

Копинг-стратегии будущих педагогов

А. А. Киселева

Институт развития образования Иркутской области, г. Иркутск

В. В. Козлов

Ярославский государственный университет, г. Ярославль

Т. А. Малых

Институт развития образования Иркутской области, г. Иркутск

Аннотация.

В статье представлено исследование, направленное на выяснение особенностей копинг-стратегий студентов – будущих педагогов. Полученные результаты копинг-стратегий будущих педагогов сравниваются с результатами копинг-стратегий студентов других специальностей. Проанализировав эмпирические данные, авторы приходят к выводу о том, что для будущих педагогов характерны в равной степени как продуктивные копинг-стратегии, так и непродуктивные, что позволяет студентам – будущим педагогам реагировать на широкий спектр стрессовых ситуаций, однако не всегда продуктивно разрешать их.

Ключевые

слова:

копинг-стратегии, будущие педагоги, студенты, жизнестойкость, стресс.

Для цитирования:

Киселева А. А., Козлов В. В., Малых Т. А. Копинг-стратегии будущих педагогов // Педагогический ИМИДЖ. 2018. Т. 12. № 4 (41). С. 118–129.

DOI: 10.32343/2409-5052-2018-12-4-118-129

**Дата поступления
статьи в редакцию:
26 сентября 2018 г.**

В современной науке проблема копинг-стратегий является центральной в исследованиях зарубежных и российских учёных. В настоящее время копинг-стратегии изучаются в связи с разными аспектами – у лиц с ограниченными возможностями здоровья, у лиц с заболеваниями, у лиц с психосоматическими расстройствами, у подростков в трудной жизненной ситуации и др. [5; 6; 9; 13]. На наш взгляд, не менее важной является проблема изучения копинг-стратегий в рамках профессионального становления личности, потому как отсутствие высоких адаптацион-

ных навыков, стремления к решению проблем могут привести к деформации личности, что в конечном счёте может сделать исполнение профессиональных обязанностей невозможным. Вышесказанное наиболее точно соответствует профессии педагога, поскольку труд современного учителя сопряжён с большими психоэмоциональными затратами: высокая ответственность, мотивационная и личностная вовлечённость в педагогическую работу, значительное эмоциональное «выкладывание» в общении с участниками образовательного процесса, сложность работы в период знаковых перемен в образовании. Исследователи А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов утверждают, что стресс – это перманентное состояние педагога [15].

На наш взгляд, длительный стресс может повлечь за собой изменение психического состояния личности, разрушение субъективного мира, что в целом способно привести к кризисному состоянию [8]. Соответственно, данные условия профессиональной деятельности требуют от специалиста умения адаптироваться, преодолевать эмоциональное напряжение и находить выход из сложных ситуаций. Всё это обеспечивает ресурс личности, который можно определить как копинг-стратегии.

Копинг-стратегии в отечественной психологии рассматриваются как осознанное рациональное поведение, направленное на устранение стрессовой ситуации. Оно зависит по крайней мере от двух факторов – личности субъекта и реальной ситуации и может проявляться на поведенческом, эмоциональном и познавательном уровнях функционирования личности. Основные функции совладания – обеспечение и поддержание внешнего и внутреннего благополучия человека [17].

Вероятно, что напряжённые условия педагогической детальности могут сформировать у специалиста копинг-стратегии, помогающие им справиться с наличием трудностей. В то же время эти условия могут наоборот приводить к стрессу, сопровождающемуся уменьшением психологического и физического благополучия и ухудшениями в успешности выполнения деятельности у педагога. В связи с этим в науке выделяют продуктивные и непродуктивные копинг-стратегии. Как правило, продуктивные копинг-стратегии включают в себя такие стратегии поведения в трудной ситуации, как «Решение проблемы» (систематическое обдумывание проблемы с учётом разных точек зрения); «Работа», «Достижения» (добросовестное отношение к учёбе или работе, ориентация на успешность своей деятельности); «Духовность» (молитвы о помощи, обращённые к богу; опора на религиозные чувства); «Позитивный фокус» (оптимистический взгляд на сложившуюся ситуацию, оптимистическая позиция в целом); а также направлены, например, на изменение отношения субъекта к психотравмирующей ситуации. Как указывал В. В. Козлов, само по себе понятие «отношение» продуктивно для понимания различных социальных феноменов и для адаптации в целом [8]. В то время как непродуктивные копинг-стратегии включают в себя такие стратегии поведения, как «Игнорирование», «Уход в себя», «Надежда на чудо», «Разрядка», «Самообвинение», «Беспокойство», «Несовладание» (отказ от действий по разрешению проблемы), «Отвлечение», «Активный отдых» [23].

На основании вышесказанного, на наш взгляд, необходимо выяснить особенности копинг-стратегий будущих педагогов. Подобные исследования проводились в отечественной науке на выборке студентов педагогического

колледжа (Г. И. Ширалиева) в связи с виктимным поведением (О. Б. Бовть, А. А. Мишин), конфликтностью (И. Л. Федотенко, И. А. Югфельд, А. А. Яковлева). В зарубежной психологии копинг-стратегии будущих педагогов изучались в связи с влиянием выбранного направления обучения на особенности копинг-стратегий (M. Anitei, F. Cojocaru, V. Burtaverde, T. Mihaila), адаптации к вузу (А. Кепалаите), переживания психологического дискомфорта во время обучения (С. Deasy, В. Coughlan, J. Pironom, D. Jourdan, P. Mannix-McNamara).

Однако их результаты трудно сопоставить друг с другом. Во-первых, в работах, представленных выше, преимущественно исследуются копинг-стратегии в зависимости от других свойств психической реальности. Во-вторых, исследуя связь копинг-стратегий с другими свойствами психической реальности и сами копинг-стратегии, психологи руководствуются разным пакетом диагностических методик. Соответственно, результаты исследований будут разительно отличаться, поскольку разные диагностические методики исходят из разных подходов и по-своему характеризуют тот или иной процесс.

В нашем исследовании мы использовали методику «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкман [4], тест «Методика определения индивидуальных копинг-стратегий» Э. Хайма [3] и «Тест жизнестойкости» Д. А. Леонтьева и Е. И. Расказовой [12]. Обработка полученных данных осуществлялась с помощью t-критерия Стьюдента и критерия корреляции Пирсона.

Выборка исследования составила 100 студентов 3–4 курса в возрасте от 19 до 21 г., 50 из них – студенты Педагогического института федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования (ФГБОУ ВО) «Иркутский государственный университет», 50 – студенты других факультетов. В исследовании приняли участие, прежде всего, девушки (74 % всех испытуемых), поскольку именно они составляют основной контингент Педагогического института. Выборка студентов других специальностей подбиралась исходя из особенностей выборки студентов – будущих педагогов.

На первом этапе исследования копинг-стратегий будущих педагогов были проанализированы различия, существующие между студентами – будущими педагогами и студентами других специальностей, по шкалам методик «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкман, тест «Методика определения индивидуальных копинг-стратегий» Э. Хайма и «Тест жизнестойкости» Д. А. Леонтьева и Е. И. Расказовой.

Для начала мы проанализировали данные, полученные с использованием методики «Опросник способов совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкман. Согласно полученным данным мы обнаружили, что копинг-стратегии будущих педагогов в среднем выражены гораздо выше, чем у студентов других специальностей. Так, по шкалам опросника Р. Лазаруса и С. Фолкман существует ряд значимых различий: по шкале «Конфронтация» ($t=2,11$; $p<0,05$), «Самоконтроль» ($t=2,4$; $p<0,02$), «Принятие ответственности» ($t=1,99$; $p<0,05$), «Бегство-избегание» ($t=2,08$; $p<0,05$). Однако не все указанные шкалы отражают продуктивные копинг-стратегии (табл. 1).

Таблица 1

**Результаты испытуемых по опроснику Р. Лазаруса и С. Фолкман
«Способы совладающего поведения» (средние баллы)**

		Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Социальная под- держка	Принятие ответ- ственности	Бегство - Избегание	Планирование ре- шения проблем	Положительная переоценка
Студенты других специальностей	М	42,51	43,32	34,70	42,25	44,08	45,49	43,57	44,32
	σ	12,03	12,73	13,72	12,18	12,31	11,82	12,98	11,46
Будущие педагоги	М	50,07	48,34	43,56	45,73	50,32	51,32	49,37	47,95
	σ	9,67	7,74	11,53	11,36	8,51	9,94	10,22	10,04

На наш взгляд, полученные результаты можно интерпретировать как способность будущих педагогов разным образом реагировать на стрессовую ситуацию. В одном случае, сталкиваясь со стрессовой ситуацией, респонденты могут совершать попытки разрешения проблемы за счёт выражения негативных эмоций в связи с возникшими трудностями, демонстрации враждебности и конфликтности. Испытывая эмоциональный дискомфорт и отсутствие чёткого решения возникшей проблемы, будущие педагоги могут начать отрицать наличие каких-либо трудностей, не предпринимать определённых действий, погружаться в фантазии, переждать, употреблять алкоголь и т. п. с целью снижения мучительного эмоционального напряжения.

В то же время возможен противоположный исход событий: в стрессовой ситуации будущие педагоги могут совершать попытки преодоления негативных переживаний за счёт целенаправленного сдерживания эмоций; признания своей роли в возникновении проблемы и ответственности за её решение; проявления энергичности при разрешении проблемных ситуаций; умения отстаивать собственные интересы.

Мы считаем, что в целом противоположные результаты опросника Р. Лазаруса и С. Фолкман могут осветить результаты других психодиагностических методик, использованных в эмпирическом исследовании, представленных на последующих этапах исследования.

На втором этапе мы рассмотрели результаты по методике Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой «Тест жизнестойкости». Опираясь на полученные результаты, можно сказать, что не обнаружено значимых различий между выборками будущих педагогов и студентов других специальностей по какой-либо шкале (табл. 2).

Таблица 2

Результаты испытуемых по методике Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой «Тест жизнестойкости» (средние баллы)

		Жизне-стойкость	Вовлечён-ность	Контроль	Принятие риска
Студенты других специальностей	М	80,11	33,53	28,81	17,77
	σ	20,62	9,09	8,47	4,91
Будущие педагоги	М	77,22	32,73	26,44	18,05
	σ	21,15	8,71	9,33	5,24

Опираясь на полученные результаты, можно сказать, что не обнаружено значимых различий между выборками будущих педагогов и студентов других специальностей по какой-либо шкале (табл. 2).

Однако в целом можно заключить, что студенты – будущие педагоги обладают менее выраженным качеством жизнестойкости, чем студенты других специальностей. Вероятно, что будущие педагоги могут быть более склонны к возникновению эмоционального напряжения в стрессовой ситуации и воспринимать их как более значимые.

Следующим этапом нашего исследования стала заключительная психодиагностическая методика – это «Методика определения индивидуальных копинг-стратегий» Э. Хайма (табл. 3).

При анализе результатов методики Э. Хайма мы обнаружили, что у будущих педагогов преобладают относительно продуктивные варианты копинг-стратегий ($z=2,61$, $p<0,01$). У студентов других специальностей, согласно методике Э. Хайма, в равной мере выражены продуктивные и непродуктивные варианты копинг-стратегий, которые могут способствовать как успешному совладанию со стрессом, так и, наоборот, его усилению. В то время как у будущих педагогов этот показатель значительно снижен ($z=2,44$, $p<0,02$) (табл. 3).

Таблица 3

Результаты испытуемых по тесту «Методика определения индивидуальных копинг-стратегий» Э. Хайма

	Продуктивные копинг-стратегии	Непродуктивные копинг-стратегии	Относительно продуктивные копинг-стратегии
Студенты других специальностей	39,71 %	28,40 %	31,89 %
Будущие педагоги	31,99 %	19,49 %	48,52 %

Исходя из вышесказанного, мы предполагаем, что у студентов – будущих педагогов копинг-стратегии в целом более развиты, однако среди них преобладают относительно продуктивные варианты.

Таким образом, можно сделать следующий вывод: у будущих педагогов ко-

пинг-стратегии более выражены, однако среди них встречаются как продуктивные («Самоконтроль», «Принятие ответственности»), так и непродуктивные («Конфронтация», «Бегство-Избегание»). На наш взгляд, это позволяет студентам – будущим педагогам реагировать на широкий спектр стрессовых ситуаций, однако не всегда продуктивно разрешать их.

В целом, полученные нами результаты как согласуются с рядом предыдущих исследований, так и расходятся с ними. Например, в исследовании M. Anitei, F. Sojocaru, V. Burtaverde, T. Mihaila авторы предполагали, что специализация существенно влияет на механизм копинг-стратегий у студентов. Для того чтобы проверить данную гипотезу, авторы исследовали выборку студентов разных специальностей: педагогического и химического факультетов. Согласно полученным результатам исследователи выявили, что у студентов-химиков был уровень стресса значительно выше, чем у студентов-педагогов. При этом не обнаружено статистически значимых различий между самими механизмами копинг-стратегий. Авторы объясняют это тем, что обе группы студентов были того же возраста, большинство участников в обеих выборках составляли женщины, обучающиеся на последнем курсе бакалавриата [20].

Полученные нами данные также согласуются с результатами A. Kepalaite, которая обнаружила, что студенты направления «Социальная педагогика», справляясь со стрессом, в целом руководствуются активными копинг-стратегиями. Одновременно автор проанализировал особенности доминирования копинг-стратегий в зависимости от пола испытуемых. Исследование выявило доминирование активных стратегий преодоления стресса в группе студентов мужского пола и пассивных стратегий преодоления стресса в группе женского пола. В группе студенток наблюдалась слабо выраженная связь между пассивными и неэффективными стратегиями преодоления стресса и учебными достижениями [22].

Приведённые результаты могут служить подтверждением полученных нами данных, которые свидетельствуют о том, что у студентов – будущих педагогов копинг-стратегии в целом более развиты и эффективней помогают совладать со стрессом.

В статье И. Л. Федотенко, И. А. Югфельд, А. А. Яковлева отмечается, что у студентов – будущих педагогов выявлены такие преобладающие формы копинг-стратегий, как «Конфронтация», «Бегство-Избегание», «Дистанцирование», «Поиск социальной поддержки»; в меньшей степени представлены «Принятие ответственности», «Положительная переоценка»; практически не представлен «Самоконтроль» и «Планирование способов решения проблем» [16]. В нашем исследовании, наоборот, у студентов помимо выраженных копинг-стратегий «Конфронтация» и «Бегство-избегание» выражен уровень копинг-стратегии «Самоконтроль». Отчасти такое расхождение может быть обусловлено спецификой выборки, взятой И. Л. Федотенко, И. А. Югфельд и А. А. Яковлевой – будущими учителями физической культуры.

Результаты, полученные в нашем исследовании, также находят отражение в работе зарубежных авторов C. Deasy, B. Coughlan, J. Pironom, D. Jourdan, P. Mannix-McNamara. Исследователи, выясняя характер копинг-стратегий у студентов по программе «Педагогическое образование», утверждают, что студенты используют разнообразные стратегии преодоления трудностей, включая «Поиск социальной поддержки», «Самоконтроль» и «Избегание» [21].

Т. Ю. Удалова, А. В. Мордык, О. Г. Иванова, Л. В. Пузырева, Ю. С. Никифорова, Е. С. Шикенева также указывали на высокий уровень выраженности у студентов-педагогов копинг-стратегии «Избегание». О выраженности других копингов не сообщается [15]. Вместе с тем именно характер других стратегий совладающего поведения является, по нашему мнению, определяющим.

Г. И. Ширалиева отмечала, что студенты педагогического колледжа предпочитают стратегии, направленные на решение проблем и на поиск социальной поддержки [19]. Вместе с тем, поскольку данным автором использовались методики, отличные от нашего исследования («Индикатор копинг-стратегий» (Д. Амирхан), «Диагностика копинг-поведения в стрессовых ситуациях» (С. Норман, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс, М. И. Паркер; адаптированный вариант Т. А. Крюковой), постольку содержательно сравнить данные стратегии достаточно сложно.

Интересно исследование О. А. Шамшиковой, Н. М. Клепиковой, А. М. Гришина, которое фокусируется на построении классификационных и факторных моделей, отражающих стили совладающего поведения, характерные для студентов педагогического вуза. По результатам исследования, авторам удалось выявить более типичные стратегии совладающего поведения студентов, которые распределены на четыре основные группы: первую группу образуют студенты, для которых ведущими стратегиями являются разработка способов решения проблемы и проблемно-ориентированный поиск поддержки, а наименее предпочитаемыми оказываются самообвинение и отвлечение; вторую группу образуют лица, которым присуще самообвинение, манипуляции, отвлечение, а также продуктивная копинг-стратегия – активное решение проблемы; в третью группу входят респонденты, для которых ведущими стратегиями совладающего поведения в стрессовой ситуации будут эмоционально-ориентированный и проблемно-ориентированный поиск поддержки; в четвёртой группе за исключением стратегии самообвинения, все остальные стратегии имеют крайне низкую степень выраженности, минимально выражен проблемно-ориентированный поиск поддержки, манипуляции, эмоционально-ориентированный поиск поддержки [18]. Сопоставляя результаты исследования О. А. Шамшиковой, Н. М. Клепиковой, А. М. Гришина с полученными нами результатами, можно предположить, что наши данные могут отразить характеристики третьей группы, выделенной авторами, а применительно к эмоционально-ориентированному копингу, состоящему в урегулировании эмоциональной реакции, но не на изменение проблемной ситуации.

Вышеизложенный вывод также находит отражение в работе Т. В. Левковой, посвящённой изучению продуктивных копинг-стратегий у студентов 1 курсов. В результате автор отметила, что преобладающей стратегией совладания является копинг, ориентированный на эмоции, которые имеют своей целью снизить физическое или психологическое влияние стресса. Эти мысли или действия дают чувство облегчения, однако не направлены на устранение проблемной ситуации, а просто дают человеку почувствовать себя лучше [11].

Анализируя результаты исследований других авторов по проблеме исследования копинг-стратегий студентов – будущих педагогов, мы ознакомились с работами авторов, которые получили противоположные результаты, характеризующие особенности копинг-стратегий студентов. Так, результаты исследования И. В. Арендачук освятили характеристики копинг-стратегий студентов

как фактора преодоления рисков образовательной среды вуза. Автор, опираясь на полученные данные, утверждает, что в большей степени у студентов доминируют копинг-стратегии, ориентированные на поиск социальной поддержки и вступление в социальные контакты. При этом выраженность в ситуациях риска и связанного с ним стресса просоциального копинга наряду со стратегиями, связанными как с активными (ассертивными), так и с противоположными им осторожными и манипулятивными действиями, позволяет говорить о недостаточной сформированности у студентов системы продуктивных копинг-стратегий. В то время как вероятность импульсивных, агрессивных действий и избегания как стратегий совладающего поведения у студентов оказалась минимальной. Полученные результаты И. В. Арндачук связывает с возрастными психологическими особенностями, спецификой социальной ситуации развития и своеобразным социальным положением в обществе [1].

Отсутствие значимых различий по уровню выраженности жизнестойкости студентов, на наш взгляд, объясняется тем, что группа студентов, привлекавшаяся для сравнения со студентами – будущими педагогами, также была представлена в основном представителями гуманитарных направлений. Так, в исследовании И. А. Конопака, М. Ю. Кузьмина и Е. И. Мироновой, посвящённом изучению жизнестойкости у студентов экономических и неэкономических специальностей), отмечается, что различия в данном качестве присущи, скорее, студентам, принципиально отличающимся по изучаемому профилю [10].

Таким образом, на основании проведённого исследования можно сделать следующие выводы:

– копинг-стратегии будущих педагогов в среднем выражены гораздо выше, чем у студентов других специальностей;

– студенты – будущие педагоги обладают более выраженными копинг-стратегиями, однако среди них встречаются как продуктивные копинг-стратегии («Самоконтроль», «Принятие ответственности»), так и непродуктивные («Конфронтация», «Бегство-Избегание»). Можно предположить, что, с одной стороны, это позволяет студентам – будущим педагогам реагировать на широкий спектр стрессовых ситуаций, однако не всегда продуктивно разрешать их.

Заявленный вклад авторов:

Киселева А. А.:

– сбор информации практической части эксперимента и математическая обработка полученных результатов.

Козлов В. В.:

– теоретическое обоснование проблемы исследования.

Малых Т. А.:

– интерпретация полученных результатов исследования.

Все авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

Список литературы

1. Арндачук И. В. Копинг-стратегии студентов как факторы преодоления рисков образовательной среды вуза // Национальная ассоциация ученых. 2015. № 5-5 (10). С. 87–90.

2. Бовть О. Б., Мишин А. А. Эмпирическое изучение связи стратегий совладания и психологических защит с разными типами виктимного поведения будущих педагогов // Учёные записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. 2017. № 4 (10). С. 30–34.

3. Вассерман Л. И., Абабков, В. А. Трифонова Е. А. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика. СПб. : Речь, 2010. 192 с.

4. Вассерман Л. И., Иовлев Б. В., Исаева Е. Р., Трифонова Е. А., Щелкова О. Ю. и др. Методика для психологической диагностики совладающего поведения в стрессовых и проблемных для личности ситуациях. СПб. : Психоневрологический институт им. В. М. Бехтерева, 2008. 35 с.

5. Благов И. А., Есенкова Н. Ю., Мангушев Ф. Ю. Особенности копинг-стратегий и поведенческой саморегуляции у лиц с соматоформными расстройствами // Психология XXI века: системный подход и междисциплинарные исследования: сборник научных трудов участников международной научной конференции молодых ученых. В 2 т. Т. 2. 2017. С. 104–110.

6. Киселева А. А., Кузьмин М. Ю. Особенности копинг-стратегий у лиц с ограниченными возможностями здоровья // Acta Biomedica Scientifica. 2017. Т. 2. № 5-1 (117). С. 129–135.

7. Козлов В. В. Интегративная психология: пути духовного поиска или освящение повседневности. М. : Психотерапия, 2007. 528 с.

8. Козлов В. В. Психология кризиса : монография. М. : Институт консультирования и системных решений, 2014. 250 с.

9. Кузьмин М. Ю., Игумнов И. А., Сутурина Л. В. Проблемы совладающего поведения у женщин с синдромом поликистозных яичников // Современные исследования социальных проблем. 2017. Т. 8. № 11-1. С. 60–75.

10. Конопак И. А., Кузьмин М. Ю., Миронова Е. И. Связь жизнестойкости и принятия решений в ситуации неопределённости различного рода у студентов экономических и неэкономических специальностей // Экономическая психология: прошлое, настоящее, будущее. 2016. № 3-1. С. 199–206.

11. Левкова Т. В. Личностные ресурсы развития продуктивных копинг-стратегий у студентов вуза // Современные научные исследования и инновации. 2015. № 1-3 (45). С. 157–163 [Электронный ресурс]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23149904> (дата обращения: 23.09.2018).

12. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М. : Смысл, 2006. 63 с.

13. Макарова А. А. Взаимосвязь копинг-стратегий и нарушений поведения подростков // Материалы докладов 46 республиканской научно-технической конференции преподавателей и студентов. 2013. С. 59–60.

14. Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. 479 с.

15. Удалова Т. Ю., Мордык А. В., Иванова О. Г., Пузырева Л. В., Никифорова Ю. С., Шикенева Е. С. Сравнительная характеристика мотивации к избеганию неудач и стратегий поведения в стрессовых ситуациях студентов медицинского и педагогического вузов // Вестник Смоленской государственной медицинской академии. 2017. Т. 16. № 3. С. 11–17.

16. Федотенко И. Л., Югфельд И. А., Яковлева А. А. Конфликтность личности будущих учителей как психологический фактор их профессионального самоопределения // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2017. № 5. С. 120–125.

17. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. 490 с.
18. Шамшикова О. А., Клепикова Н. М., Гришин А. М. Эмпирические характеристики копинг-стратегий студентов педагогического вуза // Сибирский педагогический журнал. 2013. № 5. С. 268–272.
19. Ширалиева Г. И. Особенности копинг-стратегий у студентов педагогического колледжа // Молодой ученый. 2016. № 12 (116). С. 806–809.
20. Anitei M., Cojocaru F., Burtaverde V., Mihaila T. Differences in Academic Specialization regarding Stressor Perception, Coping and Stress Effects Perception in Young Students // Social and Behavioral Sciences. 2015. Issue 203. P. 433–437.
21. Deasy C., Pironom J., Coughlan B., Jourdan D., Mannix-McNamara P. Psychological Distress and Coping amongst Higher Education Students: A Mixed Method Enquiry / C. Deasy, B. Coughlan, J. Pironom, Deasy C. Psychological Distress and Coping amongst Higher Education Students: A Mixed Method Enquiry [Electronic resource] // Plos one. 2014. Issue 15. URL: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0115193> (mode of access: 23.09.2018).
22. Kepalaite A. Stress coping strategies of first year students of social pedagogy // Specialusis Ugdymas. 2013. Issue 29 (2). P. 101–108.
23. Frydenberg E., Lewis R. Adolescent Coping Scale: Manual // ACER Press. Melbourne, 1993. P. 15–20.

Future Teachers' Coping Strategies

A. A. Kiseleva

Institute of Education Development of Irkutsk Region, Irkutsk

V. V. Kozlov

Yaroslavl State University named after P. G. Demidov, Yaroslavl

T. A. Malykh

Institute of Education Development of Irkutsk Region, Irkutsk

Abstract. *This paper presents the research aimed at clarifying the features of coping strategies of students-future teachers. The results of future teachers coping strategies are compared with the results of coping strategies of students of other specialties. After analyzing the empirical data, the authors conclude that future teachers equally use productive and unproductive coping strategies that allow students-future teachers to respond to a wide range of stressful situations but not always deal with them successfully.*

Keywords: *coping strategies, future teachers, students, resilience, stress.*

Киселева

Анастасия Андреевна

методист кафедры развития образовательных систем и инновационного проектирования

Институт развития образования Иркутской области

664007, г. Иркутск, ул. Красноказачья, 10 А

*тел.: +7(3952)500904
e-mail: a.kiseleva@iro38.ru*

Kiseleva

Anastasiya Andreevna

Methodologist of the Department of Educational Systems Development and Innovative Design

Institute of Education Development of Irkutsk Region

10 A Krasnokazachiya St, Irkutsk, 664007

*tel.: +7(3952)500904
e-mail: a.kiseleva@iro38.ru*

**Козлов
Владимир Васильевич**

*доктор психологических наук,
профессор, заведующий кафедрой
социальной и политической
психологии*

*Ярославский государственный
университет им. П. Г. Демидова*

*150003, г. Ярославль,
ул. Советская, 14*

*тел.: +7(4852)478666
e-mail: kozlov@zi-kozlov.ru*

**Малых
Татьяна Александровна**

*кандидат педагогических наук,
заведующий кафедрой развития
образовательных систем и
инновационного проектирования*

*Институт развития образования
Иркутской области*

*664007, г. Иркутск,
ул. Красноказахья, 10 А*

*тел.: +7(3952)500904
e-mail: t.malykh@iro38.ru*

**Kozlov
Vladimir Vasilievich**

*Doctor of Sciences (Psychology),
Professor, Head of the Social and
Political Psychology Department*

*Yaroslavl State University named
after P. G. Demidov*

14 Sovetskaya St, Yaroslavl, 150003

*tel.: +7(4852)478666
e-mail: kozlov@zi-kozlov.ru*

**Malykh
Tatiana Aleksandrovna**

*Candidate of Sciences (Pedagogy),
Head of the Department of
Educational Systems Development
and Innovative Design*

*Institute of Education Development
of Irkutsk Region*

*10 A Krasnokazachiya, Irkutsk,
664007*

*tel.: +7(3952)500904
e-mail: t.malykh@iro38.ru*