

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ, СТРАТЕГИИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ У СТУДЕНТОВ КАК ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

Е.Ф. Яценко

*Петербургский государственный университет путей сообщения
Императора Александра I, г. Санкт-Петербург, Россия*

Аннотация. Исследование проводилось накануне пандемии SARS-COV-2 в нашей стране. В работе определен уровень осмысленности и удовлетворенности жизнью, счастья студентов университета. Показаны смысложизненные ориентации и копинг-стратегии студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью. **Цель:** определить особенности смысложизненных ориентаций, стратегий совладающего поведения и удовлетворенности жизнью у студентов транспортного вуза. **Материалы и методы.** Обследовано 66 студентов университета, средний возраст – 19,9 года, 26 юношей и 37 девушек. Использовались следующие методики: опросник «Смысложизненные ориентации» (Д.А. Леонтьев); Копинг-тест (Р. Лазарус); Методика удовлетворенности жизнью (Э. Динер); Оксфордский опросник счастья – ОНІ (М. Аргайл). Результаты для интерпретации были получены посредством вычисления параметрического t-критерия Стьюдента и корреляционного анализа Пирсона с использованием пакета статистических программ SPSS v. 22.0. **Результаты.** Студенты университета имеют средний уровень осмысленности и удовлетворенности жизнью, счастья, что характеризует среду проживания и обучения как экологически надежную и безопасную. Обнаружены значимые различия между показателями шкал смысложизненных ориентаций, копинг-стратегий и счастья, а также различия в структуре взаимосвязей шкал исследования у студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью. **Обсуждение.** Наибольшее количество взаимосвязей в обеих группах обнаружено между смысложизненными ориентациями и удовлетворенностью жизнью. У студентов с низким уровнем удовлетворенности жизнью результат жизни связан с копингом «планирование», у студентов с высоким уровнем – с поиском социальной поддержки, являющимся, по нашему мнению, ресурсом личностного потенциала, личностного развития и качества жизни. **Заключение.** Определены различия и взаимосвязи смысложизненных ориентаций, копинг-стратегий и счастья у студентов транспортного вуза с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью. Перспектива исследования может заключаться в сравнении показателей данных феноменов накануне и во время пандемии.

Ключевые слова: *смысложизненные ориентации, копинг-стратегии, совладающее поведение, социальная ситуация, трудная жизненная ситуация, удовлетворенность жизнью, счастье, личностные качества, студенты, безопасная среда.*

Введение

Проблема смысловой регуляции личности является на данном этапе социально-экономического развития общества чрезвычайно актуальной во всех отраслях знания – в психологии, социологии, психотерапии, медицине, образовании и т. д. [1–6]. Исследования показывают, что обнаруживается соотношение смыслов и смысложизненных ориентаций человека со стратегиями его социального

поведения, копингами, с формами преодоления сложных жизненных и социальных ситуаций и глубокими эмоциональными переживаниями¹ [7–12]. При этом стратегии сов-

¹ Братусь Б.С. Уровни развития смысловой сферы личности // Общая теория смысла, психологические концепции смыслообразования, смыслодидактика: хрестоматия / сост. И.В. Абакумова, П.Н. Ермаков, И.А. Рудакова. М.: КРЕДО, 2014. С. 135–146.

ладающего поведения, используемые для преодоления трудных жизненных обстоятельств, особенно у молодежи, постоянно испытывающей стрессовые и кризисные ситуации, приводят к личностному росту и смысловому самоопределению. Экзистенциальная и позитивная психология, определившие основными конструктами своих исследований «смысл», «смысловую регуляцию», «смысложизненные ориентации», «удовлетворенность жизнью», «счастье», становятся сейчас наиболее популярными в российской психологической науке, а их результаты востребованы современной мировой практикой² [6, 13–18]. Умение определить смысл жизни и выбрать оптимальные копинги для совладания с трудной ситуацией некоторые исследователи характеризуют как проявление личностного потенциала, личностного роста и качества жизни, неотъемлемыми компонентами которых выступают удовлетворенность жизнью и счастье [7, 11, 14, 19].

Достаточное количество работ, связанных со смысложизненными ориентациями и способами совладающего поведения человека, отражает актуальность данной проблематики и требует дифференцированного уточнения данных по социальному статусу исследуемых, их возрасту и полу.

Целью исследования является определение особенностей смысложизненных ориентаций, стратегий совладающего поведения и удовлетворенности жизнью у студентов транспортного вуза.

Гипотезы исследования:

1. Существуют различия между показателями смысложизненных ориентаций, копинг-стратегий и счастья у студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью.

2. Существуют особенности в структуре связей смысложизненных ориентаций, копинг-стратегий, счастья и удовлетворенности жизнью у студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью.

Задачи исследования:

1. Выявить различия между показателями смысложизненных ориентаций, копинг-стратегий и счастья у студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью.

2. Определить взаимосвязи смысложизненных ориентаций, копинг-стратегий, сча-

стья и удовлетворенности жизнью у студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью.

Материалы и методы

Выборка исследования: респондентами стали 66 студентов университета, средний возраст – 19,9 года, 26 юношей и 37 девушек. Использовались следующие методики: опросник «Смысложизненные ориентации» (СЖО) Д.А. Леонтьева³; Копинг-тест Р. Лазаруса; Методика удовлетворенности жизнью Э. Динера⁴; Оксфордский опросник счастья (ОИ) М. Аррайла⁵. Результаты для интерпретации были получены посредством вычисления параметрического t-критерия Стьюдента и коэффициента корреляции (Пирсона) с использованием статистического пакета SPSS v. 22.0.

Результаты

По шкале Э. Динера было произведено разделение выборки на две группы: респондентов с тенденцией к высокому (от 25 баллов и выше, n = 30 чел.) и низкому (от 24 баллов и ниже, n = 36 чел.) уровню удовлетворенности жизнью, причем удовлетворенность жизнью общей выборки респондентов составила 23,65 баллов, что характеризует средний уровень удовлетворенности жизнью (в соответствии с данными методики). Исследуемые чувствуют себя скорее счастливыми, но для полноты удовлетворенности жизнью им чего-то не хватает, они осознают имеющиеся у них проблемы.

Обнаружены шесть значимых различий между показателями шкал у студентов с тенденцией к высокому и низкому уровню удовлетворенности жизнью (при $p \leq 0,05$) (см. таблицу).

У студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью обнаружены значимые различия между показателями теста СЖО по шкалам «Процесс жизни» ($M_{\text{выс.ур.уд}} = 29,54$; $M_{\text{низ.ур.уд}} = 27,82$; $t = -3,98$; $p \leq 0,05$);

³ Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). М.: Смысл, Серия: Психодиагностическая серия, 2006. 22 с.

⁴ Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера. URL: <https://experimental-psychic.ru/shkala-udovletvorennosti-zhiznyu>

⁵ Оксфордский опросник счастья (ОИ) М. Аррайла. URL: <https://psytests.org/emotional/ohi.html>

Различия показателей шкал исследования у студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью
Differences in students with high and low levels of life satisfaction

Шкала Scale	Высокий уровень удовлетворенности жизнью High satisfaction		Низкий уровень удовлетворенности жизнью Low satisfaction		Значение t-критерия Стьюдента Student's t-test
Название Name	Среднее Mean	Стандартное отклонение Standard deviation	Среднее Mean	Стандартное отклонение Standard deviation	t-критерий Стьюдента t-criterion
Тест смысловых ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева Purpose-in-Life orientation by D. Leontiev					
Процесс жизни Life as a process	29,54	0,91	27,82	0,83	-3,98
Результат жизни Result of life	24,91	0,74	23,92	0,65	-2,44
Общий показатель осмысленности жизни General indicator of mindfulness	133,43	3,94	127,91	3,35	-2,65
Копинг-тест Р. Лазаруса Coping test by R. Lazarus					
Планирование Planning	75,36	2,44	71,72	2,40	-2,42
Шкала Э. Динера E. Diner Scale					
Удовлетворенность жизнью Satisfaction with life	26,41	0,50	23,67	0,67	-10,16
Оксфордский опросник счастья М. Аргайла Argyle Oxford Happiness Questionnaire					
Счастье Happiness	54,85	1,90	50,31	1,77	-4,46

«Результативность жизни» ($M_{\text{выс.ур.уд}} = 24,91$; $M_{\text{низ.ур.уд}} = 23,92$; $t = -2,44$; $p \leq 0,05$), «Общая осмысленность жизни» ($M_{\text{выс.ур.уд}} = 133,43$; $M_{\text{низ.ур.уд}} = 127,91$; $t = -2,65$; $p \leq 0,05$).

При сравнении показателей шкал копинг-стратегий у студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью были обнаружены значимые различия по шкале «Планирование» ($M_{\text{выс.ур.уд}} = 75,36$; $M_{\text{низ.ур.уд}} = 71,72$; $t = -2,42$; $p \leq 0,05$).

Были выявлены значимые различия между показателями шкал методик «Удовлетворенность жизнью» Э. Динера ($M_{\text{выс.ур.уд}} = 26,41$; $M_{\text{низ.ур.уд}} = 23,67$; $t = -10,16$; $p \leq 0,05$) и «Оксфордский опросник счастья» М. Аргайла

($M_{\text{выс.ур.уд}} = 54,85$; $M_{\text{низ.ур.уд}} = 50,31$; $t = -4,46$; $p \leq 0,05$).

Студенты с высоким уровнем удовлетворенности жизнью оценивают свою жизнь не только как в большей степени интересную, эмоционально насыщенную и наполненную смыслом по сравнению со студентами с низким уровнем удовлетворенности жизнью, но и как более результативную и осмысленную. Студенты с высоким уровнем удовлетворенности жизнью увереннее планируют свою жизнь, в большей степени предпочитают эту продуктивную стратегию совладающего поведения в трудных жизненных и социальных ситуациях, чем студенты с низким уровнем

удовлетворенности жизнью. Остальные копинг-стратегии используются студентами примерно в равной степени. Студенты с высоким уровнем удовлетворенности жизнью также в большей степени удовлетворены жизнью и счастливы, чем студенты с низким уровнем удовлетворенности жизнью.

Для определения взаимосвязей между шкалами смысложизненных ориентаций, копинг-стратегий, счастья и удовлетворенности жизнью студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью был проведен корреляционный анализ К. Пирсона (рис. 1 и 2).

Обнаружены пять значимых взаимосвязей шкал исследования у студентов с низким уровнем удовлетворенности жизнью: «Счастье» имеет прямую связь с «Осмысленностью жизни» ($r = 0,464$, $p \leq 0,05$) и «Целями жизни» ($r = 0,616$, $p \leq 0,01$), то есть чем выше осмысленность и цели на будущее, тем более выраженным является ощущение счастья у студентов с низким уровнем удовлетворенности жизнью. «Результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией» имеет прямую связь со «Счастьем» ($r = 0,491$, $p \leq 0,05$): студенты испытывают счастье, осознавая свои достижения и успехи. «Лocus контроля – Я» имеет прямую связь со «Счастьем» ($r = 0,536$, $p \leq 0,05$): студенты счастливы сами определять собственное развитие и быть сильными личностями. «Планирование» как копинг-стратегия имеет прямую связь с «Результативностью жизни» ($r = 0,460$, $p \leq 0,05$): чем выше умение планировать свою жизнь, тем выше ее результативность.

Корреляционный анализ позволил обнаружить десять значимых взаимосвязей между шкалами исследования у студентов с высоким уровнем удовлетворенности жизнью. «Удовлетворенность жизнью» имеет прямую взаимосвязь со «Счастьем» ($r = 0,650$, $p \leq 0,01$): чем сильнее ощущение счастья, тем больше удовлетворенность жизнью. «Счастье» имеет прямую взаимосвязь с «Осмысленностью жизни» ($r = 0,494$, $p \leq 0,05$) и «Целями жизни» ($r = 0,407$, $p \leq 0,01$): чем более осмысленно студенты воспринимают свою жизнь и осознанно ставят цели на будущее, тем они счастливее. «Счастье» имеет также взаимосвязи со шкалами «Процесс жизни, интерес и эмоциональная насыщенность жизни» ($r = 0,556$, $p \leq 0,01$), «Результат» ($r = 0,489$, $p \leq 0,01$), «Лocus контроля – Я» ($r = 0,425$, $p \leq 0,01$) и «Лocus контроля – Жизнь, или управляемость

жизни» ($r = 0,336$, $p \leq 0,05$): студенты с высоким уровнем удовлетворенности жизнью счастливы жить настоящим, осознавать продуктивность прошлой жизни, определять собственное развитие и изменять окружающую жизнь в соответствии со своими представлениями о смысле жизни. Выявлены также две взаимосвязи копинг-стратегии «Поиск социальной поддержки» со шкалами теста СЖО «Процесс жизни» ($r = 0,376$, $p \leq 0,05$) и «Результативность жизни» ($r = 0,353$, $p \leq 0,05$) и одна взаимосвязь копинга «Планирование» с «Удовлетворенностью жизнью» Э. Динера ($r = 0,395$, $p \leq 0,05$): интересная настоящая жизнь и успешная прошлая связаны с социальным взаимодействием, с поиском поддержки людей; чем студенты лучше планируют свою жизнь и социальное поведение, тем они больше удовлетворены своей жизнью.

Обсуждение

Исследование смысложизненных ориентаций, копинг-стратегий и удовлетворенности жизнью студентов университета показывает, что студенты, проживающие в Санкт-Петербурге и обучающиеся в первом транспортном вузе страны, в общем имеют средний уровень удовлетворенности своей жизнью. При сравнении показателей шкал теста СЖО, копинг-стратегий, счастья и удовлетворенности жизнью у студентов с высоким и низким уровнем удовлетворенности жизнью были выявлены значимые различия по шкалам всех использованных методик. Наибольшее количество различий было обнаружено по тесту СЖО, связанных прежде всего с представлениями студентов о разных временных перспективах своей жизни – настоящем и прошлом. В большей степени проживают свою жизнь интересно и имеют высокие достижения в прошлом студенты с высоким уровнем удовлетворенности жизнью, они также в большей степени осмысливают свою жизнь по сравнению со студентами с низким уровнем удовлетворенности жизнью.

Свое поведение в преодолении сложных жизненных и социальных ситуаций студенты обеих групп выстраивают почти одинаково, пользуясь как продуктивными, так и малопродуктивными стратегиями, при этом студенты с высоким уровнем удовлетворенности жизнью чаще используют планирование своей жизни, которое, возможно, способствует их большей удовлетворенности жизнью и ощущению счастья.

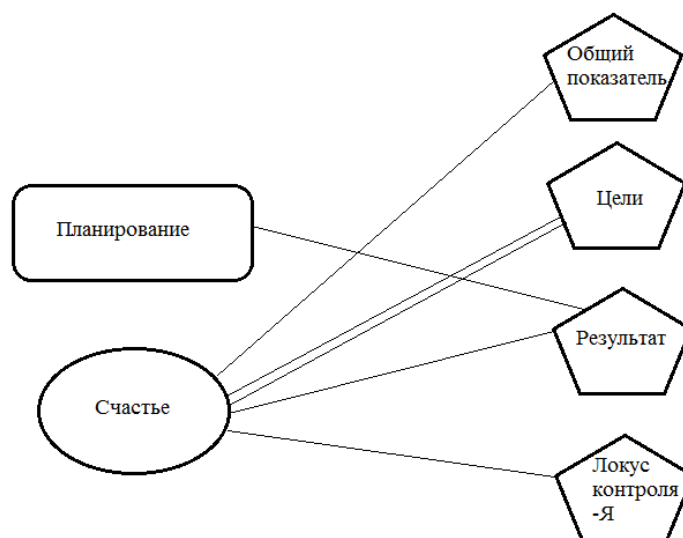


Рис. 1. Взаимосвязи шкал исследования у студентов с низким уровнем удовлетворенности жизнью
Fig. 1. Relationships between scales in students with a low level of life satisfaction

Примечание: скругленный прямоугольник – Копинг-тест Лазаруса, правильный пятиугольник – Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева, овал – Оксфордский опросник счастья М. Аргайла;

—— – прямая связь ($p \leq 0,05$), ===== – прямая связь ($p \leq 0,01$).
Note: rounded rectangle – R. Lazarus coping test, regular pentagon – Purpose-in-Life Orientation Test by D. Leontiev, oval – Oxford Happiness Questionnaire by M. Argyll; —— – direct correlation ($p \leq 0.05$), ===== – direct correlation ($p \leq 0.01$).

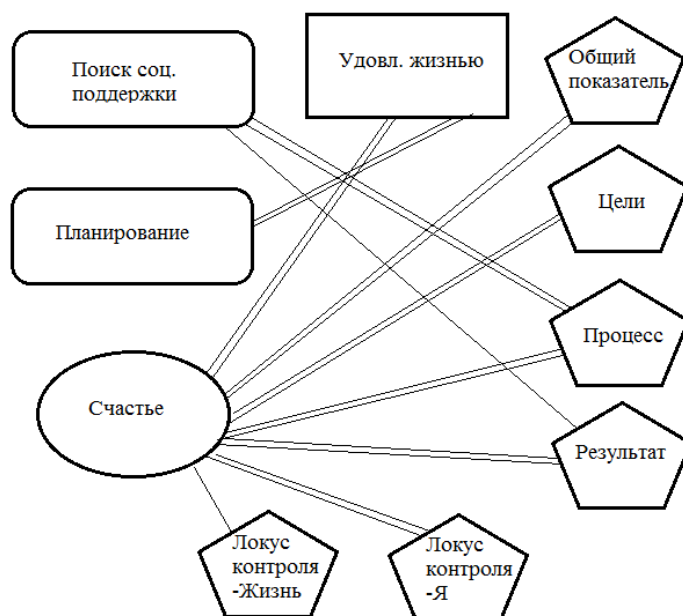


Рис. 2. Взаимосвязи шкал исследования у студентов с высоким уровнем удовлетворенности жизнью
Fig. 2. Relationships between scales in students with a high level of life satisfaction

Примечание: скругленный прямоугольник – Копинг-тест Р. Лазаруса, правильный пятиугольник – Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева, овал – Оксфордский опросник счастья М. Аргайла, квадрат – Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера;

—— – прямая связь ($p \leq 0,05$), ===== – прямая связь ($p \leq 0,01$).
Note: rounded rectangle – R. Lazarus Coping test, regular pentagon – Purpose-in-Life Orientation Test by D. Leontiev, oval – Oxford Happiness Questionnaire by M. Argyll, square – Life Satisfaction Scale; —— – direct correlation ($p \leq 0.05$), ===== – direct correlation ($p \leq 0.01$).

Полученные в результате корреляционного анализа значимые взаимосвязи показывают, что у студентов обеих групп счастье связано с осмысленностью жизни, при этом у студентов с низким уровнем удовлетворенности жизнью результат жизни связан с планированием, а у студентов с высоким уровнем удовлетворенности жизнью – с социальной поддержкой, а планирование связано с удовлетворенностью жизнью. У студентов с высоким уровнем удовлетворенности жизнью обнаруживаются большая способность к социальным контактам, социальному взаимодействию и доверие к людям, в которых эти студенты нуждаются для проживания своей жизни как интересной и результативной, чего нет у студентов с низким уровнем удовлетворенности жизнью.

Заключение

Полученные результаты позволяют сделать следующие выводы. Студенты транспортного вуза Санкт-Петербурга имеют средний уровень удовлетворенности жизнью, счастья и осмысленности жизни, что характеризует социальную и образовательную среду вуза как достаточно надежную, экологичную и безопасную. Исследование показывает, что высокий уровень удовлетворенности жизнью связан с большей осмысленностью собственной жизни, умением ее планировать и взаимодействовать с другими людьми. Студенты низкого и высокого уровней удовлетворенности жизнью почти одинаково используют как позитивные, так и негативные стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями. Для обеих групп студентов предпочтительным копингом является «Планирование». Использование копинг-стратегии «Поиск социальной поддержки» студентами с высоким уровнем удовлетворенности жизнью можно охарактеризовать как личностный и компенсаторный ресурс, позволяющий студентам развиваться и чувствовать себя более счастливыми. Задачи исследования выполнены, гипотезы подтвердились.

Перспективой дальнейшего исследования может быть определение смысловых ориентаций, копинг-стратегий, счастья и удовлетворенности жизнью у студентов университета в период пандемии (дистанционного обучения) и сравнение показателей иссле-

дуемых психологических феноменов с представленными в данной статье.

Конфликт интересов

Автор декларирует отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Литература

1. Моценко Л.С., Дроздова Н.В. Смысловые ориентации студентов с разным уровнем жизнестойкости (на примере студентов-психологов) // *Научно-методический электронный журнал Концепт*. 2016. Т. 50. С. 133–140. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27535622>
2. Фоменков А.И. Трансформация смысловых ориентаций студентов в контексте формирования у них компетенций будущих социологов // *Социальные трансформации*. 2016. № 26. С. 122–131. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27657103>
3. Вострокнутова Т.Ф., Вострокнутов С.И., Ерофеева Н.Ю. Смысловые ориентации студентов, обучающихся по направлению «Физическая культура» разных профилей подготовки // *Теория и практика физической культуры*. 2017. № 1. С. 32–34. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28370437>
4. Габдулина Л.И., Фёдорова О.И. Самоорганизация деятельности студентов в связи с их ценностными и смысловыми ориентациями // *Психология обучения*. – 2017. – № 1. – С. 36–49. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27639274>
5. Пужаев В.В., Дементьев В.Л., Сахарова Т.Н. Проблемы смысловых ориентаций личности спортсмена // *Вестник Московского университета МВД России*. 2017. № 4. С. 276–279. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29896535>
6. Reker G.T. *Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning. Exploring existential meaning*. Thousand Oaks (CA). Sage. 2000. P. 39–55. DOI: 10.4135/9781452233703.n4
7. Hanley A.W., Garland E.L., Tedeschi R.G. *Relating dispositional mindfulness, contemplative practice, and positive reappraisal with posttraumatic cognitive coping, stress, and growth* // *Psychological Trauma*. 2017. Vol. 9 (5). P. 526–536. DOI: 10.1037/tra0000208

8. Станибула С.А. Копинг-стратегии: функционирование и развитие в онтогенезе // *Известия Гомельского государственного университета им. Ф. Скорины*. 2017. № 2 (101). С. 49–53. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28939161>
9. Чеботарева Е.Ю. Кросс-культурные особенности копинг-стратегий российских и французских студентов в контексте психологического благополучия // *Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Академическая образованная. Психология развития*. 2018. Т. 7, № 2. С. 156–163. DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-2-156-163
10. Вильдгрубе С.А. Совладающее поведение и защитные психологические механизмы пациентов при психосоматических расстройствах разного типа // *Вестник Донецкого национального университета. Серия Д: Филология и психология*. 2019. № 3. С. 86–93. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42389792>
11. Trauma characteristics and posttraumatic growth: the mediating role of avoidance coping, intrusive thoughts, and social support / M. Brooks, N. Graham-Kevan, S. Robinson, M. Lowe // *Psychological Trauma*. 2019. Vol. 11, № 2. P. 232–238. DOI: 10.1037/tra0000372
12. Есетова А.Е., Мун М.В. Особенности эмоционально-направленных копинг-стратегий // *Научный журнал*. 2020. № 5 (50). С. 46–49 URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42928355>.
13. Ким Э.С. Взаимосвязь между отдельными стратегиями самолидерства и копинг-стратегиями // *Казанский педагогический журнал*. 2019. № 3 (134). С. 178–183 URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39546563>
14. Леонтьев Д.А. Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты // *Психологический журнал*. 2020. Т. 41, № 6. С. 86–95. DOI: 10.31857/S020595920012592-7
15. Харламова Т.М. Специфика психического состояния и копинг-стратегий студентов при дистанционном обучении в условиях пандемии COVID-19 // *Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки*. 2020. № 1. С. 26–39. DOI: 10.24411/2308-7218-2020-10103
16. Benita M.S. Are the student migrants satisfied with life? Effect of acculturative stress and perceived discrimination // *International Journal of Education Economics and Development*. 2021. 12 (1). P. 79–96. DOI: 10.1504/IJEED.2021.111658
17. Pavot W., Diener E. The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction // *Journal of Positive Psychology*. 2008. № 3. P. 137–152 DOI: 10.1080/17439760701756946
18. Academic performance and physical activities as positive factors for life satisfaction among university students / T. Slavinski, D. Bjelica, D. Pavlović, V. Vukmirović // *Sustainability (Switzerland)*. 2021. Vol. 13 (2). P. 497. DOI: 10.3390/su13020497
19. Ruta D., Camfield L., Donaldson C. Sen and the art of quality of life maintenance: Towards a general theory of quality of life and its causation // *The Journal of Socio-Economics*. 2007. Vol. 36. P. 397–423. DOI: 10.1016/j.socec.2006.12.004

Яценко Елена Федоровна, доктор психологических наук, доцент, заведующий кафедрой прикладной психологии, Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I (Россия, 190031, Санкт-Петербург, Московский пр-т, 9), elfed58@mail.ru
ORCID: 0000-0001-5172-9385

Поступила в редакцию 30 мая 2020 г.; принята 1 ноября 2020 г.

LIFE PURPOSE ORIENTATIONS, COPING STRATEGIES AND SATISFACTION WITH LIFE IN STUDENTS AS A PROBLEM OF PERSONALITY PSYCHOLOGY

E.F. Yashchenko, *elfed58@mail.ru*, ORCID: 0000-0001-5172-9385
Emperor Alexander I St. Petersburg State Transport University
(9 Moskovsky Ave., Saint Petersburg, 190031, Russia)

Abstract. The study was conducted just before the SARS-COV-2 pandemic in our country. The work defines the level of mindfulness, satisfaction with life, and happiness in university students. Life purpose orientations and coping strategies of students with high and low levels of satisfaction with life are shown. **Aim.** The paper aims to determine the features of life purpose orientations, coping strategies and satisfaction with life in the students of a transport university. **Materials and methods.** 66 university students were examined, the average age was 19.9 years, 26 males and 37 females. The following methods were used: "Purpose-in-Life Orientations" (SZHO) by D. Leontiev; Coping test by R. Lazarus; Life Satisfaction by E. Diner; Oxford Happiness Questionnaire by M. Argyle. Results for interpretation were obtained by conducting Student's t-test and Pearson correlation analysis using the SPSS v. 22.0 statistical program package. **Results.** University students have an average level of mindfulness, satisfaction with life, happiness, which characterizes the living and learning environment as environmentally sound and safe. Significant differences were found between life purpose orientations, coping strategies and happiness, as well as differences between students with high and low levels of life satisfaction. **Discussion.** The largest number of correlations in both groups was found between life purpose orientations and life satisfaction. In students with a low level of life satisfaction, the result of life is associated with coping planning, in students with a high level – with the search for social support, which, in our opinion, is a source of personal potential, personal development and quality of life. **Conclusion.** Differences and relationships between life purpose orientations, coping strategies and happiness among transport university students with a high and low level of life satisfaction are determined.

Keywords: *life purpose orientations, coping strategies, coping behavior, social situation, difficult life situation, life satisfaction, happiness, personal qualities, students, secure environment.*

Conflict of interest. The author declares no conflict of interest.

References

1. Moshchenko L.S., Drozdova N.V. Life-meaning orientations of students with different levels of resilience (on the example of psychology students) *Nauchno-metodicheskiy elektronny zhurnal Kontsept = Scientific and methodological electronic journal Concept*. 2016; T. 50: 133–140. (in Russ.) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27535622>
2. Fomenkov A.I. Transformation of life orientations of students in the context of the formation of their future sociologists competencies. *Sotsial'nye transformatsii = Social transformations*. 2016; 26: 122–131. (in Russ.) <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27657103>
3. Vostroknutova T.F., Vostroknutov S.I., Erofeeva N.Y. Life-purpose orientations of students of different physical education specializations. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury = Theory and Practice of Physical Culture*. 2017; 1: 11. (in Russ.). <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28370437>
4. Gabdulina L.I., Fedorova O.I. Self-organization of activity of students in relation to their values and life guiding orientations. *Psikhologiya obucheniya = Psychology of learning*. 2017; 1: 36–49. (In Russ.). <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27639274>
5. Puzhaev V.V., Dementev V.L., Sakharova T.N. The problem of life orientations of the individual athlete. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii = Vestnik of Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia*. 2017; 4: 276–279. (in Russ.). <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29896535>
6. Reker G.T. Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning. Exploring existential meaning. Thousand Oaks (CA). Sage. 2000: 39–55. DOI: 10.1135/9781452233703.n4

7. Hanley A.W., Garland E.L., Tedeschi R.G. Relating dispositional mindfulness, contemplative practice, and positive reappraisal with posttraumatic cognitive coping, stress, and growth. *Psychological Trauma*. 2017; 9 (5): 526–536. DOI: 10.1037/tra0000208
8. Stanibula S.A. Koping-strategii: functioning and development in ontogenesis. *Izvestiya Gomelskogo gosudarstvennogo universiteta imeni F. Skoriny = Proceedings of Gomel state University named after F. Skoriny*. 2017; 2 (101): 49–53. (in Russ.). <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28939161>
9. Chebotareva E.Y. Cross-Cultural Peculiarities of Coping Strategies of the Russian and the French Students in the Context of Psychological Well-Being. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya = Izv. Saratov Univ. (N.S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*. 2018; 7 (26): 156–163 (in Russ.). DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-2-156-163.
10. Wildgrube S.A. Compatible behaviour and protective psychological mechanisms of patients with psychosomatic disorders of different types. *Vestnik Donetskogo natsional'nogo universiteta. Seriya D: Filologiya i psikhologiya = Bulletin of the Donetsk National University. Series D. Philology and psychology*. 2019; 3: 86–93. (in Russ.). <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42389792>
11. Brooks M., Graham-Kevan N., Robinson S., Lowe M. Trauma characteristics and posttraumatic growth: the mediating role of avoidance coping, intrusive thoughts, and social support. *Psychological Trauma*. 2019; 11 (2): 232–238. DOI: 10.1037/tra0000372
12. Esetova A.E., Mun M.V. Features of emotionally directed coping strategies. *Nauchnyi zhurnal = Scientific journal*. 2020. No. 5 (50). pp. 46–49 (in Russ.). <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42928355>.
13. Kim E.S. The relationship between individual strategies of self-leadership and coping strategies. *Kazan Pedagogical Journal = Kazanskii pedagogicheskii zhurnal*. 2019; 3 (134): 178–183. (in Russ.). <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39546563>
14. Leontiev D.A. Quality of life and well-being: objective, subjective and agentic aspects. *Psikhologicheskii zhurnal = Psikhologicheskii zhurnal*. 2020; 41 (6): 86–95. (in Russ.). DOI: 10.31857/S020595920012592-7
15. Kharlamova T.M. Specificity of the mental state and coping strategies of students during the period of remote learning in the context of the COVID-19 pandemic. *Vestnik Permskogo gosudarstvennogo gumanitarno-pedagogicheskogo universiteta. Seriya № 1. Psikhologicheskie i pedagogicheskie nauki = Bulletin of the Perm State Humanitarian and Pedagogical University*. 2020; 1: 26–39. (in Russ.). DOI: 10.24411/2308-7218-2020-10103
16. Benita M.S. Are the student migrants satisfied with life? Effect of acculturative stress and perceived discrimination. *International Journal of Education Economics and Development*. 2021; 12 (1): 79–96. DOI: 10.1504/IJEED.2021.111658
17. Pavot W., Diener E. The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*. 2008; 3: 137–152. DOI: 10.1080/17439760701756946
18. Slavinski T., Bjelica D., Pavlović D., Vukmirović V. Academic performance and physical activities as positive factors for life satisfaction among university students. *Sustainability (Switzerland)*. 2021; 13 (2): 497. DOI: 10.3390/su13020497
19. Ruta D., Camfield L., Donaldson C. Sen and the art of quality of life maintenance: Towards a general theory of quality of life and its causation. *The Journal of Socio-Economics*. 2007; 36: 397–423. DOI: 10.1016/j.socec.2006.12.004

Received 30 May 2020; accepted 1 November 2020

ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Ященко, Е.Ф. Смысло-жизненные ориентации, стратегии совладающего поведения и удовлетворенность жизнью у студентов как проблема социальной психологии личности / Е.Ф. Ященко // Психология. Психофизиология. – 2021. – Т. 14, № 1. – С. 88–96. DOI: 10.14529/jpps210109

FOR CITATION

Yashchenko E.F. Life Purpose Orientations, Coping Strategies and Satisfaction with Life in Students as a Problem of Personality Psychology. *Psychology. Psychophysiology*. 2021, vol. 14, no. 1, pp. 88–96. (in Russ.). DOI: 10.14529/jpps210109