

## Стратегии совладения с неопределенностью как предиктор психологического благополучия у абитуриентов 2020

Научный руководитель – Епишин Виталий Евгеньевич

Лыгина Е.А.<sup>1</sup>, Каурова А.М.<sup>2</sup>

1 - Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова, Москва, Россия, *E-mail: erzhebeta@gmail.com*; 2 - Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова, Москва, Россия, *E-mail: alkwa@yandex.ru*

Теория конфликтов Джаниса и Манна [2] предлагает пять стратегий совладания с неопределённостью. Один из паттернов - бдительность, рассматривается как продуктивный копинг. Остальные четыре (неконфликтная инерция, неконфликтный переход на новый курс действий, оборонительное избегание, сверхбдительность) не позволяют лицу, принимающему решение, адекватно справиться с ситуацией неопределённости. В исследовании Т.В. Корниловой [1] было выделено два профиля, описывающих соотношение продуктивной и непродуктивных стратегий совладания с неопределенностью у индивида.

**Целью** нашего исследования было сравнение уровня выраженности тревоги и депрессии выпускников и учеников 9-10 классов, а также анализ вклада стратегий совладания с неопределенностью в выраженность симптомов психологического неблагополучия.

**Гипотеза.** Мы предположили, что для выпускников, преимущественно использующих продуктивные стратегии совладания с неопределенностью характерны более низкие показатели тревоги и депрессии в сравнении с теми, кто прибегает в большей степени к непродуктивным стратегиям.

**Выборку** составили 170 учащихся 9-11 классов в возрасте 16-18 лет ( $M=16,91$ ,  $SD=0,862$ ) из разных городов России, на добровольной основе заполнивших google-форму (72,4% выборки составили девушки и 27,6% - юноши). Группами сравнения выступили учащиеся 11 класса школы ( $N=96$ ) и ученики 9-10 классов ( $N=74$ ; 53 десятиклассника и 21 девятиклассник). Группы значимо не различались по гендерному составу участников.

**Методики.** Диагностика уровня выраженности стратегий совладания учащихся проводилась с помощью Мельбурнского опросника принятия решений в русской адаптации Т.В. Корниловой. Уровни тревоги и депрессии определялись посредством Госпитальной шкалы тревоги и депрессии HADS в адаптации А.В. Андрющенко, М.Ю. Дробижева, А.В. Добровольского.

**Результаты.** Для того чтобы проверить, будет ли воспроизводиться на нашей выборке результат, полученный Т.В. Корниловой при адаптации опросника МОПР, мы использовали кластерный анализ (Кластеризация К-средними). Было выделено две группы школьников с различными профилями стратегий принятия решений (ПСПР). Первая группа ( $N=79$ ) характеризовалась более высокими показателями прокрастинации, сверхбдительности и избегания, и менее выраженным показателем бдительности. Вторая группа ( $N=91$ ) отличалась более высоким показателем бдительности и сравнительно более низкими уровнями непродуктивных стратегий совладания. Далее была построена общая линейная модель (GLM) для проверки предположения о различиях в уровне тревоги и депрессии в зависимости от 1) класса (ученики 9-10 классов и выпускники); 2) принадлежности к одному из выделенных кластеров (с преобладанием продуктивной или непродуктивных стратегий). Помимо прямых эффектов от указанных факторов мы ввели модель взаимодействие. В результате были получены значимые эффекты от фактора ПСПР ( $F=27,464$ ;

$p < 0,01$ ) и взаимодействия факторов Класс X ПСПР ( $F=4,294$ ;  $p=0,28$ ). Статистически значимого вклада фактора Класс выявлено не было.

**Выводы.** Подтвердилось предположение о том, что уровни тревоги и депрессии у школьников, преимущественно использующих продуктивную стратегию совладания с неопределенностью, ниже, чем у тех, кто использует непродуктивные стратегии. Примечательно, что уровни выраженности тревоги и депрессии не различались между выпускниками и 9-10 классами.

Полученные нами данные свидетельствуют о том, что на уровень выраженности симптомов психологического благополучия влияет не столько перспектива сдачи выпускных экзаменов, сколько используемые стратегии совладания.

### Источники и литература

- 1) Корнилова Т.В. Мельбурнский опросник принятия решений: русскоязычная адаптация // Психологические исследования. 2013. Т. 6, № 31. С. 4.
- 2) Janis, I. L., Mann, L. Decision making: A psychological analysis of conflict, choice, and commitment. New York: The Free Press, 1977.