

## 19.00.00 – PSIXOLOGIYA FANLARI

### ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ С ИХ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ (НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ С ОВЗ)

Абдукадилова Лаура Юльбарсовна

Ферганский государственный университет, кафедра психологии, преподаватель

*Аннотация.* В данной статье изложены результаты исследования студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в контексте выявления характеристик их копинг-поведения во взаимосвязи с показателями субшкал Теста «Цель в жизни» Д.Крамбо и Л.Махолик, (1968). Сделан вывод о том, что для студентов из числа лиц с ОВЗ применение проблемно-ориентированного копинга возможно при обладании осмысленностью жизни. Сформулированы рекомендации по усовершенствованию службы психологической помощи и поддержки студентов с ОВЗ в вузах, принимая во внимание необходимость развития у них таких видов копинга, как проблемно-ориентированный, поиск социальной поддержки, позитивная переоценка событий, а также совершенствования навыков постановки жизненных целей, осмысленности жизни для преодоления иждивенческого отношения к жизни, обеспечения их психологического благополучия.

*Ключевые слова:* студенты с ограниченными возможностями здоровья, инвалидность, копинг-поведение, копинг-стратегия, цель в жизни, осмысленность жизни, адаптация, проблемно-ориентированный-копинг, поиск социальной поддержки, позитивная переоценка событий, фантазирование, психологическая служба, психокоррекция.

### QIYIN XAYOTIY VAZIYATDA QOLGAN TALABALAR KOPING-HULQI VA ULARNING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK XARAKTERISTIKALARI BILAN O'ZARO BOG'LIQLIGI XUSUSIYATLARI (IMKONIYATI CHEKLANGAN TALABALAR MISOLIDA)

Abdukadirova Laura Yulbarsovna

Farg'ona davlat universiteti, psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

*Аннотация.* Ushbu maqolada imkoniyati cheklangan talabalar koping xulq-atvori xususiyatlari D. Krambo va L. Maholiklarning «Hayot maqsadi» testining (1968) subshkalalar ko'rsatkichlari bilan bog'liqlik masalalari aks ettirilgan. Imkoniyati cheklangan talabalar xayoti mazmuniga ega bo'lishlari ular tomonidan muammoni yechimini topishga qaratilgan koping-hulqni kuzatilishi haqida xulosa qilingan. Imkoniyati cheklangan talabalarning psixologik farovonligini ta'minlash, xamda ularda davlat va boshqa insonlarga qaram bo'lish, mehribonliklarini suiiste'mol qilishga moyilliklarini bartaraf etish maqsadida OTMlarda muammolarni yechimini topish, ijtimoiy yordam izlash, voqealarni ijobiy qayta baholash kabi koping-hulq shakllarini rivojlantirish, xayotiy maqsad qo'yish, xayot ma'no va mazmunini anglash bo'yicha ko'nikmalarini o'stirishga qaratilgan psixologik yordam va qo'llab-quvvatlash xizmatlarini takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan.

*Калит so'zlar:* imkoniyati cheklangan talabalar, invalidlik, koping xulq-atvor, koping-strategiya, xayotiy maqsad, xayot ma'no va mazmunini anglash, moslashish, muammoni yechimini topish, ijtimoiy yordam izlash, voqealarni ijobiy qayta baholash, fantaziya qilish, psixologik xizmat, psixokorreksiya.

## THE FEATURES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN COPING BEHAVIORS AND SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS IN DIFFICULT LIFE SITUATION (ON THE EXAMPLE OF STUDENTS WITH DISABILITIES)

Abdukadirova Laura Yulbarsova  
Fergana State University, Department of Psychology, lecturer

*Abstract. This article presents the results of a study on students with disabilities in the context of identifying the characteristics of their coping behavior in relation to the sub-scale indicators of the «Purpose in Life» Test by D. Krambo and L. Maholik (1968). The conclusion is made that for students with disabilities, the application of problem-oriented coping is possible when they possess a sense of life's meaningfulness. Recommendations are formulated for improving the psychological support and assistance services for students with disabilities in higher education institutions, taking into account the need to develop such types of coping as problem-oriented, seeking social support, positive reappraisal of events, as well as improving skills in setting life goals and finding life's meaningfulness to overcome dependency attitudes and ensure their psychological well-being.*

*Keywords: students in difficult life situation, students with disabilities, disability, coping behavior, coping strategy, purpose in life, meaningfulness of life, adaptation, problem-oriented coping, seeking social support, positive reappraisal of events, fantasizing, psychological service, psychocorrection.*

### ВВЕДЕНИЕ

В современном мире информационные технологии стремительно развиваются, а политическая и экономическая нестабильность приводит к изменениям во всех сферах общества. В этих условиях особенно актуальными становятся исследования, касающиеся социально-психологических особенностей людей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Среди таких людей можно выделить индивидов с ограниченными возможностями здоровья, круглых сирот и лиц, оставшихся без попечения родителей, и многих других. Это связано с тем, что адаптация к изменяющимся условиям жизни и получение профессионального образования, способствующего конкурентоспособности на рынке труда, становятся сложной задачей для этой категории населения во всех странах мира, независимо от уровня их развития. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), более миллиарда человек, что составляет около 15% мирового населения, имеют некоторую форму инвалидности, и это число стремительно растет из-за процесса старения населения, увеличения хронических неинфекционных заболеваний, таких как диабет, сердечно-сосудистые заболевания, рак и психические расстройства, риска получения травм по различным причинам и т.д. Эта категория населения характеризуется более высоким уровнем бедности, низкой долей участия в экономической жизни и ограниченным доступом к образованию, включая начальное и среднее. Согласно данным Всемирного банка, 80% людей с инвалидностью проживают в странах с низким и средним уровнем дохода, включая Узбекистан.

В этой связи, исследования лиц с ограниченными возможностями здоровья представляют особый интерес, особенно по той причине, что в последние годы в Республике Узбекистан уделяется особое внимание созданию равных условий и возможностей для участия всех граждан в общественной жизни, независимо от их состояния здоровья, статуса, социального происхождения и других характеристик. Данные меры открывают новые возможности для получения не только среднего, средне-специального, но и высшего образования и обретения востребованных в обществе профессий, личностному развитию и благополучию. Реализация принимаемых мер правительством нашли отражение в Законе Республики Узбекистан «О правах лиц с инвалидностью» (№ ЗРУ-641 15.10.2020 г.) [1], Постановлении Президента Республики Узбекистан «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы образования и воспитания детей с особыми образовательными потребностями» № ПП-4860 от 13.10.2020 года [2], Указе Президента Республики Узбекистан Ш. М. Мирзиёева «О мерах по кардинальному совершенствованию системы государственной поддержки лиц с инвалидностью» № УП-5270 от 1 декабря 2017 года [4], согласно которому предусмотрено «совершенствование системы инклюзивного образования и трудоустройства лиц с инвалидностью, обеспечивающей их вовлечение и активное участие в социально-экономической жизни общества»; «активизацию научных исследований в сфере государственной поддержки лиц с инвалидностью...». Благодаря данному документу для лиц с ОВЗ, начиная с 2018/2019 учебного года, предоставлена

возможность получить высшее образование в вузах Узбекистана на основе дополнительной квоты от общего количества принимаемых на учёбу студентов. Таким образом, в настоящее время действуют ряд правовых документов, регламентирующих права, помощь лицам с инвалидностью, создание условий для получения ими высшего образования с целью содействия их полноценному развитию, социализации и самореализации.

Вместе с положительным влиянием созданных условий для лиц с ОВЗ существуют ряд проблем, характерных именно для этой категории студентов, при обучении в вузе. Наряду с имеющейся трудной жизненной ситуацией из-за ограничений в здоровье, после поступления в вуз им приходится справляться с трудностями, связанными с адаптацией к инфраструктуре вуза. Это особенно проблематично, если студент имеет проблемы с опорно-двигательным аппаратом, имеется полная слепота или очень плохое зрение и слух и т.п.. Другая проблема заключается в необходимости строить взаимоотношения со студентами, преподавателями, обслуживающим персоналом, которые не лишены конфликтности, безразличия, стигматизации и т.п.; соответствовать правилам поведения; выполнять задания, сдавать экзамены и решать другие проблемы, встречающиеся при обучении в вузе. Неспособность справляться с перечисленными трудностями может привести к академической задолженности, отчислению из числа студентов, проблемам личностного характера: снижению самооценки, мотивации и, как следствие, повышению иждивенческих настроений, социальной самоизоляции, чувству беспомощности и безнадежности, потере физического и психологического здоровья. В конечном итоге, перечисленные тенденции могут привести к неэффективному расходованию финансовых ресурсов со стороны правительства, выделенных на обучение в вузе лиц с ОВЗ.

Правительственные меры дадут позитивный эффект в отношении принятых на учёбу в вузы лиц с ОВЗ и будут служить обеспечению их профессиональной подготовки, содействовать их дальнейшему материальному и духовному благополучию при условии создания для этой категории студентов целенаправленной, специально организованной психологической помощи и поддержки, учитывающей их уникальные особенности; направленной на развитие у них эффективных стратегий справления со сложными жизненными ситуациями, стрессами; обеспечивающей развитие навыков постановки жизненных целей и обретению смысла жизни.

В связи с этим возникает необходимость в психологическом изучении обучающихся в вузах Узбекистана лиц с ОВЗ в контексте выявления их социально-психологических характеристик, особенностей их копинг-поведения, осмысленности жизни.

Термин «копинг-поведение» (или «копинг-стратегии») используется в психологии для обозначения способов, справления со стрессом, трудностями, негативными состояниями, методов регулирования своими эмоциями и адаптацией к сложным ситуациям. Изучением копинга за рубежом занимались учёные R.Lazarus и S.Foklman, С.Cheng, M.W.L.Cheung, Амирхан, Е.В. Куфтяк, Т.Л. Крюкова, Е.Р. Исаева, С.А. Хазова, И.Г. Малкина-Пых, И.В. Шагарова, С.К. Нартова-Бочавер, П.А. Иванов, Н.Г. Гаранян, Л.А. Александрова, Е.В. Битюцкая и др. [11,8,21,22].

В Узбекистане психологические проблемы студентов вузов изучали Э.Г. Газиев, В.М. Каримова, Ф. Акрамова, Б.М. Умаров, З.Т. Нишонова, Г'Б. Шоумаров, Н. Халилова, Г.Дж. Туленова, С.М. Тойчиева, Н.Т. Норкулова, Ю. Д. Кадыров, С.Х. Джалилова, Э.А. Хидиров, Н.Т. Норкулова, М.Б. Юлдашева, У.Ю. Латипова, Д.Д. Ориббоева, А.Э. Турахонов, Б.С. Шукуров, Д.Б. Норқўзиев, Г.Ж. Бердиева, Г.Ю. Байкунусова, Ж.Р. Шукуров, Ш.Қ. Саггарова, Д.Ф. Джуракулова, А.Э. Мухторова, Н.А. Мираширова, Ш.А. Усмонов, А.Н. Курбонбоев, И.А. Юсупжонова, М.Юлдашева, Л. Ю.Абдукадилова и др. [13,14,19,27], которые с изучали социально-психологические факторы, формирующие моральный облик студентов, развитие самостоятельного мышления, учебной мотивации, мотивации творческой деятельности, профессиональной направленности личности, психологические детерминанты стрессоустойчивости, реализации индивидуальных возможностей, детерминанты одиночества, развития социальной компетентности, профессиональной ответственности, интернет-зависимости, конфликтное поведение, особенности формирования жизненной стратегии, проявления ревности, развития эмоционального интеллекта, позитивного мышления, чувства вины, профессиональную зрелость, умственные способности, вопросы самоактивации профессионального становления студентов и т.п. Копинг-стратегии студентов были изучены С.Алимардоновой.

Психологические особенности студентов в трудной жизненной ситуации, в частности студентов с ограниченными возможностями здоровья и сирот, остаются недостаточно исследованными. Например, в работе И.О.Хайдарова рассматриваются индивидуальные и

социально-психологические особенности личности воспитанников детских домов, но не затрагиваются вопросы копинг-поведения сирот и студентов с ограниченными возможностями здоровья.

Следует отметить, что не были проведены исследования, анализирующие взаимосвязь между копинг-поведением и социально-психологическими характеристиками, в частности, с осмысленностью и результативностью жизни, у студентов в трудной жизненной ситуации (на примере студентов вузов из числа лиц с ОВЗ).

Концепция копинга разработана в рамках психологии стресса и адаптации 60-годы ХХ-века. Один из пионеров в изучении данной проблематики был Ричард Лазарус, американский психолог, который разработал теорию стресса и копинга. Лазарус и его коллеги исследовали, как люди воспринимают и оценивают стрессоры (события, вызывающие стресс) и какие стратегии они применяют для справления со стрессом [11].

Копинг-стратегии могут быть разными и включать в себя позитивные методы, такие как активное преодоление проблем, поиск поддержки у других, позитивная переоценка событий, а также менее адаптивные методы, такие как избегание, отрицание или прибегание к вредным привычкам.

Одним из понятий, используемых в данном исследовании, является понятие “трудная жизненная ситуация” (“ТЖС”). Анализа источников, посвящённых изучению данного явления в психологии, показал, что нет однозначной его интерпретации. Большинство исследователей классифицируют ТЖС, как явление в жизни индивида, происходящее после сильных стрессов, жизненных трудностей и серьезных событий (Ф.Е.Василюк, Г.Ю.Мартьянова, Е.Н.Туманова, Н.Г. Осухова, М.Ш. Магомед-Эминова [17,23]). Однако, за рамками научного интереса, по мнению С.П.Политовой и Н.И.Исмаиловой, остаются люди, находящиеся в трудных жизненных ситуациях на постоянной основе. К ним относятся инвалиды с детства, лица, лишившиеся способности к трудоустройству и получившие инвалидность I-III группы [25]. Мы разделяем концепцию С.П.Политовой и Н.И.Исмаиловой и считаем, что студенты с ОВЗ вузов входят в число тех личностей, которые находятся в ТЖС.

Принимая во внимание вышесказанное было проведено исследование, посвящённое изучению копинг-поведения во взаимосвязи с социально-психологическими характеристиками, осмысленностью жизни. Объектом исследования стали 78 студентов с ограниченными возможностями здоровья Ферганского государственного университета и Андижанского государственного педагогического университета (Узбекистан) в возрасте 17-43 года.

#### МЕТОДЫ

Для изучения испытуемых были использованы следующие методы и методики:

1. Авторская анкета, позволяющая сделать описательную статистику испытуемых и их социально-психологических характеристик, в зависимости от типа ОВЗ, причин ограничений в здоровье, распределения по полу.

2. Тест копинг-стратегий С.Фолкман и З.Лазарус (WAYS OF COPING (Student Sample) Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1985)), который создан на основе исходной концепции авторов о взаимодействии человека с окружающей средой, последствием которого возможен стресс, а также копинг и когнитивная оценка. Копинг охватывает разнообразные аспекты, включая активные методы изменения ситуации и усилия человека по справлению с негативными эмоциями, часто связанными с психологической защитой. Методика направлена на диагностику копинга с актуальной ситуацией, предполагая описание ее перед анализом стратегий справления, и включает в себя такие шкалы, как проблемно-фокусированный копинг, фантазирование, дистанцирование, поиск социальной поддержки, фокусирование на позитивном, самообвинение, снижение напряжения, самоизоляция. Перевод с английского на узбекский язык и адаптация к узбекскоязычным испытуемым проведены Ф.А.Акрамовой и Л.Ю.Абдукадиловой. Далее “Опросник копинг-стратегий (Folkman & Lazarus, 1985)” будет кратко обозначаться как “Опросник К-С (Folkman & Lazarus).

3. Тест «Цель в жизни» Д.Крамбо и Л.Махолик, (1968) (The Purpose in Life Test, PIL (Crumbaugh J.S., Maholick L.T., (1968)) , разработанный авторами в 1960-е годы на основе экзистенциальной психотерапии Виктора Франкла и включает в себя 20 противоположных по смыслу выражений, которые испытуемый должен оценить по шкале Лайкерта от 1 до 7 баллов.

Факторный анализ узбекскоязычной версии позволил выделить пять субшкал, получивших названия, аналогичные с названиями субшкал теста СЖО (смыслоразностные ориентации), который является адаптированным российским учёным Д.Леонтьевым для русскоязычной аудитории вариантом теста «Цель в жизни» (Purpose-in-Life Test, PIL) Джеймса Крамбо и Леонарда Махолика. Субшкала «Цели в жизни» измеряет, есть ли у человека цель в жизни или отсутствует. Субшкала «Процесс жизни» оценивает, насколько человек воспринимает свою жизнь как интересную, эмоционально насыщенную и имеющую смысл. Субшкала «Результативность жизни» оценивает, насколько человек считает, что его прошлая жизнь была продуктивной и имела смысл. Субшкала «Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни)» оценивает уровень уверенности в своей способности контролировать и формировать жизнь. Субшкала «Локус контроля – жизнь» отражает уровень веры в возможность контролировать свою жизнь и свободно принимать, и воплощать решения. Перевод с английского на узбекский язык и адаптация к узбекскоязычным испытуемым проведены Ф.Акрамовой, Л.Ю.Абдукадировой. Далее «Тест «Цель жизни» (Crumbaugh J.S. и др.) будет обозначаться, как «ТЦЖ (Crumbaugh J.S. и др.)».

Статистический анализ был проведён с помощью вычисления коэффициента корреляции Пирсона.

### РЕЗУЛЬТАТЫ

В таблице 1 представлены данные о распределении по полу студентов с ОВЗ, участвовавших в исследовании.

Таблица 1. Распределение студентов с ОВЗ по полу

Испытуемые	Мужчины		Женщины		Общее	
	N	%	N	%	N	%
<b>Студенты с ОВЗ</b>	30	38 %	48	62 %	78	100 %

В данной выборке испытуемых преобладают представители женского пола, которые составляют 62% от общего числа студентов с ОВЗ, в то время как мужчины составляют 38%, что на 24 % меньше, чем женщин. Это свидетельствует о том, что женщин с ОВЗ, ставших студентами вузов, существенно больше. Данная информация будет значима для разработки программ психологической помощи и поддержки, а также мер, направленных на поддержку студентов с ОВЗ в учебном процессе в вузе.

В таблице 2 представлены данные о причинах инвалидности студентов с ОВЗ.

Таблица 2. Причины инвалидности студентов с ОВЗ

№	Причина инвалидности студентов с ОВЗ	N	%
1.	Производственная травма	0	0%
2.	Профессиональная болезнь	0	0%
3.	Инвалидность с детства	70	89 %
4.	Несчастный случай	8	11 %
	<b>Всего</b>	<b>78</b>	<b>100 %</b>

Согласно данным таблицы 2 самой распространённой причиной инвалидности среди студентов с ОВЗ в данной выборке является инвалидность с детства. Количество этих студентов составляет 89 %. Среди студентов с ОВЗ 11 % составляют те, кто стал инвалидом из-за несчастного случая (падение с большой высоты, дорожно-транспортное происшествие и др.). Таких студентов существенно меньше, чем тех, кто приобрёл инвалидность с детства, однако знание причин инвалидности может помочь в адаптации учебных программ и предоставлении необходимой помощи студентам в зависимости от их специфических потребностей и обеспечить

дифференцированный подход при проведении психокоррекционных мероприятий.

Таблица 3. Распределение студентов с ОВЗ в зависимости от типа ограничения в здоровье

Таблица 3. Распределение студентов с ОВЗ в зависимости от типа ограничения в здоровье

№	Тип ограничения в здоровье	N	%
1.	Заболевания внутренних органов	45	58 %
2.	Заболевания органов слуха	3	4 %
3.	Заболевания органов зрения	11	14 %
4.	Заболевания опорно-двигательного аппарата	19	24 %
<b>Всего</b>		<b>78</b>	<b>100 %</b>

В таблице 3 представлено распределение студентов с ОВЗ в зависимости от типа ограничения в здоровье. Самым распространенным типом ОВЗ среди студентов является заболевание внутренних органов, которое охватывает 58% от общего числа студентов с ОВЗ и включает различные хронические заболевания, такие, как сахарный диабет, заболевания почек, сердца, печени, органов пищеварения, эпилепсия и др. Второе место занимают студенты с нарушениями в опорно-двигательном аппарате, проявляющимися в нарушении моторики, искривлении и нарушении деятельности позвоночника, верхних и нижних конечностей и т.п. (24 %).

14% от общего числа студентов с ОВЗ составляют те, у кого есть заболевания глаз, проявляющиеся в полной или частичной потере зрения (таблица 3). Необходимо отметить, что анализ анкетных данных показал, что эти студенты учатся на направлении “Музыкальное образование”, “Педагогика-психология”, “Социальная работа”.

Наименее распространенным типом ОВЗ среди студентов в данной выборке является проблема со слухом, охватывающая всего 4% студентов (таблица 3). Анализ анкетных данных показал, что эти студенты учатся на направлении “Изобразительное искусство”.

Данные подчеркивают важность индивидуального подхода к студентам с разными типами ОВЗ и адаптации образовательных программ и инфраструктуры учебных заведений с учетом потребностей студентов с ОВЗ, специфику каждого типа студентов, чтобы обеспечить равные образовательные возможности для всех студентов и соответствующую психологическую помощь и поддержку.

В таблице 4 представлены коэффициенты корреляции между значениями шкал Опросника КС (Folkman & Lazarus) и результатами субшкал ТЦЖ (Crumbaugh J.S. и др.), полученные у студентов с ОВЗ.

Таблица № 4. Показатели коэффициента корреляции между значениями шкал Опросника КС (Folkman & Lazarus) и результатами субшкал ТЦЖ (Crumbaugh J.S. и др.) у студентов с ОВЗ

Шкалы ОКС (Folkman & Lazarus, 1985) (N=78)	Субшкалы ТЦЖ (Crumbaugh J.S. и др) (N=78)					
	Цели в жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля "Я"	Локус контроля "Жизнь"	Общий показатель осмысленности
Проблемно-фокусированный копинг (N=78)	0.543**	0.426*	0.577**	0.358*	0.362*	0.531**
Фантазирование (N=78)	0.397*	0.289	0.318	0.305	0.401*	0.424*

Примечание: \* $p \leq 0,05$ ; \*\* $p \leq 0,01$

В предоставленной таблице 4 отражены корреляционные связи между копинг-стратегиями

студентов с ОВЗ и результатами по субшкалам ТЦЖ (Crumbaugh J.S. и др). Для студентов с ОВЗ (N=78) характерна тесная связь между проблемно-фокусированным копингом (Problem-Focused Coping) и всеми субшкалами ТЦЖ (Crumbaugh J.S. и др). Высокие положительные корреляционные связи проблемно-фокусированного копинга выявлены с «целями в жизни» ( $r=0.543^{**}$ , при  $p \leq 0,01$ ), «процессом жизни» ( $r=0.426^*$ , при  $p \leq 0,05$ ), «результативностью жизни» ( $r=0.577^{**}$ , при  $p \leq 0,01$ ) и с общим показателем осмысленности жизни ( $r=0.531^{**}$ , при  $p \leq 0,01$ ); умеренная корреляция обнаружена с «локусом контроля «Я»» ( $r=0.358^*$ , при  $p \leq 0,05$ ) и «локусом контроля «Жизнь»» ( $r=0.362^*$ , при  $p \leq 0,05$ ). Полученные результаты свидетельствуют о том, что проблемно-ориентированный копинг студенты с ОВЗ склонены проявлять при условии, что есть цели в будущем, которые придадут их жизни осмысленность, направленность и временную перспективу; они не живут только сегодняшним или вчерашним днем, а поставленные цели имеют реальную опору и направляют этих студентов реально решать проблемы и добиваться целей, а не «витать в облаках», составляя недостижимые, не реальные планы.

**ОБСУЖДЕНИЕ.** Данные о корреляционных связях дают основание делать вывод о том, что студентов с ОВЗ, использующие проблемно-ориентированный копинг, воспринимают сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом; они оценивают пройденный отрезок жизни как продуктивный и осмысленный, связанный с самореализацией. Положительная связь проблемно-фокусированного копинга с «локусом контроля — Я» даёт возможность предполагать, что стремление в сложных обстоятельствах реально решать проблемы возможно в случае, если есть представление о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями, задачами, представлениями о ее смысле, а так же убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Эти результаты указывают на то, что склонность более активно решать свои проблемы и ощущать большую результативность в жизни связана с использованием проблемно-фокусированного копинга. Мы считаем, что данный результат свидетельствует о том, что именно те лица с ОВЗ, которые имеют ясную цель, а также обладают склонностью применять проблемно-ориентированный копинг, стали студентами ВУЗов, так как в течении всего периода, когда у них возникла проблема со здоровьем, они были ориентированы на преодоление трудностей, что укрепило осмысленность их жизни.

Согласно таблице 4, положительная корреляция была выявлена и между копингом «Фантазирование» и такими субшкалами, как «Цели в жизни» ( $r=0.397^*$ , при  $p \leq 0,05$ ), «Локус контроля «Жизнь»» ( $r=0.397^*$ , при  $p \leq 0,05$ ), а так же с результатами по всему тесту ТЦЖ ( $r=0.424^*$ , при  $p \leq 0,05$ ). Если учесть, что осмысленность жизни и копинг-стратегии представляют собой два разных аспекта психологической адаптации и могут взаимодействовать друг с другом различными способами, в частности, фантазирование может быть способом поиска смысла и целей в жизни, либо средством эмоциональной регуляции или ухода от реальных проблем, с учётом корреляций, выявленных по другим параметрам, такая взаимосвязь, по нашему мнению, обусловлена возрастными особенностями студентов с ОВЗ, большинство из которых находятся в юношеском возрасте, когда ставятся долгосрочные жизненные цели, связанные с профессиональными стремлениями, карьерным ростом, созданием семьи и т.д. Принимая во внимание и тот факт, что фантазирование проявляется параллельно с проблемно-фокусированным копингом, следует полагать, что фантазирование не способ ухода от реальных проблем, а способ, способствующий творческому самовыражению для реализации своих способностей на пути к цели с предварительным образным представлением о путях решения возникающих на этом пути проблем.

Выявленные корреляционные связи между проблемно-фокусированным копингом и разнообразными субшкалами теста осмысленности жизни (ТЦЖ, Crumbaugh J.S. и др.) среди студентов с ОВЗ свидетельствуют о том, что применение проблемно-ориентированных стратегий совладания способствует не только адаптации к текущим жизненным обстоятельствам, но и формированию долгосрочной перспективы и стратегического планирования своей жизни в соответствии с жизненной целью. Умеренные корреляционные связи с показателями «локуса контроля 'Я'» и «локуса контроля 'Жизнь'» сигнализируют о потенциальной самоэффективности и уверенности в собственных способностях управлять жизненными сценариями, что является важным фактором психологического благополучия.

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, на основе эмпирических данных проведённого исследования, можно констатировать о том, что успешная академическая интеграция и самореализация среди

студентов с ОВЗ во многом зависят от их способности к проблемно-ориентированному копингу и наличия ясной цели в жизни. При этом условия студенты с ОВЗ будут склонны воспринимать процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом и впоследствии оценивать годы учёбы в вузе, как продуктивный и осмысленный процесс, связанный с самореализацией. Это, в свою очередь, будет способствовать продолжать своё профессиональное и личностное саморазвитие и после окончания вуза.

Мы считаем, что данный результат даёт основание полагать о том, что именно имеющие ясную жизненную цель лица с ОВЗ, развили способность применять проблемно-ориентированный копинг, получили возможность стать студентами ВУЗов, так как в течении всей жизни при возникновении проблем со здоровьем, получением образования, установлением взаимоотношений с окружающими, они были ориентированы на преодоление трудностей при высоком уровне осмысленности жизни. Как только появилась возможность на бюджетной основе получить высшее образование, эти студенты, будучи заинтересованы в саморазвитии, стремясь получить высококвалифицированную профессию, подали документы для поступления в вуз, прошли отбор и стали студентами.

Эти выводы могут иметь значимые импликация для разработки целенаправленных психологических интервенций и программ психологической поддержки студентов с ОВЗ в вузах. В связи с этим рекомендуется усовершенствовать службу психологической помощи и поддержки в вузах таким образом, чтобы оказываемые услуги носили дифференцированный характер, учитывали физические, социально-психологические характеристики, актуальные потребности студентов, в числе которых важное место занимают особенности справления со сложными ситуациями в академической среде. Необходимо формировать у студентов, в первую очередь, у студентов с ОВЗ такие стратегии копинга, как проблемно-ориентированный копинг, поиск социальной поддержки, позитивная переоценка событий. Вместе с этим психологическая помощь должна быть направлена на психокоррекцию таких копингов, как избегание, отрицание, безосновательное фантазирование. Если копинг фантазирование сочетается с эффективными стратегиями, позволяющими активно справляться со стрессом, то можно расценивать фантазирование, как фактор, помогающий предвидеть трудности и предвосхищать хорошие события, ставить цели. В обратном случае, фантазирование может служить сигналом «беспочвенного» фантазирования, свидетельствующего о легкомысленности, склонности уходить от реальности и не выполнять жизненные задачи.

Организация психологической помощи студентам с ОВЗ в вузах может включать в себя психологические тренинги, консультации, психокоррекционные мероприятия, которые направлены на развитие практических навыков решения проблем, постановку целей, определения своего смысла жизни, повышения локуса контроля своего «Я» и локуса контроля «Жизнь», управления фантазиями для использования их в позитивных аспектах в контексте обеспечения психологического благополучия. Также, считаем необходимым предоставлять студентам образовательные программы и тренинги, которые помогут им развивать навыки работы в команде. Это в дальнейшем будет способствовать развитию копинга, связанного с поиском социальной поддержки и поможет им эффективнее решать возникающие на их жизненном пути трудности.

Данные меры будут способствовать преодолению желания находиться на иждивении других лиц и государства, различных форм девиантного поведения, а также повышению качества человеческого капитала лиц с ОВЗ в стране, что является важным условием обеспечения устойчивого развития Узбекистана.

#### Использованная литература:

1. Закон Республики Узбекистан, от 15.10.2020 г. № ЗРУ-641. <https://lex.uz/ru/docs/5049549>
2. Постановление Президента Республики Узбекистан, от 13.10.2020 г. № ПП-4860. <https://lex.uz/ru/docs/5044745>
3. Постановление Президента Республики Узбекистан, от 21.12.2021 г. № ПП-57. <https://lex.uz/docs/5789986>
4. Указ Президента Республики Узбекистан, от 01.12.2017 г. № УП-5270. <https://lex.uz/docs/3436196>
5. Abdukadirova L. Y. Basic scientific and theoretical approaches on learning coping behavior of students who are in difficult life situations //International Journal of Psychosocial Rehabilitation. – 2020. – Т. 24. – №. S1. – С. 543-550.
6. Akmalovna, A. F. (2015). Problems of psychology of gender equality in the system of higher education. Образование через всю жизнь: непрерывное образование в интересах устойчивого развития, 1(13 (eng)), 273-275.
7. Akramova, F. A. (2020). Main requirements psychological service for families. European Journal of Research and Reflection in Educational Science, Great Britain Progressive Academic Publishing. [Electronic resource], 16-18.
8. Amirkhan J. H. Criterion validity of a coping measure // J. Pers. Assess. 1994. Vol. 62. № 2. P. 242-261.
9. Bobonazarovna, Almardanova Salomat. «INTERPRETATION OF STUDENTS' PROFESSIONAL FORMATION AS A PSYCHOLOGICAL PROBLEM.» EUROPEAN JOURNAL OF INNOVATION IN NONFORMAL EDUCATION 2.4 (2022):

149-150.

10. Laura, A. (2019). The main approaches to the study of the difficult life situation in socio-psychological research. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences*, 2019.
11. Lazarus R.S. Psychological stress and the coping process. – N. Y.: McGraw-Hill, 1966. – 466 p.
12. Lazarus, R.S., Folkman, S. Stress, appraisal and coping. / R.S. Lazarus, S. Folkman. – N.Y., 1984 – 456 p.
13. Yulbarsova A. L. SOCIO-PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF FEMALE STUDENTS WITH CHILDREN AS A FACTOR IN THE TRAINING OF HIGHLY QUALIFIED PERSONNEL IN UNIVERSITIES. – 2021.
14. Абдукадирова Л. Ю. Применение метода аутотренинга в укреплении физического и психологического здоровья студентов в трудной жизненной ситуации // Человеческий капитал как фактор социальной безопасности. – 2022. – С. 8-14.
15. Анцыферова Л.М. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование жизненных ситуаций и психологическая защита / Л.М. Анцыферова // Психол. журн. – 1994. – Т.15. – №1. – С.3–18.
16. Битюцкая Е.В. Трудная жизненная ситуация: критерии когнитивного оценивания // Психол. наука и образование. – 2007. – № 4. – С. 87–93.
17. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. – М.: Моск. гос. ун-т, 1984. – 200 с.
18. Всемирный доклад об инвалидности. Женева: Всемирная организация здравоохранения и Всемирный банк, 2011 г. <https://www.unicef.org/uzbekistan/media/5071/file/.pdf>
19. Исакова, Муаззам Тулкиновна. «PROBLEMS OF THE RELATIONSHIP OF A PERSON'S ATTITUDE TO HEALTH WITH ITS INDIVIDUAL AND DYNAMIC FEATURES.» *Современное образование (Узбекистан)* 7 (2021): 42-48.
20. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние, проблемы и перспективы // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2008. – №4. – С.147–153
21. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации: Справочник практического психолога. – М.: ЭКСМО, 2006. – 960 с.
22. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 5. С. 20–30.
23. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 315 с.
24. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. – М.: Академия, 2005. – 288 с.
25. Политова С.П., Исмаилова Н.И. Ученые записки казанского университета. Том 152, кн. 5 Гуманитарные науки, 2010. - С. 213-224.
26. Ташлыков В.А. Психологическая защита у больных неврозами и с психосоматическими расстройствами. – СПб., 1992. – 24 с.
27. Юлдашева М. Б., Эргашова З. Экспериментальное изучение чувства одиночества // *Universum: психология и образование*. – 2021. – №. 5 (83). – С. 31-33.