

## Смысложизненные ориентации и копинг-стратегии девушек разного студенческого возраста

© 2023

*Куликова Татьяна Ивановна*, кандидат психологических наук, доцент,  
доцент кафедры «Психология и педагогика»

*Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого, Тула (Россия)*

E-mail: [info@tspu.ru](mailto:info@tspu.ru),  
[tativkul@gmail.com](mailto:tativkul@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8655-1599>

*Поступила в редакцию 31.05.2023*

*Принята к публикации 03.07.2023*

**Аннотация:** Студенческий возраст является сензитивным для формирования мировоззрения и жизненных целей, осознания ответственности за свою жизнь. Их поиск способствует не только формированию адекватной оценки действительности, пониманию и осознанию смысла жизни, но и формированию конструктивных способов решения жизненных проблем, своих особых стратегий поведения. Целью работы стало установление соотношения между смысложизненными ориентациями и копинг-стратегиями студентов-девушек разных возрастных групп. Исследование проводилось на выборке, представленной студентами-девушками ТГПУ им. Л.Н. Толстого ( $n=69$ ) в возрасте от 18 до 24 лет, обучающимися на разных курсах бакалавриата и магистратуры. В качестве диагностических инструментов были применены тест СЖО Д.А. Леонтьева и опросник «Способы совладающего поведения» (WSQ) Р. Лазаруса. Корреляционный анализ показал наличие сильных прямых корреляций между целями, процессом и результативностью жизни, общим показателем осмысленности жизни и стратегией планирования. Выявлены сильные обратные корреляции между показателем результативности жизни и стратегиями дистанцирования и бегства/избегания. Исследование показало, что значения осознанности жизни студентов-девушек тем выше, чем старше по возрасту респонденты. Смысложизненные ориентации влияют на выбор копинг-стратегий: для респондентов возрастной группы ( $\leq 21$ ) в большей степени характерны копинг-стратегии избегающего типа, т. е. непродуктивные стратегии, тогда как для испытуемых в возрасте ( $\geq 22$ ) наиболее характерным является проблемно ориентированный копинг.

**Ключевые слова:** смысложизненные ориентации; копинг-стратегии; студенты-девушки; студенческий возраст; разновозрастные группы.

**Для цитирования:** Куликова Т.И. Смысложизненные ориентации и копинг-стратегии девушек разного студенческого возраста // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2023. № 3. С. 53–60. DOI: 10.18323/2221-5662-2023-3-53-60.

### ВВЕДЕНИЕ

Проблема изучения смысложизненных ориентаций непосредственно связана с вопросами формирования и развития личности. Наличие смысла жизни является ведущим критерием сформированности личности, показателем того, насколько человек готов управлять своей жизнью и независим от внешних обстоятельств. В работах отечественных психологов смысл жизни понимается и переживается человеком как ценность чрезвычайно высокого порядка, утрата которой губительна для его существования [1; 2]. Близкое к данной точке зрения понимание смысла жизни как психологического образования, представляющего собой систему различных «смыслов», рассматривается в [3; 4]. Эти смыслы осознаются личностью в процессе выбора целей, идей, приобретающих для него характер важнейших ценностей высшего порядка. Обретение смысла жизни дает возможность решать сложные задачи во всех сферах жизнедеятельности.

Зарубежные исследователи также придерживаются системного взгляда на смысл жизни и утверждают, что осмысленная жизнь, выраженная как стремление к личностно значимым целям, способствует положительному опыту и позитивной жизни [5; 6]. В своих исследовани-

ях они приходят к утверждению, что цели являются конкретизированным выражением ориентации на будущее и выступают критерием для изучения жизненно важных элементов позитивной жизни.

Смысл жизни является важнейшим новообразованием юности, в этот возрастной период вопрос о смысле жизни становится глобальным. Для юношеского возраста характерно еще одно важное новообразование – появление жизненных планов, что свидетельствует о стремлении человека к сознательному построению своей жизни как проявлению начала поиска ее смысла.

Именно в юношеском возрасте формируется устойчивая система ценностей и смыслов, которая является основой личностной автономии и самоопределения. В 18–19 лет человек вступает в новый этап смысловой регуляции, основанной на иерархии смыслообразующих ценностей. Переход на новый возрастной этап нередко сопровождается кризисом, переоценкой ранее сформированных ценностей и рефлексией по поводу своей жизнедеятельности. В этот период каждому необходимо обратиться внутрь себя, осознать свою значимость в мире [7]. Согласно возрастной периодизации, юношеский возраст приходится на годы студенчества, когда становление личности определяется успешностью решения задач внутреннего развития: понимания

себя, собственных потребностей, направленности жизненных устремлений и смысла жизни. Студенческий возраст является этапом активного жизненного поиска, осуществления жизненно важных выборов, определяющих жизненный путь человека [8]. Психологи рассматривают юношеский возраст как кризисный, так как в этот период жизнь ставит перед личностью достаточно сложные задачи развития. Возрастной кризис осложняется спецификой жизненной ситуации студента, требующей готовности и способности студентов справляться с различными личными, академическими и социальными проблемами.

Новый этап смысловой регуляции в период юности приводит к устремлению молодежи самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность. Степень готовности человека взять на себя ответственность за то, что происходит с ним и с окружающими его людьми, обусловлен проявлением субъективного контроля. В этом случае речь идет об ощущении человеком своей силы, достоинства, ответственности, уважения к себе и социальной зрелости. Неопределенность юношеского возраста предъявляет особые требования к адаптивным возможностям молодых людей реагировать на быстро меняющиеся условия социальной среды. Преодоление сложных жизненных ситуаций требует от молодых людей особых стратегий поведения, называемых в психологии совладающим поведением, или копинг-поведением [9].

Совладание, или копинг-поведение, предполагает применение целенаправленных действий, умение прогнозировать исход процесса, способность находить новые выходы и креативные решения в сложных ситуациях. В трудные моменты жизни человек может применять разные стили стратегий совладания в зависимости от его собственной оценки конкретной ситуации. Следует отметить, что в разные возрастные периоды стратегии совладающего поведения претерпевают изменения, связанные с переоценкой событий и возможностями для преодоления жизненных трудностей, т. е. изменением смысложизненных ориентаций. Копинг-стратегии также включают отражение социальных, культурных и других аспектов, которые характеризуют мировоззрение человека, сформированность и динамику ценностных и смысложизненных ориентаций [10].

Теоретический обзор и анализ научных работ позволяет констатировать, что в многочисленных исследованиях ценностных и смысложизненных ориентаций современной студенческой молодежи представлены различные методические подходы, теоретические основания и аспекты данной проблемы. Так, изучались особенности смысложизненных ориентаций в группах студентов с различной профессиональной направленностью, особенности смысложизненных ориентаций в структуре личностных характеристик юношей и девушек, стратегии психологической помощи студентам в осознании личных смысложизненных ориентаций и ценностей и др. В ряде работ отражена проблема взаимосвязи смысложизненных ориентаций и копинг-стратегий сегодняшних студентов. Тем не менее в этих исследованиях прослеживаются общие тенденции в понимании роли сформированности ценностно-смысловой сферы в студенческом возрасте, оказывающей влияние на выбор стратегий преодоления сложных ситуаций в процессе осуществления будущей профессиональной деятельности.

В этой связи актуальным представляется обращение к проблеме взаимосвязи смысложизненных ориентаций и копинг-стратегий студентов-девушек, по статистике представляющих доминирующее количество обучающихся в педагогических вузах.

В качестве гипотезы рассматривается утверждение о том, что девушки студенческого возраста со сниженным показателем смысложизненных ориентаций склонны выбирать непродуктивные копинг-стратегии, в отличие от девушек со средним и высоким значениями показателя смысложизненных ориентаций, предпочитающих выбирать продуктивные поведенческие стратегии.

Цель исследования – установление соотношения между смысложизненными ориентациями и копинг-стратегиями студентов-девушек разных возрастных групп.

## МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Респондентами проведенного нами эмпирического исследования стали студенты-девушки ТГПУ им. Л.Н. Толстого ( $n=69$ ) в возрасте от 18 до 24 лет, обучающиеся на разных курсах бакалавриата и магистратуры. Исследование проведено в период 2021/22 учебного года. Все испытуемые были разделены на две возрастные группы на основе медианного значения возраста ( $Me=21$ ). Первую группу ( $n=43$ ) составили испытуемые от 18 лет до 21 года ( $\leq 21$ ), вторую ( $n=26$ ) – от 22 до 24 лет ( $\geq 22$ ). На основании разделения испытуемых на две возрастные группы был проведен анализ соотношения смысложизненных ориентаций и копинг-стратегий.

Для выявления смысложизненных ориентаций и общего показателя осмысленности жизни применен тест «Смысложизненные ориентации» (СЖО) Д.А. Леонтьева, включающий в себя пять шкал, которые отражают три конкретные смысложизненные ориентации и два аспекта локуса контроля [11]. Тест СЖО позволяет оценить «источник» смысла жизни, который может быть найден человеком либо в будущем (цели), либо в настоящем (процесс), либо в прошлом (результат), либо во всех трех составляющих периодах жизни.

С целью определения предпочтений студентов-девушек разных возрастных групп в стратегиях совладающего поведения применен опросник «Способы совладающего поведения» (WSQ) Р. Лазаруса (адаптация Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк) [12]. Первичные данные исследования обрабатывались посредством методов математической статистики: описательная статистика показателей, корреляционный анализ Пирсона ( $r$ ). В качестве метода сравнения количественных показателей использовался параметрический  $t$ -критерий Стьюдента и  $U$ -критерий Манна – Уитни для независимых выборок. Данные представлены в виде среднего и стандартного отклонения ( $Mean \pm SD$ ), квартилей распределения ( $Me [Q1; Q3]$ ). Статистическая обработка данных проводилась в программе SPSS Statistics 27 (IBM).

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Проведен первичный описательный анализ результатов исследования с целью получения исчерпывающей информации об эмпирических данных, распределении и однородности данных и возможности использования методов параметрического анализа (таблица 1).

**Таблица 1.** Первичный описательный анализ результатов исследования по методике СЖО и опроснику «Способы совладающего поведения» (WSQ), полученный на выборке (n=69) без разделения на группы  
**Table 1.** Primary descriptive analysis of the results of the study using the PIL test and the Ways of Coping Questionnaire (WCQ) obtained on a sample (n=69) without division into groups

Шкалы	Mean±SD	Me [Q1; Q3]	min; max	p-значение t-критерий
Цели в жизни	29,6±9,4	32 [26; 38]	9; 41	<0,001
Процесс жизни	27,5±10,1	31 [21; 34]	9; 41	<0,001
Результативность жизни	21,3±9,3	25 [14; 29]	3; 33	<0,001
Локус контроля – Я	20,5±7,9	22 [14; 25]	5; 34	<0,001
Локус контроля – Жизнь	29,8±7,9	32 [23; 36]	13; 41	<0,001
Общий показатель ОЖ	98,4±27,9	103 [83; 118]	40; 136	<0,001
Конфронтация	49,5±15,2	51 [42; 57]	7; 78	<0,001
Дистанцирование	55,6±15,1	58 [50; 65]	10; 82	<0,001
Самоконтроль	46,6±13,1	49 [41; 57]	11; 66	<0,001
Поиск социальной поддержки	45,1±14,1	46 [41; 55]	3; 68	<0,001
Принятие ответственности	48,5±13,9	50 [45; 58]	6; 65	<0,001
Бегство/избегание	55,9±16,3	58 [48; 67]	8; 64	<0,001
Планирование решения	50,1±13,7	53 [44; 59]	8; 71	<0,001
Положительная переоценка	51,5±13,9	53 [48; 61]	10; 75	<0,001

Анализируя значения среднего и стандартного отклонений, можно говорить о стабильности величин исследуемых показателей. Близкие значения среднего и медианы свидетельствуют о симметричном распределении.

На основе эмпирических данных настоящего исследования (n=69) и экспериментальных данных (n=200), представленных в таблице 2, проведен сравнительный анализ значений среднего и стандартного отклонения по общему показателю осмысленности жизни (ОЖ) и пяти субшкалам, позволяющий говорить об отсутствии значимых различий между данными экспериментальной женской выборки и выборки студентов-девушек нашего исследования, что подтверждает объективность полученных результатов.

Дальнейший сравнительный анализ значений показателей шкал методики СЖО внутри экспериментальной выборки настоящего исследования дает возможность выделить особенности смысловых ориентаций студентов-девушек разного возраста. Так, первые три шкалы методики: «Цели в жизни», «Процесс жизни» и «Результативность жизни» – характеризуют смысловые ориентации в трех координатах времени – будущем, настоящем и прошлом.

По всем трем шкалам выявлены различия значений среднего и стандартного отклонения между двумя возрастными группами. В группе (≥22) испытуемые демонстрируют большую направленность на цели и пер-

спективы своего будущего. Испытуемые данной возрастной группы являются студентами выпускного курса бакалавриата и студентами магистратуры, что и определяет их жизненную цель на данном этапе – завершение обучения в вузе и получение профессионального образования. Для испытуемых в группе (≤21) характерно пока еще слабое осознание жизненных целей, они в основном опираются на осмысленность настоящего периода жизни. Это подтверждается небольшим дифференциальным диапазоном значений по двум шкалам – «Цели в жизни» и «Процесс жизни». Оценка результативности жизни, т. е. продуктивности прошлого, также различается в обеих возрастных группах. В группе (≤21) студенты оценивают результаты своего прошлого гораздо ниже, чем студенты группы (≥22). Эти различия можно объяснить тем, что для периода юности, к которому относятся испытуемые (≤21), наиболее важным является осознание своего настоящего, изменение к своему настоящему и формирование образа будущего. Наиболее важное приобретение временного осознания в юности – изменение отношения к настоящему и будущему, тогда как для студентов группы (≥22) события прошлого имеют значительно большее значение, выступают как показатель реализованности планов прошлого при оценке своего настоящего.

Довольно высокие баллы в обеих возрастных группах получены по шкалам «Локус контроля – Я» и «Локус контроля – Жизнь». Студенты осознают себя

**Таблица 2.** Средние значения показателей шкал методики СЖО по экспериментальным данным ( $n=200$ ) и эмпирическим данным настоящего исследования ( $n=69$ )  
**Table 2.** Average values of indicators of the PIL test scales according to experimental data ( $n=200$ ) and empirical data of the present study ( $n=69$ )

Шкалы	Mean±SD ( $n=200$ )		Mean±SD ( $n=69$ )		
	М	Ж	Ж ( $n=69$ )	≤21	≥22
Цели в жизни	32,90±5,92	29,38±6,24	29,6±9,4	27,3±9,8	33,4±7,4
Процесс жизни	31,09±4,44	28,80±6,14	27,5±10,1	24,9±10,5	31,8±7,8
Результативность жизни	25,46±4,30	23,30±4,95	21,3±9,3	18,5±9,9	25,9±5,6
Локус контроля – Я	21,13±3,85	18,58±4,30	20,5±7,9	19,1±8,2	22,9±7,1
Локус контроля – Жизнь	30,14±5,80	28,70±6,10	29,8±7,9	28,0±8,2	32,8±6,5
Общий показатель ОЖ	103,10±15,03	95,76±16,54	98,4±27,9	90,7±29,2	111,2±20,2

Примечание. В таблице приняты следующие обозначения: М – мужчины (мужская выборка); Ж – женщины (женская выборка).

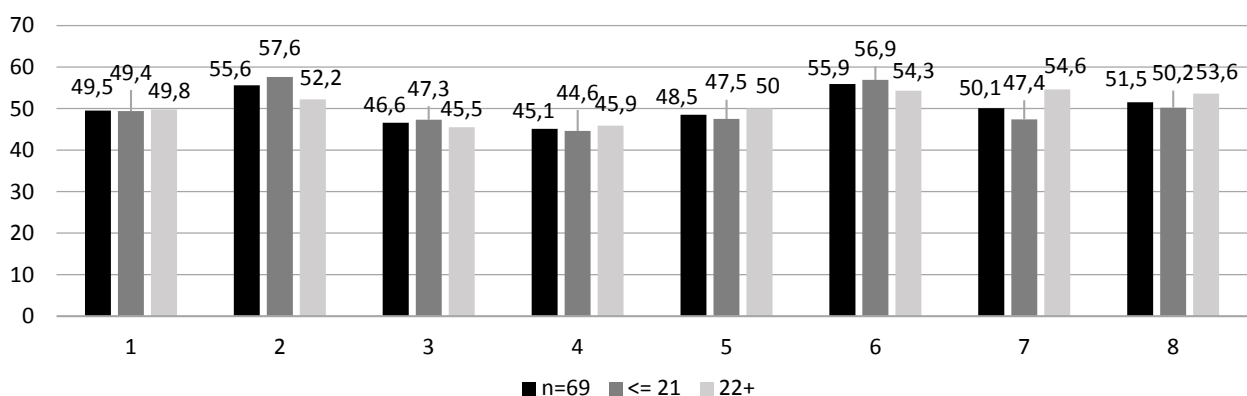
Note. The following designations are used in the table: M – men (male sample group); Ж – women (female sample group).

сильными личностями, обладающими достаточной свободой выбора, чтобы самостоятельно контролировать свою жизнь, свободно принимать значимые решения и планировать будущее.

Общий показатель осмысленности жизни (ОЖ) в группе ( $\leq 21$ ) оказался ниже значений, полученных ранее, и гораздо ниже значения в группе ( $\geq 22$ ). Мы применили регрессионный анализ и получили кривую зависимости осмысленности жизни от возраста. Нами установ-

лено, что период с 18 лет до 21 года характеризуется достаточно резким возрастанием значений показателя осмысленности жизни. Начиная с 22 лет и далее наблюдается плавное повышение показателя. Таким образом, значения осознанности жизни студентов-девушек тем выше, чем старше по возрасту респонденты.

Для сравнения стратегий совладающего поведения студентов-девушек разных возрастных групп обратимся к рис. 1.



**Рис. 1.** Выраженность копинг-стратегий в разных возрастных группах студенток-девушек в сравнении со средним показателем всей выборки по опроснику «Способы совладающего поведения» (WSQ).

Цифрами обозначены копинг-стратегии:

1 – конфронтация; 2 – дистанцирование; 3 – самоконтроль; 4 – поиск социальной поддержки; 5 – принятие ответственности; 6 – бегство/избегание; 7 – планирование решения; 8 – положительная переоценка

**Fig. 1.** Manifestation of coping strategies in different age groups of female students compared to the average indicator of the entire sample group according to the Ways of Coping Questionnaire (WCQ).

Numbers indicate the following coping strategies:

1 – confrontation; 2 – distancing; 3 – self-control; 4 – search for social support; 5 – acceptance of responsibility; 6 – escape/avoidance; 7 – decisions planning; 8 – positive revaluation

Для анализа выраженности копинг-стратегий в разных возрастных группах студентов-девушек будем ориентироваться на средние значения показателей шкал опросника «Способы совладающего поведения» (WSQ). Установлено, что наиболее выраженными стратегиями для обеих возрастных групп являются «дистанцирование», «бегство/избегание», «планирование решения» и «положительная переоценка». Между данными стратегиями обнаружены статистически значимые сильные прямые связи ( $r=0,524\div 0,797$ , при  $p\leq 0,01$ ).

Сравнивая предпочитаемые стратегии в каждой возрастной группе испытуемых, следует отметить, что для респондентов группы ( $\leq 21$ ) в большей степени характерны копинг-стратегии избегающего типа, т. е. непродуктивные стратегии «дистанцирование» и «бегство/избегание». Такие стратегии не побуждают человека к поиску оптимального и эффективного выхода из проблемной ситуации, но в то же время защищают его от сильного эмоционального потрясения. Благодаря этим стратегиям любая ситуация может разрешиться без каких-либо активных действий самого человека.

Для испытуемых группы ( $\geq 22$ ) наиболее характерными копинг-стратегиями являются «планирование решения» и «положительная переоценка», т. е. проблемно ориентированный копинг. Эти стратегии направлены на источник проблемы и самостоятельное разрешение возникшей ситуации. Такое поведение характеризуется осознанностью, умением анализировать причины данной ситуации, а также управлять своим эмоциональным состоянием, исходя из объективной реальности.

Решение задачи по определению характера соотношения смысловых ориентаций и предпочитаемых копинг-стратегий у студентов-девушек разного возраста потребовало проведения корреляционного анализа, для чего был применен коэффициент  $r$ -Пирсона. Для анализа были взяты показатели по всем шкалам теста-опросника СЖО и наиболее вы-

раженные копинг-стратегии. Корреляционный анализ (коэффициент  $r$ -Пирсона) показал многочисленные прямые и обратные связи между показателями смысловых ориентаций и копинг-стратегиями (таблица 3).

Выявлены статистически значимые связи между продуктивными копинг-стратегиями и смысловыми ориентациями. Наиболее сильные прямые корреляции обнаружены между целями, процессом и результативностью жизни, общим показателем осмысленности жизни и стратегией планирования (с коэффициентами  $r=0,526\div 0,715$ , при  $p<0,01$ ), а также со стратегией положительной переоценки (с коэффициентами  $r=0,252\div 0,639$ , при  $p<0,01$  и  $p<0,05$ ). Одновременно выявлены сильные обратные корреляции между показателем результативности жизни и стратегиями дистанцирования и бегства/избегания (с коэффициентами  $r=-0,258\div -0,321$ , при  $p<0,05$ ). Это свидетельствует о том, что удовлетворенность студентов-девушек прожитой частью жизни, своими успехами и достижениями, осознание плюсов настоящего и представление своего будущего определяет выбор продуктивных стратегий поведения в сложных ситуациях.

Показатели локуса контроля – Я и локуса контроля – Жизнь являются характеристиками того, насколько человек представляет себя сильной и самостоятельной личностью, способной принимать важные жизненные решения в соответствии со своими жизненными целями. Выраженность данных показателей напрямую коррелирует с выбором стратегий планирования и положительной переоценки (с коэффициентами  $r=0,268\div 0,546$ , при  $p<0,01$  и  $p<0,05$ ), отмечается сильная обратная корреляция между локусом контроля – Я и стратегией дистанцирования ( $r=-0,237$ , при  $p<0,05$ ). Таким образом, можно заключить, что чем увереннее осознают себя испытуемые, тем большую значимость они придают событиям в своей жизни и выбирают продуктивные стратегии поведения.

Таблица 3. Корреляции между показателями смысловых ориентаций и копинг-стратегиями  
Table 3. Correlations between indicators of life-purpose orientations and coping strategies

Смысловые ориентации	Непродуктивные копинг-стратегии		Продуктивные копинг-стратегии	
	Дистанцирование	Бегство/избегание	Планирование решения	Положительная переоценка
Цели в жизни			0,526**	0,475**
Процесс жизни			0,571**	0,639**
Результативность жизни	-0,321**	-0,258*	0,694**	0,252*
Локус контроля – Я	-0,237*		0,288*	0,268*
Локус контроля – Жизнь			0,450**	0,546**
Общий показатель ОЖ	-0,245*		0,715**	0,273*

Примечание. \* – корреляция значима на уровне 0,05; \*\* – корреляция значима на уровне 0,01.

Note. \* – correlation is significant at the level of 0.05; \*\* – correlation is significant at the level of 0.01.

## ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Исследование показало, что смысложизненные ориентации, как понимание человеком содержания и направленности своей жизни, проявляются в осмысленной оценке результативности прожитого, наличии целей на перспективу, понимании готовности к принятию жизненно важных решений. Мы согласны с авторами [13; 14] в том, что смысловые ориентиры выступают важнейшей характеристикой личности и являются устойчивыми регуляторами поведения человека.

Полученные нами данные о взаимосвязи смысложизненных ориентаций и копинг-стратегий у девушек-студентов согласуются с мнением авторов [15–17] о том, что процесс формирования ценностно-смысловой системы достаточно длительный. Во-первых, человеку необходимо понять значение и смысл самих ценностей. Затем происходит формирование ценностных представлений, на основе которых формируются ценностно-смысловые ориентации.

Мы разделяем точку зрения авторов [18; 19], что каждый возрастной период содержит определенное соотношение возрастных особенностей и формирования смысложизненных ориентаций. В любом возрасте смысловые ориентации должны быть адекватны обстоятельствам, реалиям и ситуациям, в которых оказывается человек, а смысл жизни осознается тогда, когда человек сталкивается с определенными жизненными трудностями.

В нашем исследовании все испытуемые являются студентами в возрасте от 18 до 24 лет, таким образом, охватываются два возрастных периода – юность и ранняя молодость. Возрастные рамки юности (17 лет – 21 год) определяются этапами физиологического развития и полового созревания человека. Юность – это сензитивный период развития основного социогенного потенциала человека [20]. Главные психологические новообразования человека на данном этапе становления – обретение самостоятельности и достижение социальной зрелости. Период юности – это активный этап поиска наиболее оптимального смысла жизни. Но этот период осложняется тем, что выбор жизненного пути и основного смысла жизни осуществляется без наличия знаний и достаточного жизненного опыта в разрешении проблем. Это определяет тот факт, что у молодых людей в возрасте до 20 лет обнаруживаются самые низкие значения стратегии планомерного решения проблемы. С увеличением возраста идет постепенное формирование и закрепление продуктивных стратегий поведения.

Раннюю взрослость относят к периоду жизни человека в возрасте от 20 до 30 лет. Однако современная возрастная психология все больше придерживается точки зрения автора [21], что определить границы стадий развития взрослых людей достаточно сложно, так как главная особенность развития в период взрослости – минимальная зависимость от хронологического возраста, тогда как происходящие изменения в мышлении, поведении и личности определяются условиями жизни человека – его целями, установками, опытом и родом деятельности. Отсюда следует, что наиболее значимыми смысложизненными ориентациями в период ранней взрослости, оказывающими влияние на выбор стиля копинг-поведения, являются результативность жизни, процесс жизни и осмысленность жизни.

Полученные нами данные о различиях в выраженности показателей смысложизненных ориентаций девушек-студентов на разных возрастных этапах, а также предпочитаемых копинг-стратегиях подтверждают нашу гипотезу о том, что девушки студенческого возраста со сниженным показателем смысложизненных ориентаций склонны выбирать непродуктивные копинг-стратегии, в отличие от девушек со средними и высокими значениями показателя смысложизненных ориентаций, предпочитающих выбирать продуктивные поведенческие стратегии.

Таким образом, исследования смыслообразующих жизненных ориентиров сегодняшних студентов обретают особую актуальность, так как способствуют формированию адекватной оценки действительности, развитию умения анализировать свое прошлое для построения перспективного будущего. Приобретенные знания и сформированные смысложизненные ориентиры помогут молодым людям выбирать соответствующие стратегии поведения для достижения своих жизненных целей.

Материалы исследования могут быть использованы в работе психологической службы образовательной организации. Понимание возрастных различий в формировании смысложизненных ориентаций способствует целенаправленной работе по развитию продуктивного копинг-поведения молодых людей.

## ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Определено, что структурные компоненты смысложизненных ориентаций в разных возрастных группах имеют разный уровень выраженности. Значения осознанности жизни студентов-девушек тем выше, чем старше по возрасту респонденты.

Выявлена прямая корреляция между возрастом и копинг-стратегиями студентов-девушек. Для респондентов в возрасте от 18 лет до 21 года в большей степени характерны копинг-стратегии избегающего типа, т. е. непродуктивные стратегии. Для испытуемых в возрасте от 22 до 24 лет наиболее характерным является проблемно ориентированный копинг.

Установлено, что смысложизненные ориентации влияют на выбор копинг-стратегий. Низкие значения показателей структурных компонентов смысложизненных ориентаций обуславливают выбор непродуктивных копинг-стратегий, тогда как средние и высокие значения определяют продуктивные поведенческие стратегии.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 299 с.
2. Чудновский В.Э. Смысл жизни: проблема относительной эмансипированности от «внешнего» и «внутреннего» // Психологический журнал. 1995. Т. 16. № 2. С. 15–26. EDN: [DOXFYT](#).
3. Сухонос А.П. Смысложизненные ориентации и гендерная идентичность студентов педагогических специальностей // Вестник МГПУ. Серия Педагогика и Психология. 2015. № 4. С. 73–83. EDN: [VBNQPJ](#).

4. Мусина В.П. Ценностные и смысложизненные ориентации современных студентов // *Alma Mater (Вестник высшей школы)*. 2019. № 7. С. 49–53. DOI: [10.20339/AM.07-19.049](https://doi.org/10.20339/AM.07-19.049).
5. Emmons R.A. Personal goals, life meaning, and virtue: Well-springs of a positive life // *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived*. Washington: American Psychological Association, 2003. P. 105–128. DOI: [10.1037/10594-005](https://doi.org/10.1037/10594-005).
6. Reizer A., Dahan D., Shaver P. The Contributions of Attachment and Caregiving Orientations to Living a Meaningful Life // *Psychology*. 2013. Vol. 4. № 12. P. 1039–1045. DOI: [10.4236/psych.2013.412151](https://doi.org/10.4236/psych.2013.412151).
7. Гудименко О.В. Смысложизненные ориентации жизнедеятельности в период молодости // *Обзор педагогических исследований*. 2023. Т. 5. № 2. С. 97–102. EDN: [PAJROW](https://www.edn.ru/PAJROW).
8. Щербакова Н.В. Смысложизненные ориентации в студенческом возрасте // *Национальное здоровье*. 2023. № 1. С. 84–86. DOI: [10.34853/NZ.2023.50.81.001](https://doi.org/10.34853/NZ.2023.50.81.001).
9. Ермакова Е.С. Смысложизненные ориентации в структуре личностных характеристик юношей и девушек // *Вестник Ленинградского государственного университета имени А.С. Пушкина*. 2020. № 2. С. 305–320. EDN: [SQATIE](https://www.edn.ru/SQATIE).
10. Bakracheva M. Coping Effects on Life Meaning, Basic Psychological Needs and Well-Being // *Psychology*. 2019. Vol. 10. № 10. P. 1375–1395. DOI: [10.4236/psych.2019.1010090](https://doi.org/10.4236/psych.2019.1010090).
11. Леонтьев Д.А. *Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)*. 2-е изд. М.: Смысл, 2000. 18 с.
12. Крюкова Т.Л., Куфтык Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // *Журнал практического психолога*. 2007. № 3. С. 93–112. EDN: [YGCFYX](https://www.edn.ru/YGCFYX).
13. Саковская О.Н. Ценностные детерминанты предпочитаемых копинг-стратегий // *Вестник Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки*. 2017. № 3. С. 99–102. EDN: [ZIONTF](https://www.edn.ru/ZIONTF).
14. Володина С.А. Связь ценностных ориентаций и копинг-стратегий у студентов-педагогов // *Мир науки. Педагогика и психология*. 2022. Т. 10. № 1. С. 45–54. DOI: [10.15862/52PSMNI22](https://doi.org/10.15862/52PSMNI22).
15. Мощенко Л.С., Дроздова Н.В. Смысложизненные ориентации студентов с разным уровнем жизнестойкости (на примере студентов-психологов) // *Научно-методический электронный журнал «Концепт»*. 2016. № Т50. С. 133–140. EDN: [XEOPRV](https://www.edn.ru/XEOPRV).
16. Почтарева Е.Ю. Ценностно-смысловая сфера личности: сущность, детерминанты, механизмы развития // *Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология*. 2017. № 4. С. 563–575. DOI: [10.17072/2078-7898/2017-4-563-575](https://doi.org/10.17072/2078-7898/2017-4-563-575).
17. Сизганова Е.Ю., Кайдашова А.К., Чикова И.В. Анализ ценностных ориентаций студентов – будущих государственных и муниципальных служащих в контексте вызовов современности // *Перспективы науки и образования*. 2020. № 1. С. 258–270. DOI: [10.32744/pse.2020.1.18](https://doi.org/10.32744/pse.2020.1.18).
18. Шилова Н.П. Взаимосвязь представлений о будущем и образовательных результатов в юношеском возрасте // *Российский психологический журнал*. 2022. Т. 19. № 1. С. 76–88. DOI: [10.21702/rpj.2022.1.6](https://doi.org/10.21702/rpj.2022.1.6).
19. Борисова Н.М., Шаповаленко И.В. Личностные детерминанты совладающего поведения в среднем возрасте // *Психолого-педагогические исследования*. 2018. Т. 10. № 3. С. 115–125. DOI: [10.17759/psyedu.2018100310](https://doi.org/10.17759/psyedu.2018100310).
20. Ананьев Б.Г. К психофизиологии студенческого возраста // *Современные психолого-педагогические проблемы высшей школы*. Вып. 2. Л.: ЛГУ, 1974. С. 3–15.
21. Крайг Г. *Психология развития*. СПб.: Питер, 2008. 992 с.

## REFERENCES

1. Abulkhanova-Slavskaya K.A. *Strategiya zhizni* [Strategy of life]. Moscow, Mysl Publ., 1991. 299 p.
2. Chudnovskiy V.E. The meaning of life: the problem of relative emancipation from “external” and “internal”. *Psikhologicheskij zhurnal*, 1995, vol. 16, no. 2, pp. 15–26. EDN: [DOXFYT](https://www.edn.ru/DOXFYT).
3. Sukhonosov A.P. Meaningful life orientations and gender identity of students of pedagogical specialties. *Vestnik MGPU. Seriya Pedagogika i Psikhologiya*, 2015, no. 4, pp. 73–83. EDN: [VBHQPJ](https://www.edn.ru/VBHQPJ).
4. Musina V.P. Valuable and meaning life orientations of modern students. *Alma Mater (Vestnik vysshey shkoly)*, 2019, no. 7, pp. 49–53. DOI: [10.20339/AM.07-19.049](https://doi.org/10.20339/AM.07-19.049).
5. Emmons R.A. Personal goals, life meaning, and virtue: Well-springs of a positive life. *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived*. Washington, American Psychological Association Publ., 2003, pp. 105–128. DOI: [10.1037/10594-005](https://doi.org/10.1037/10594-005).
6. Reizer A., Dahan D., Shaver P. The Contributions of Attachment and Caregiving Orientations to Living a Meaningful Life. *Psychology*, 2013, vol. 4, no. 12, pp. 1039–1045. DOI: [10.4236/psych.2013.412151](https://doi.org/10.4236/psych.2013.412151).
7. Gudimenko O.V. Life-meaning orientations of life activity in the period of youth. *Obzor pedagogicheskikh issledovaniy*, 2023, vol. 5, no. 2, pp. 97–102. EDN: [PAJROW](https://www.edn.ru/PAJROW).
8. Shcherbakova N.V. Meaningful life orientations in student age. *Natsionalnoe zdorove*, 2023, no. 1, pp. 84–86. DOI: [10.34853/NZ.2023.50.81.001](https://doi.org/10.34853/NZ.2023.50.81.001).
9. Ermakova E.S. Orientations considering meanings of the life in the structure of the personality characteristics of young men and girls. *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta imeni A.S. Pushkina*, 2020, no. 2, pp. 305–320. EDN: [SQATIE](https://www.edn.ru/SQATIE).
10. Bakracheva M. Coping Effects on Life Meaning, Basic Psychological Needs and Well-Being. *Psychology*, 2019, no. 10, pp. 1375–1395. DOI: [10.4236/psych.2019.1010090](https://doi.org/10.4236/psych.2019.1010090).
11. Leontev D.A. *Test smyslozhiznennykh orientatsiy (SZhO)* [Test of meaning-of-life orientations (SJO)]. 2nd izd. Moscow, Smysl Publ., 2000. 18 p.
12. Kryukova T.L., Kuftyak E.V. Questionnaire of ways of coping (adaptation of the WCQ methodology). *Zhurnal prakticheskogo psikhologa*, 2007, no. 3, pp. 93–112. EDN: [YGCFYX](https://www.edn.ru/YGCFYX).
13. Sakovskaya O.N. Value determinants of selected coping strategies. *Vestnik Yaroslavskego gosudarstvennogo*

- universiteta im. P.G. Demidova. Seriya Gumanitarnye nauki*, 2017, no. 3, pp. 99–102. EDN: [ZIONTE](#).
14. Volodina S.A. Relationship of value orientations and coping strategies in student teachers. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya*, 2022, vol. 10, no. 1, pp. 45–54. DOI: [10.15862/52PSMN122](#).
15. Moshchenko L.S., Drozdova N.V. Meaningful life orientations of students with different levels of hardiness (on the example of psychology students). *Nauchno-metodicheskiy elektronnyy zhurnal "Kontsept"*, 2016, no. T50, pp. 133–140. EDN: [XEOPRV](#).
16. Pochtareva E.Yu. Value-meaning sphere of personality: essence, determinants, mechanisms of development. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psikhologiya. Sotsiologiya*, 2017, no. 4, pp. 563–575. DOI: [10.17072/2078-7898/2017-4-563-575](#).
17. Sizganova E.Yu., Kaydashova A.K., Chikova I.V. Analysis of the value orientations of students – future state and municipal employees in terms of modern challenges. *Perspektivy nauki i obrazovaniya*, 2020, no. 1, pp. 258–270. DOI: [10.32744/pse.2020.1.18](#).
18. Shilova N.P. Associations between visions of the future and educational outcomes of young adults. *Rossiyskiy psikhologicheskiy zhurnal*, 2022, vol. 19, no. 1, pp. 76–88. DOI: [10.21702/rpj.2022.1.6](#).
19. Borisova N.M., Shapovalenko I.V. Personal determinants of coping behavior in middle age. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya*, 2018, vol. 10, no. 3, pp. 115–125. DOI: [10.17759/psyedu.2018100310](#).
20. Anan'ev B.G. To the psychophysiology of student age. *Sovremennye psikhologo-pedagogicheskie problemy vysshey shkoly*. Leningrad, LGU Publ., 1974. Vyp. 2, pp. 3–15.
21. Krayg G. *Psikhologiya razvitiya* [Developmental Psychology]. Sankt Petersburg, Piter Publ., 2008. 992 p.

## Life-purpose orientations and coping strategies of girls of different student ages

© 2023

**Tatiana I. Kulikova**, PhD (Psychology), Associate Professor, assistant professor of Chair "Psychology and Pedagogy"

Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University, Tula (Russia)

E-mail: [info@tspu.ru](mailto:info@tspu.ru),  
[tativkul@gmail.com](mailto:tativkul@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8655-1599>

Received 31.05.2023

Accepted 03.07.2023

**Abstract:** Student age is sensitive for the formation of a worldview and life goals, awareness of responsibility for one's life. Their search contributes both to the formation of an appropriate assessment of reality, understanding, and awareness of the life purpose and to the formation of constructive ways to solve life problems, one's special behavior strategies. The paper aims at the establishing the correlation of the life-purpose orientations and coping strategies of female students of different age groups. The author carried out the study on a sample group represented by female students of different undergraduate and graduate courses of Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University ( $n=69$ ) aged 18 to 24. The PIL test by D.A. Leontiev and the Ways of Coping Questionnaire (WCQ) by R. Lazarus were used as the diagnostic tools. The correlation analysis showed the presence of strong direct correlations between goals, the life process and life performance, the life meaningfulness general indicator and planning strategy. The study identified strong inverse correlations between life performance indicator and the distancing and escape/avoidance strategies. The study showed that the values of life awareness of female students are the higher, the older the respondents are. Life-purpose orientations influence the choice of coping strategies: for the ( $\leq 21$ ) age group respondents, avoiding-type coping strategies, i. e., unproductive strategies, are more characteristic, while for the ( $\geq 22$ ) age group, problem-oriented coping is the most typical.

**Keywords:** life-purpose orientations; coping strategies; female students; student age; different-aged groups.

**For citation:** Kulikova T.I. Life-purpose orientations and coping strategies of girls of different student ages. *Vektor nauki Tolyattinskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika, psikhologiya*, 2023, no. 3, pp. 53–60. DOI: [10.18323/2221-5662-2023-3-53-60](#).