

УДК 159.9.07

И. Ю. Милоненко,

центр магистерской подготовки,

Омский государственный педагогический университет

Научный руководитель: д-р психол. наук, проф. А. С. Шаров

Гендерные различия копинг-стратегий студентов юношеского возраста

Аннотация. В юношеском возрасте молодые люди нередко сталкиваются со стрессовыми ситуациями. При изучении данного аспекта следует учитывать гендерные особенности, так как переживание стресса у мужчин и женщин различно. В статье описаны гендерные различия по результатам исследования актуальных копинг-стратегий студентов юношеского возраста.

Ключевые слова: копинг-стратегии, копинг-механизм, гендерные различия, стрессовая ситуация, юношеский возраст.

Студенты юношеского возраста, поступив в магистратуру и начав обучение, могут сталкиваться с трудностями в адаптации к новой среде. Данный факт может привести к возникновению кризисной ситуации, что повлечет за собой стрессовое состояние [2]. Под кризисными ситуациями мы понимаем трудные жизненные ситуации, которые требуют преодоления, решения проблемы [5]. Стоит отметить, что именно копинг-стратегии помогают человеку преодолеть и пережить стресс за счет активных действий по изменению ситуации. Кризис является отправной точкой для возможности самореализации человека, он меняет уклад прежней жизнедеятельности и побуждает субъекта к новым действиям [4, с. 98; 5; 6]. Исходя из анализа научной литературы, было принято решение эмпирически исследовать копинг-стратегии студентов юношеского возраста.

При интерпретации результатов поведения в стрессовой ситуации мы учитывали гендерные особенности в юношеском возрасте, вследствие этого были выявлены различия [3, с. 64].

По первому блоку «Когнитивные копинг-стратегии», который выявляет причины и пути решения проблемы, можно сделать вывод, что юноши и девушки руководствуются относительно адаптивными вариантами копинг-поведения. Принципиальное различие в том, что женщины больше подвержены копинг-механизму «религиозность» (57 %) и «относительность» (43 %). Это может означать то, что для борьбы со стрессом девушкам требуется вера в Бога, вера в чудо и стойкость в вере при столкновении с трудными жизненными ситуациями, а все сложные ситуации, которые возникают, — это «Божья воля» [1, с. 25]. Результаты показали, что юноши (100 %) стрессовой ситуации

«придают смысл» больше, чем девушки. Мы приходим к выводу, что, несмотря на одинаковые показатели, девушки поддаются «бегству от проблемы» больше, чем юноши. Также стоит отметить тот факт, что девушки более иррациональны, юноши рациональны.

Второй блок методики «Эмоциональные копинг-стратегии», отвечающий за эмоциональное отношение к возникшей стрессовой ситуации, показал следующие результаты: девушки и юноши используют адаптивные копинг-стратегии (100 %), однако копинг-механизмы различны. Девушки чаще говорят о своих проблемах открыто, могут попросить о помощи, показывают свои страхи и тревогу, «обживают» и «проживают» кризисные ситуации, в то время как юноши закрываются из-за социальных гендерных стереотипов (мужчины не плачут и т. д.). Однако стоит отметить тот факт, что юноши с оптимизмом относятся к кризисной ситуации, в отличие от девушек.

По третьему блоку методики «Поведенческие копинг-стратегии» были выявлены яркие принципиальные различия. Девушки используют всевозможные неадаптивные копинг-механизмы, такие как избегание (63 %) и отступление (37 %). Девушки часто отказываются от преодоления трудностей, пассивны и стараются избегать проблему. Юноши руководствуются адаптивными копинг-стратегиями: сотрудничество (83 %), альтруизм (17 %). «Поведенческие копинг-стратегии» отвечают за итоговую готовность решения проблемы, а также коррекцию проблемы.

Обобщив вышеизложенное, можно прийти к выводу, что различия между девушками и юношами в стрессовых ситуациях есть. Знание гендерных различий важно при изучении данной темы и в поиске решения проблемы.

1. *Берн Ш.* Гендерная психология. — СПб. : Прайм-Еврознак, 2011. — 320 с.
2. *Исаева Е. Р.* Копинг-поведение: анализ возрастных и гендерных различий на примере российской популяции // Вестн. Том. гос. пед. ун-та. — 2009. — № 11 (89). — С. 144–147.
3. *Крюкова Т. Л.* Методы изучения совладающего поведения. — Кострома : Костром. гос. ун-т им. Н. А. Некрасова : Авантитул, 2010. — 64 с.
4. *Набиуллина Р. Р.* Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом : учеб. пособие. — Казань : Казан. гос. мед. академия, 2003. — 98 с.
5. *Шаров А. С.* Жизненные кризисы в развитии личности : учеб. пособие. — Омск : Изд-во Ом. гос. техн. ун-та, 2005. — 166 с.
6. *Эриксон Э.* Идентичность: юность и кризис. — М. : Прогресс, 1996. — 344 с.