016. – № 5, ч. 4. – С. 643–648.

7. Гендерные особенности профессионального самоопределения студентов-спортсменов в процессе вузовского обучения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.sgu.ru/sites/default/files/conf/files/2019-03/pavlenkovich\\_s.s.\\_2019.pdf](https://www.sgu.ru/sites/default/files/conf/files/2019-03/pavlenkovich_s.s._2019.pdf). – Дата доступа: 12.04.2022.

**Г. А. ГУБАРЕВА**

Беларусь, Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

### **АГРЕССИВНЫЙ ПОДРОСТОК: ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ**

Вопрос агрессии подростков и особенностей совладающего поведения является крайне актуальным для современного общества. Формирование или становление агрессивного поведения у подростков – достаточно сложный процесс, в котором задействованы многие факторы: социально-экономические преобразования, трансформации института семьи, сокращение детских неформальных организаций, разрастание сети компьютерных игр, а также возрастание агрессивного информационного потока СМИ [1]. В связи с этим актуальной становится задача контроля, предотвращения и сдерживания агрессии. Исследования, которые дают ответ на вопрос о существовании внутренних психологических факторов, влияющих на снижение агрессии, приобретают популярность, актуальность в наши дни как никогда.

Поскольку проблема агрессивного поведения подростков достаточно актуальна как социальное явление и вызывает практический интерес у исследователей, а механизм и предпосылки возникновения агрессивного поведения подростков недостаточно изучены, нами было проведено эмпирическое исследование [2].

Общей методологической основой исследования являются ведущий принцип психологии – принцип развития (Л. С. Выготский, А. Маслоу, Д. Б. Эльконин), а также особенности поведения в стрессовых ситуациях (К. Лоренц, А. Бандура, Р. Уолтерс, Р. Лазарус, Г. Селье).

Агрессия рассматривалась нами как индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического вреда, ущерба либо на уничтожение другого человека или группы людей. Чаще всего агрессия возникает как реакция субъекта на фрустрацию и сопровождается эмоциональными состояниями гнева, враждебности, ненависти и т. д.

Агрессивность – это свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное. В таком контексте можно говорить об агрессивном восприятии и агрессивной интерпретации как об устойчивых для некоторых людей особенностях мировосприятия и миропонимания. Некоторые предпосылки возникновения или развития агрессии сосредоточены в особенностях личности и чертах характера.

В процессе воспитания ребенка закладывается модель его поведения, а агрессия во взрослой жизни является усвоением моделей, которые были примером в детском возрасте. При анализе современной литературы видно, что факторов, влияющих на возникновение агрессии, значительное количество, но следует учитывать, что только совокупность конкретных факторов (семья, социальное окружение, СМИ, факты насилия и жестокого обращения) может подкреплять агрессивное поведение подростков и сделать это явление социальной проблемой. Сталкиваясь на протяжении жизни со стрессовыми ситуациями, человек переживает их, что и является причиной трансформации восприятия окружающего мира и восприятия своего места в нем.

Копинг – это поведение индивида по преодолению стрессовой ситуации. Устойчивые паттерны копингов формируют копинг-стратегии (стратегия совладания с трудностями и урегулирования отношений с окружающей средой). Проблема копинга (совладания) личности с трудными жизненными ситуациями возникла в психологии во второй половине XX в. Первоначальное понятие «копинг-поведение» использовалось в психологии стресса и было определено как сумма когнитивных и поведенческих особенностей индивида для ослабления влияния стресса.

А. Биллингс и Р. Моос выделяют три способа совладания со стрессовой ситуацией: 1) копинг, нацеленный на оценку, – преодоление стресса, включающее в себя попытку определить значение ситуации и ввести в действие определенные стратегии – логический анализ или когнитивную переоценку; 2) копинг, нацеленный на проблему, – это совладание со стрессом, имеющее целью модифицировать, уменьшить или даже устранить источник стресса; 3) копинг, целью которого являются эмоции, – преодоление стресса с помощью когнитивных или поведенческих усилий, когда человек пытается уменьшить эмоциональное напряжение и поддерживать аффективное равновесие.

Понятие «копинг» было использовано Р. Лазарусом и С. Фолкманом в рамках транзактной модели стресса. Согласно этой модели, переживание эмоций и стресс являются результатом взаимодействия средовых процессов в жизни человека. Смысл эмоций зависит от контекста и от оценки ситуации человеком и взаимодействия этих факторов. В результате иссле-

дований было выявлено два вида копингов: проблемно ориентированные (направленные на преодоление самого источника стресса, т. е. на решение задач) и эмоционально ориентированные (направленные на преодоление эмоционального возбуждения, вызванного стрессором).

Таким образом, копинг-поведение – это некая форма поведения, отражающая готовность индивида решать жизненные проблемы. Данное поведение направлено также на приспособление к обстоятельствам и использование определенных средств для преодоления стресса. Совладающее поведение, направленное на преодоление стресса, реализуется через применение различных копинг-стратегий на основе ресурсов личности и среды. Наиболее важным ресурсом среды для подростков является социальная поддержка. К личностным ресурсам относятся позитивная самооценка, оптимистическое мировоззрение, способность к межличностным связям.

По результатам исследования были получены следующие данные.

При проведении методики Басса – Дарки для нас важны были результаты двух показателей – индекса агрессивности (сумма баллов по шкалам физической агрессии, косвенной агрессии и вербальной агрессии) и индекса враждебности (сумма баллов по шкалам обидчивости и подозрительности). Получили следующие результаты: уровень агрессивности у 53,5 % в норме и у 46,5 % ниже нормы. Показатели уровня враждебности следующие: 37 % норма и 63 % выше нормы.

Рассматривая различия выраженности форм агрессивных реакций у подростков, мы видим высокий уровень чувства вины у 35 % и раздражительности у 65 %. С помощью опросника копинг-поведения в стрессовых ситуациях мы определили частоту (%) выбора подростками копинг-стратегий в стрессовой ситуации.

При обработке полученных данных мы смогли узнать, какими копинг-стратегиями пользуются испытуемые в стрессовой ситуации и насколько часто они используются. Таким образом, мы получили следующие показатели: проблемно ориентированная копинг-стратегия (решение задач) используется 42 % всей выборки; эмоционально ориентированный копинг используется 21 % всей выборки; копинг, ориентированный на избегание, используют 3,5 % всей выборки; копинг-стратегия отвлечения у 38,5 % всей выборки и копинг-стратегия поиска социальной поддержки – у 52,5 % всей выборки.

На выбор копинг-стратегий влияют внешняя ситуация и особенности возраста. Копинг-стратегия проблемно ориентированная: при высоком показателе косвенной агрессии в актуальном состоянии подростка в стрессовой ситуации формой поведения подростка будут ассертивные действия и потребность вступления в социальный контакт. Эмоционально ориентированная копинг-стратегия: в актуальном состоянии подростка присут-

ствуют раздражение, обида или чувство вины, в стрессовой ситуации подросток выбирает эмоционально ориентированную копинг-стратегию, а формой поведения – агрессивные действия. Если в актуальном состоянии присутствуют косвенная агрессия и обида, то в стрессовой ситуации подросток выбирает форму поведения в виде ассертивных действий, импульсивных действий, вступления в социальный контакт и поиска социальной поддержки, а копинг-стратегией будет поиск социальной поддержки.

Вопросы, касающиеся изучения причин и предпосылок проявления агрессивного поведения у подростков, сегодня актуальны и созвучны современной социальной ситуации развития. При профессиональном подходе в процессе планировании профилактической работы с подростками по предупреждению агрессивного поведения можно минимизировать опасность возникновения у них асоциального поведения.

#### **Список использованной литературы**

1. Дружинина, Ю. А. Особенности совладающего поведения в подростковом возрасте / Ю. А. Дружинина // Омский науч. вестн. – 2012. – № 5 (112). – С. 172–176.
2. Нартова-Бочавер, С. К. Coping behavior в системе понятий психологии личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психол. журн. – 1997. – № 5. – С. 21–30.

**Е. А. ГУЗЮК**

Беларусь, Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

#### **ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ СТУДЕНТАМИ СОБСТВЕННОЙ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Современная система высшего образования рассматривает студентов как субъектов образовательного процесса, которые активно включены в образовательную среду, осуществляя собственную учебно-профессиональную деятельность. Содержание учебно-профессиональной деятельности является основой профессионального и личностного развития самих обучающихся.

Осознанное отношение самих студентов к организации и осуществлению учебно-профессиональной деятельности выступает необходимым условием, обеспечивающим высокую ее продуктивность. Рефлексия способов и приемов организации собственной учебной деятельности, с одной стороны, выступает показателем ее осознанности, с другой – позволяет субъекту управлять процессом овладения профессиональными знаниями, умениями и навыками с учетом собственных индивидуально-психологиче-