



Оюутны бэрхшээлийг даван туулах арга замыг судлах нь

Т.Булганзаяа

Монгол Улсын Боловсролын Их Сургууль, Боловсрол Судлалын Сургууль

Холбоо барих зохиогч: bulganzaya@msue.edu.mn



Хүлээн авсан: 2020.04.06

Хянагдсан: 2020.06.30

Зөвшөөрсөн: 2020.07.02

Хураангуй

Оюутнуудад их дээд сургуульд сурч байхад нь олон бэрхшээл саад учирч байдаг бөгөөд тэдгээрийг даван туулах арга замаа олохгүйн улмаас сайн сурч чадахгүй, зарим нь сургуулиа төгсөж чадахгүйд хүрдэг. Энэ өгүүлэлд оюутнуудад тулгарч буй бэрхшээл, санаа зовоож буй асуудлыг тодруулан тэдгээрийг даван туулах арга замыг судлан сорилын баталгаат ба тохироц чанарыг хэмжихийг зорив. Судалгаанд олон улсад түгээмэл хэрэглэгддэг, найдвартай, тохироц чанарын хувьд баталгаажсан аргыг хэрэглэсэн ба энэ нь хувь хүний стрессийг даван туулж буй арга замуудыг үнэлж тодорхойлоход чиглэсэн 28 өгөгдлөөс бүрдсэн өөрийн үнэлгээний сорил юм. Манай улсад тус аргачлалыг хэрэглэж, сэтгэц хэмжил зүйн шинж чанарыг үнэлэх судалгаа хийгдээгүй ба тус судалгааны хүрээнд дээрх аргачлалыг өөрийн улсын хэл рүү хөрвүүлэн МУБИС-д нийгмийн ажлын чиглэлээр суралцаж буй 180 оюутнаар бөглүүлэн, улмаар сорилын сэтгэц хэмжил зүйн шинж чанарыг үнэлсэн. Сорилын Кронбах альфа 0.78 (дэд хэмжүүр нь 0.77-0.78) байна. Бэрхшээлийг даван туулах арга замыг тодорхойлох сорилын 3 хүчин зүйл бүхий загвар нь хүчин зүйл батлах шинжилгээний үр дүнгээр батлагдаагүй тул хүчин зүйл тодруулах шинжилгээ хийж, үр дүнд нь 10 хүчин зүйл бүхий загвар тодорхойлогдов. Үүссэн загвар нь загварын тестийн үзүүлэлтээр CFI (0.96), RMSEA (0.03), and TLI (0.95), AIC (525.098) тус тус байсан нь загварын тохироц чанарын шаардлага хангаж байгааг илэрхийлж байна гэж дүгнэсэн.

Түлхүүр үг

Стресс, даван туулах чадвар, оюутан

Удиртгал

Монгол улс нь харьцангуй залуу хүн амтай орон юм. 2019 оны байдлаар 160 мянга орчим оюутан, суралцагчид манай улсын их, дээд сургуулиудад суралцаж байна (National Statistical office of Mongolia., 2020). Улс орны нийгэм, эдийн засаг, соёл, хүрээлэн буй орчин, мэдээлэл технологийн салбарт тохиож буй хурдацтай өөрчлөлт шинэчлэлт нь өнөөгийн хүүхэд, залуучуудад хүчтэй

нөлөөлж байна. Дээд боловсролтой болж, мэргэжил эзэмших нь өнөөгийн нийгмийн зайлшгүй шаардлага болсонтой холбогдуулан залуучуудын олонх нь их сургуульд элсэн суралцаж байна. Үүнийг дагаад их сургуулийн сургалтын төлбөр, орон байрны ба бусад зардлыг төлөх зэрэг эдийн засгийн ачаалал нь эцэг эх, өрх гэрийн хувьд том дарамт үүсгэдэг бол бие даан амьдрах, суралцах, хувь хүний хувьд төлөвших, сургуулиа амжилттай төгсөх нь оюутан залуучуудын хувьд амьдралын том сорил болдог. Ийнхүү авч үзвэл оюутны суралцах үйл явц нь өрх гэр, хувь хүний хувьд амьдралын шилжилтийн чухал үе ба энэ үеийг хэр амжилттай даван туулахаас хувь хүн, өрх гэрийн амьдралын цаашдын ирээдүй хамаарч байдаг гэхэд хилсдэхгүй. Гэвч оюутан бүр энэ үеийг амжилттай даван туулж, хүссэн боловсролын түвшин, мэргэжлийн ур чадвар, амьдралд хэрэгтэй хандлагыг тэр бүр эзэмшиж чадахгүй байна. Хичээлдээ сонирхолгүй, идэвх оролцоо муу байх, хичээл таслах, хоцрох, жилийн чөлөө авах, улмаар их сургуулиас гарах зэрэг үзэгдэл оюутан, суралцагчдын дунд түгээмэл байгаа нь оюутнууд амьдралын чухал энэ үеийг амжилттай даван туулж чадахгүй байгааг харуулна. Хэдийгээр их сургуульд сурахтай холбоотой үүсэж буй бэрхшээл саадыг даван туулах нь тухайн хүүхдийн ар гэрийн боломж, эцэг эхийн дэмжлэг, сургалтын чанар, хүртээмж зэрэг олон талт хүчин зүйлээс хамаарах хэдий ч тухайн хүүхдийн хувь хүний онцлог, тэр дундаа бэрхшээлийг даван туулах арга барилаас ихээхэн хэмжээгээр хамаарна.

Иймд оюутан залуучуудын дунд амьдралд тохиолдож буй стресс бүхий нөхцөл байдлыг хэрхэн даван туулж буй талаар судлах нь тэдний суралцах үйл явцыг дэмжихэд ач холбогдолтой зүйл юм. Манай улсад энэ талаар хийгдсэн судалгаа шинжилгээний ажил ховор бөгөөд хэрхэн судлах талаар нарийн мэдлэг, мэдээлэл хангалттай биш байна.

Хувь хүн тулгамдаж буй бэрхшээл, сорилыг хэрхэн даван туулж буй үйл явцыг судлах судалгаа дэлхий дахинаа тэртээ 1960-аад оноос эрчимтэй хийгдэж эдүгээ арга, аргачлалын хувьд өндөр түвшинд хүрсэн. Стрессийн түвшин тогтоох, улмаар стрессийг даван туулах ялгаатай арга барил, хандлага, тэдгээрийн үр нөлөөг тодорхойлох судалгаа, оношилгооны арга, аргачлал олон тоогоор боловсруулагдаж, үр дүн нь практикт нэвтэрсэн хэдий ч манай улсад тэдгээрийг улс орондоо нутагшуулах, улмаар өөрийн орны онцлогт нийцсэн арга хэрэгслийг хөгжүүлэх асуудал учир дутагдалтай байна.

Оюутнуудын стрессийн байдлыг судлахын хамт энэ чиглэлийн судалгаанд түгээмэл хэрэглэгддэг олон улсад хүлээн зөвшөөрөгдсөн аргачлал болох бэрхшээлийг даван туулах арга замын сорилыг англи хэлнээс монгол хэл рүү орчуулж, аргачлалын баталгаат чанарт хэмжилт хийхийг зорьсон. Судалгааны мэдээлэлд анхан шатны ба гүнзгийрүүлсэн шинжилгээ хийж, аргачлалын дотоод зохицлын баталгаат чанарыг хэмжиж, конструкт тохироц чанарыг хүчин зүйлийн шинжилгээ, загварын тестийн индексүүдээр үнэллээ. Судалгааны үр дүнд аргачлалын сэтгэц хэмжил зүйн шинж чанарын үзүүлэлтүүд сайн гарсан.

Кронбах альфа 0.78 (дэд хэмжүүр нь 0.77-0.78) байна. Бэрхшээлийг даван туулах арга замыг тодорхойлох сорилын 3 хүчин зүйл бүхий загвар нь хүчин зүйл батлах шинжилгээний үр дүнгээр батлагдаагүй тул хүчин зүйл тодруулах шинжилгээ хийж, үр дүнд нь 10 хүчин зүйл бүхий загвар тодорхойлогдов. Үүссэн загвар нь загварын тестийн үзүүлэлтээр CFI (0.96), RMSEA (0.03), and TLI (0.95), AIC (525.098) тохироц чанарын шаардлага хангаж байна.

Тус судалгааны үр дүнд бэрхшээлийг даван туулах арга замыг тодорхойлох сорил нь дотоод зохицлын баталгаат чанар, конструкт тохироц чанарын шаардлага хангаж байгаа хэдий ч практикт нэвтрүүлэхийн тулд бусад судалгаанд хэрэглэн, хүчин зүйлийн батлах ба тодруулах шинжилгээ хийх замаар аргачлалыг сайжруулах шаардлагатай.

Стресс, түүнийг даван туулах арга зам

Стресс гэдэг нь хүчтэй нөлөөлөл ба хүрээлэн буй орчны таагүй өөрчлөлтийн улмаас хүний бие махбод, сэтгэл зүйд гарч буй өвөрмөц хамгаалах хариу үйлдэл юм. Хүний амьдрал, үйл ажиллагааг стрессгүйгээр төсөөлөхийн аргагүй бөгөөд хүн бүр өдөр тутам их, бага ямар нэгэн хэмжээгээр стресст өртөж байдаг. Тиймд стресс бол амьдралын зайлшгүй нөхцөл, хөдөлгөгч хүч юм.

Стрессийн талаарх судалгаанд стрессийг хэрхэн даван туулж буй үйл явцыг судлах нь онол, практикийн ач холбогдолтой гэж үзэх хандлага эрдэмтэн судлаачдын дунд нэмэгдэж байна. Стрессийг даван туулах гэдэг нь тухайн хүний хүчин чадал, нөөц боломжоос давсан шаардлагад хүрэхийн тулд гаргаж буй танин мэдэхүй, зан үйлийн хүчин чармайлтыг хэлнэ. (Lazarus, R. S., Folkman, S., 1984, p. 22) Хүний стрессийг даван туулах үйл явц нь нэг шатнаас нөгөө шатанд шилжиж байдаг динамик шинж чанартай (Aldwin, 2007, p. 238). Стрессийг даван туулах үйл явц нь анхдагч танин мэдэхүй (primary appraisal), хоёрдогч танин мэдэхүй (secondary appraisal) ба даван туулах гэсэн үе шатыг дамжин өрнөдөг. (Carver, C. S., Scheier, M. F., Weintraub, J. K., 1989, p. 267) Анхдагч танин мэдэхүй нь хүний аливаа аюул занал буюу өдөөгчийг хүлээн авах үйл явцыг хэлэх ба энэ нь хүнд эсвэл хөнгөн, чухал эсвэл чухал биш, аюултай эсвэл аюул багатай, хамаатай эсвэл хамааралгүй гэх мэт тухайн хүн стресс үүсгэгчийг анх хэрхэн хүлээн авч буй байдлыг хэлдэг. Өөрөөр хэлбэл хувь хүний зүгээс “энэ миний хувьд аюул занал мөн үү?” гэдэгт өгч буй хариулт юм. Хүн стресс үүсгэгчийг анх хэрхэн хүлээж авснаас хамаарч түүнийг даван туулах үйл явц ялгаатай байдаг. Хоёрдогч танин мэдэхүй нь тухайн аюул заналд хариу үйлдэл үзүүлэх өөрийн чадвар, боломжийн талаар эргэцүүлэн тунгаахыг хэлнэ. Товчоор хэлбэл “би энэ аюул заналыг даван гарч чадах уу?” гэдэгт өгч буй хариулт юм. Хувь хүний өөртөө итгэх итгэл ба өөрийн үнэлэмж хоёрдогч танин мэдэхүйд чухал нөлөөтэй. Стресс үүсгэгчийг даван туулж чадна гэсэн өөртөө итгэлтэй байдал нь тухайн хүнийг дэмжиж байдаг. Гэхдээ тухайн хүний өөрийн үнэлэмж бодитой байх нь чухал юм. Даван туулах боломжгүй стресс үүсгэгчийн үед өөрийн үнэлэмж хэт өндөртэй байснаар хий дэмий хүчин чармайлт гаргаж улам стресст өртөж ядарч

сульдахад хүргэдэг (Blonna, 1996, p. 51). Стрессийг даван туулах ямар арга хэрэглэх нь тухайн хүний анхдагч ба хоёрдогч танин мэдэхүйгээс хамаардаг. Даван туулах арга нь стрессийн үр нөлөөг ихэсгэж эсвэл бууруулах нөлөө үзүүлж болох ба үр дүнд нь зарим хүмүүс стрессээс ангижирч байхад нь зарим нь улам бүр стресст өртдөг.

Судалгааны аргачлал: Бэрхшээлийг даван туулах арга замыг тодорхойлох сорил

Стрессийг даван туулахын тулд хүмүүсийн хэрэглэж буй арга замыг олон төрөл ангилалд хуваадаг. Эдгээрээс 1989 онд Лазарус ба Фолкман нарын боловсруулсан “шийдвэрлэх” ба “зайлсхийх” гэсэн ангилал түгээмэл хэрэглэгддэг. Стресс үүсгэгчийг арилгах, түүний сөрөг нөлөөллийг бууруулахад чиглэсэн тодорхой алхмуудыг төлөвлөн хэрэгжүүлэх нь асуудлыг шийдвэрлэхэд чиглэсэн даван туулах аргад хамаарна. Харин зай барих, өөрийгөө хянах, үүрэг хариуцлагаа хүлээн зөвшөөрөх, зугтаах/зайлсхийх, эерэг талаас харах зэргийг стресс бүхий нөхцөл байдлаас үүдэн бий болж буй сэтгэл хөдлөлийг багасгах, урьдчилан сэргийлэхэд чиглэсэн учраас бэрхшээлээс зайлсхийх хандлага гэж үздэг. Хэдийгээр ихэнх стресс үүсгэгчийн үед аль аль арга зам хэрэглэгддэг ч стресс үүсгэгчийн эсрэг ямар нэгэн зүйл хийж болно гэсэн итгэл найдвар зонхилж байх үед хүмүүс асуудлыг шийдвэрлэх арга замыг илүүтэй хэрэглэдэг бол стресс үүсгэгчийн эсрэг ямар нэгэн зүйл хийхээс тэвчих нь илүү үр дүнтэй гэж бодсон үед асуудлаас зайлсхийсэн арга замуудыг хэрэглэх хандлагатай байдаг (Carver, C. S., Scheier, M. F., Weintraub, J. K., 1989, p. 267).

Тус судалгааны хүрээнд стрессийг даван туулах арга замын судалгаанд түгээмэл хэрэглэгддэг аргачлал болох тестийн баталгаат (reliability) ба тохироц чанарын (validity) шалгуурыг хангасан аргачлалын нэг болох Карвер нарын эрдэмтдийн боловсруулсан “Бэрхшээлийг даван туулах арга замыг тодорхойлох сорил”-ыг монгол хэл рүү орчуулж, туршиж, нийгмийн ажлын оюутнуудын дунд судалгаа хийж, аргачлалын сэтгэц хэмжил зүйн шинж чанарууд болох дотоод зохицлын баталгаат чанар ба конструкт тохироц чанарыг үнэлэв. 1989 онд анх COPE (Coping Orientation to Problems Experienced) нэртэйгээр гарч байсан уг аргачлалыг зохиогчид нь 1997 онд сайжруулан хураангуйлж Brief-COPE нэртэйгээр дахин боловсруулсан. Энэ нь стрессийг даван туулахын тулд хүмүүсийн хэрэглэдэг арга замуудыг тодорхойлоход зориулагдсан 28 өгөгдөл бүхий өөрийн үнэлгээний арга хэрэгсэл юм. Судалгаанд оролцогч асуулт тус бүрд Лайкертын 4 хэмжүүр бүхий (4=байнга, 3= нэлээд их 2=бага зэрэг 1= огт үгүй) хариултаас өөрт тохирохыг сонгоно. Тус аргачлал нь даван туулах ялгаатай арга замуудыг төлөөлсөн, тус бүр 2 өгөгдөл бүхий 14 дэд хэмжүүрээс бүрдсэн. Бэрхшээлийг даван туулах арга замыг тодорхойлох сорилын дэд хэмжүүр буюу даван туулах арга замуудыг тайлбарлая.

- 1) *Хүлээн зөвшөөрөх* гэдэг нь тохиолдож буй бодит байдлыг хүлээн зөвшөөрч, түүний хүрээнд амьдрахад суралцах;
- 2) *Сэтгэл санаагаа хуваалцах* нь бусад асуудлаа ярьж тайвшрах, улмаар ойлголцол, сэтгэл санааны дэмжлэг, эерэг хандлагыг авах;
- 3) *Тоглоом наргиан хийх* нь тулгарч буй асуудлыг тоглоом наргиа болгон өнгөрөөх;
- 4) *Эерэг талаас харах* гэдэг нь нөхцөл байдлыг өөр талаас харахыг хичээх, тухайн нөхцөлд байгаа сайн талыг харах, өөдрөг хандах;
- 5) *Сүсэглэж бишрэх* гэдэгт шашинд итгэж бишрэх, мөргөл үйлдэх, бясалгал хийх зэргээр тайвшралыг олох;
- 6) *Идэвхтэй даван туулах* гэдэг нь нөхцөл байдлыг өөрчлөхөд чиглэсэн ямар нэгэн юм хийх, арга хэмжээ авахад төвлөрөх;
- 7) *Бусдын дэмжлэг авах* гэдэг нь бусад хүмүүсийн зөвлөгөө заавар, тусламж авах, эсвэл авахыг хичээх, хүсэх;
- 8) *Төлөвлөх* гэдэг нь юу хийх, ямар арга хэмжээ авах буюу цаашид хэрхэх талаар стратеги боловсруулах, ямар алхмууд хэрэгжүүлэх талаар нухацтай бодох;
- 9) *Үл хайхрах* гэдэг нь асуудлыг даван туулах оролдлого хийхээ болих буюу хайхрахгүй орших;
- 10) *Үгүйсгэх* гэдэг нь өөртөө энэ бол бодит зүйл биш гэж хэлэх буюу ийм зүйл тохиолдсонд итгэхээс татгалзах;
- 11) *Өөрийгөө сатааруулах* гэдэг нь тухайн асуудлын талаар бодохоос зайлсхийж, ажил болон өөр бусад зүйлд анхаарлаа төвлөрүүлэх, эрч хүчээ өөр зүйлд хандуулах;
- 12) *Өөрийгөө буруутгах* гэдэг нь тухайн болсон нөхцөл байдалд өөрийгөө буруутгах, өөртөө шүүмжлэлтэй хандах;
- 13) *Согтууруулах ундаа хэрэглэх* нь сэтгэл санаагаа дээрдүүлэх эсвэл бэрхшээлийн цаана гарахын тулд архи, согтууруулах ундаа, мансууруулах бодис зэргийг хэрэглэх;
- 14) *Гадагшлуулах* гэдэг нь өөрт төрж буй тааламжгүй мэдрэмж, сөрөг сэтгэлийн хөдөлгөөнөө илэрхийлэх үг үйлдэл гаргах;

Тус аргачлалыг өөрийн улс оронд нутагшуулах чиглэлээр сэтгэц хэмжил зүйн шинж чанарыг үнэлсэн судалгаа дэлхийн хэд хэдэн улсад хийгдсэн. Испани хэл рүү орчуулсан хувилбарыг Пержек нарын эрдэмтэд 2000 онд анх Испани улсад хийсэн бол Чили, Мексик, Уругвай зэрэг улсад дараа дараагийн судалгаа хийгдсэн (García, F. E., Barraza-Peña, C. G., Wlodarczyk, A., Alvear-Carrasco, M., Reyes-Reyes, A., 2018, p. 3) Чили улсад 2015 онд хийгдсэн судалгаагаар аргачлалын 28 өгөгдлийг төлөөлсөн 8 хүчин зүйл тодорхойлогдсон бол 2013 онд Мексикт хөхний хорт хавдартай 203 өвчтөнд хийгдсэн судалгаагаар 17 өгөгдлийг төлөөлсөн 7 хүчин зүйл тодорхойлогджээ. 2016 онд Уругвайд хийгдсэн судалгаагаар 24 өгөгдлийг төлөөлсөн 4 хүчин зүйл тодорхойлогдсон байна

(Reich, 2016, p. 625). Тус аргачлалын франц хэл дээрх хувилбарыг хэмжих судалгаа анх 2003 онд 1834 оюутны дунд хийгдэж байсан бол 2017 онд хавдартай хүмүүсийн дунд тус тус хийгдсэн ба судалгааны үр дүнд 4 хүчин зүйл тодорхойлогдсон (Baumstarck, 2017, p. 6). Харин Хятад улсад ХДХВ-гэй хүмүүсийн дунд аргачлалын хэмжилтийн судалгаа хийгдсэн ба 6 хүчин зүйл бүхий загвар тодорхойлогдсон. (Su, 2015)

Судалгаанд 2019-2020 оны хичээлийн жилд МУБИС-д нийгмийн ажлын чиглэлээр суралцаж буй 2, 3-р курсийн 180 оюутныг магадлалт бус түүвэрлэлтийн аргаар сонгон хамруулсан. Оюутнуудад судалгааны зорилго, ач холбогдлын талаар урьдчилан мэдээлж, сорилыг сайн дурын үндсэн дээр бөглүүлэв. Судалгааны асуулга нь үндсэн 3 хэсэгтэй ба 1-р хэсэгт хүн ам зүйн мэдээлэл, үүнд оюутны нас, хүйс, суралцаж буй курс, гэрлэлтийн байдал, цагийн ажил эрхлэлтийн тухай, 2-р хэсэгт оюутны стрессийн байдал, үүнд санаа зовж буй асуудал, хугацаа, хүндрэлийн түвшин зэргийг судалсан бол 3-р хэсэгт бэрхшээлийг даван туулах арга замын сорилын өгөгдлүүд тус тус багтсан. Судалгааны мэдээлэлд эхлээд статистикийн анхан шатны шинжилгээ хийж, нэрлэсэн хэмжилтээр хэмжигдсэн мэдээллийг давтамж ба хувиар, тасралтгүй хэмжилтээр хэмжигдсэн хувьсагчийн арифметик дундаж ба стандарт хазайлтыг тус тус тооцсон. Сорилын конструкт тохироц чанарыг үнэлэхдээ Күүлидж нарын эрдэмтдийн боловсруулсан 3 хүчин зүйл бүхий загварт хүчин зүйл батлах шинжилгээг (CFA) хийсэн (Coolidge FL, 2000). Хүчин зүйл батлах шинжилгээний үр дүнд загвар 1 -ийн индексийн үзүүлэлт шаардлага хангаагүй тул өгөгдлийн санд хүчин зүйл тодруулах шинжилгээг (EFA) хийсэн.

Зураг 1 Загвар 1 -ын дүрслэл

Сэтгэл хөдлөлд тулгуурласан арга зам	5 арга зам	Сэтгэл санааны дэмжлэг авах Эергээр харах Хүлээн зөвшөөрөх Сүсэглэх Тоглоом наргиан хийх
Асуудалд төвлөрсөн арга зам	3 арга зам	Идэвхтэй байх Төлөвлөх Арга зүйн дэмжлэг авах
Дисфункциональ арга зам	6 арга зам	Сэтгэл хөдлөлөө гадагшлуулах Үгүйсгэх Согтууруулах ундаа хэрэглэх Үгүйсгэх Өөрийгөө сатааруулах Өөрийгөө үгүйсгэх

Хүчин зүйл тодруулах шинжилгээ хийхэд түүврийн тохирох чанарыг шалгах үүднээс КМО (Kaiser-Meyer-Olkin) ба Бартлеттийн сорил (Bartlett's test of sphericity) шинжилгээг тус тус хийсэн (Kienfie Liao, 2011). Хувийн утга (Eigen value) нэгтэй тэнцүү ба түүнээс илүү байхаар тооцоолсон. Сорилын өгөгдлүүдийн дотоод зохицлыг Пирсоны корреляцийн коэффициент ашиглан

тооцсон. Дотоод зохицлын баталгаат чанар нь сорилыг бүрдүүлэх даалгавруудын хоорондын интеркорреляцийн холбоо хамаарлын хэм хэмжээнд суурилж баталгаат чанарыг тодорхойлох арга юм (Б.Туяа, 2017, х. 55). Корреляцийн хамаарлыг 0.4 ба түүнээс дээш утгатай байх нь өгөгдөл хоорондын хамаарлыг тодорхойлж дотоод зохицлын баталгаат чанарыг илэрхийлж байна гэж үзэв.

Хүчин зүйл тодруулах шинжилгээний үр дүнд гарсан загварын тест хийхэд дараах индексүүдийг ашигласан. (MacCallum, 1996)

- a) χ^2 - тестийн тохирлыг харуулдаг утга
- b) χ^2/df - 2 ба түүнээс доош утга нь загварын тохирлыг илтгэнэ.
- c) RMSEA (Root Mean Square of Approximation) - утга ≤ 0.05 нь загварын тохироц чанарыг илтгэнэ.
- d) NFI (normed fit index)
- e) NNFI (non-normed fit index)
- f) CFI (Confirmatory fit index) утга ≥ 0.90 нь тохироц чанарыг илтгэнэ. Утга ≥ 0.95 бол тохироц чанар сайн байгааг илтгэнэ.
- g) TLI Tucker-Lewis index - утга ≥ 0.90 нь тохироц чанарыг илтгэнэ. Утга ≥ 0.95 бол тохироц чанар сайн байгааг илтгэнэ.
- h) PNFI (Parsimony normed fit index) - 0.50-аас их утга тохироц чанарыг илтгэнэ.
- i) AIC (Akaike's information criterion) – загваруудыг харьцуулахад хэрэглэгддэг индекс бөгөөд утга доод хэмжээ заах тусам загварын тохирол сайн байгааг илтгэнэ.

Мэдээлэлд анхан шатны ба гүнзгийрүүлсэн боловсруулалт шинжилгээ хийхдээ SPSS 20.0 ба AMOS 23.0 програмуудыг тус тус ашиглав.

Судалгааны түүвэр, оюутны ерөнхий шинж төрхийн үзүүлэлт

Судалгаанд хамрагдсан оюутны нас 18-21 насны хооронд хэлбэлзэж байсан ба насны дундаж 19.3 (стандарт хазайлт 0.8) байсан. Оюутнуудын дийлэнх нь буюу 77.4 хувь нь 19-20 насных байв. Мөн 84.3 хувь буюу дийлэнх нь эмэгтэйчүүд, гуравны нэг нь түрээсийн байранд амьдардаг, гуравны хоёр нь ганц бие байна (Хүснэгт 1).

Хүснэгт 1 Судалгаанд хамрагдсан оюутны нийгэм, хүн ам зүйн шинж байдал

Шинж төрх	Хариултын давтамж (тоо)	Хариултын хувь (%)
Нас		
18 нас	25	13.8
19 нас	87	48.1
20 нас	53	29.3
21 нас	16	8.8
Хүйс		
Эрэгтэй	26	14.4
Эмэгтэй	153	84.5
Курс		
2-р курс	89	49.2
3-р курс	92	50.8
Амьдардаг газар		
Дотуур байр	30	16.6
Түрээсийн байр	63	34.8
Хамаатны айл	41	22.7
Өөрийн гэрт	47	26.0
Харилцаа		
Ганц бие	122	67.4
Гэрлэсэн	4	2.2
Хамтран амьдардаг.	15	8.3
Үерхдэг найзтай.	40	22.1

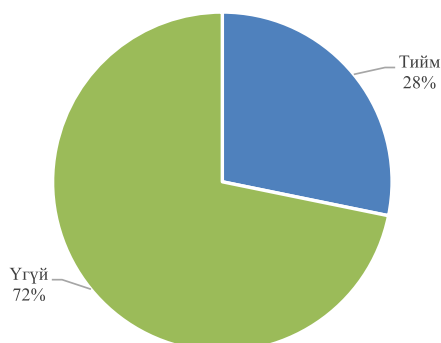
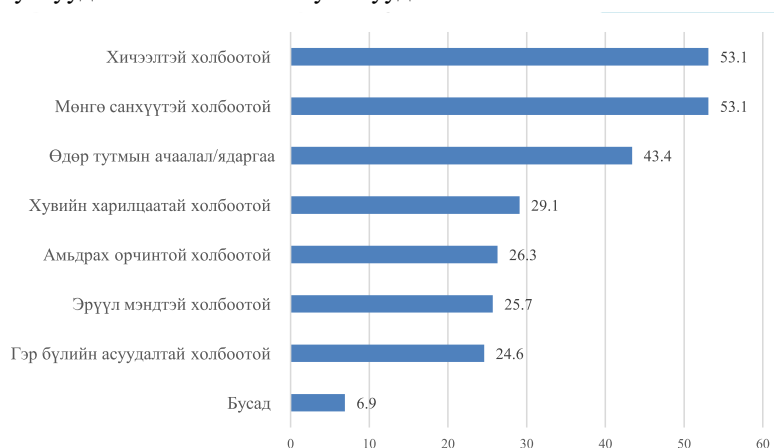
Оюутнуудын 28.2 хувь нь суралцахын хажуугаар цагийн ажил хийж байв (Зураг 2). Оюутны цагийн ажил нь нэг талаас тухайн оюутны сургалтын төлбөр, байрны түрээс, өдөр тутмын зардалтай холбоотой санхүүгийн бэрхшээлийг шийдвэрлэх үүднээс хийж буй алхам хэдий ч манай улсад ажил эрхлэлтийн төрөл, хэлбэр, ажлын байрны орчин нөхцөл, цалин хангамж зэргээс шалтгаалан оюутны суралцах үйл явцад сөргөөр нөлөөлөх талтай байна. Цагийн ажил эрхэлж буй оюутанд ажил эрхлэлт нь нэмэлт дарамт үүсгэснээр тухайн оюутан хичээл сурлагадаа муудах, нийгмийн идэвх сулрах хандлага түгээмэл ажиглагддаг.

Оюутанд тулгарч буй бэрхшээл, түүнийг даван туулах арга зам

Судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 92.2 хувь нь сүүлийн 6 сарын дотор сэтгэлийг нь зовоосон ямар нэг асуудалтай байсан байна. 2 оюутан тутмын 1 нь хичээл ба мөнгө санхүүтэй холбоотой асуудалтай бол 3 оюутан тутмын 1 нь хувийн харилцаа, амьдрах орчин, эрүүл мэнд, гэр бүлийн хүрээний асуудал тэдний сэтгэлийг зовоож байна гэжээ (Зураг 3). Тухайн сэтгэл зовоож буй зүйлээс болж учрах дарамтыг хэр их гэж үнэлэх вэ гэхэд 2 оюутан тутмын 1 нь маш их ба ерөнхийдөө их дарамттай (52.3) гэж үзсэн бол дунд зэрэг дарамттай гэж 35.8 хувь нь үзсэн байна.

Зураг 2 Оюутны цагийн ажил эрхлэлтийн байдал

Та суралцахын хажуугаар цагийн ажил хийж байна уу?

**Зураг 3** Оюутнуудын санааг зовоож буй асуудал

Стресс, түүнийг даван туулах үйл явц нь нас, хүйс, нийгэм, эдийн засгийн байдал, хувь хүний зан төлөвийн онцлог, соёл зэрэг олон хүчин зүйлээс хамаардаг. Эрчүүдтэй харьцуулахад эмэгтэйчүүдэд сэтгэл зүйн дарамт илүүтэй зонхилдог ба үүнтэй холбоотой тэд сэтгэл хөдлөлд тулгуурласан даван туулах аргуудыг хэрэглэх хандлагатай байдаг байна. Харин эрэгтэйчүүдийн дунд архи, согтууруулах ундаа хэрэглэх замаар асуудлаа даван туулах хандлага эмэгтэйчүүдээс илүү байдаг. Хүүхэд, өсвөр үеийнхнийг судалсан судалгаагаар охид бэрхшээл тохиолдох үед бусдын дэмжлэгийг авдаг бол хөвгүүд зайлсхийх стратегийг хэрэглэх хандлагатай байдгийг тогтоожээ (Matud, 2004, p. 5). Бэрхшээлийг даван туулах арга зам сорилын дэд хэмжүүрийн арифметик дунджийн үзүүлэлтэд дүн шинжилгээ хийхэд бэрхшээлийг эерэг талаас харах, сэтгэлийн хөдөлгөөнөө гадагшлуулах (2.81), идэвхтэй байх, төлөвлөх (2.66), өөрийгөө буруутгах (2.43), арга зүйн ба сэтгэл санааны дэмжлэг авах (2.24) аргуудыг илүүтэй хэрэглэх хандлагатай байна. Харин согтууруулах ундаа

хэрэглэх арга (1.28) хамгийн бага хэрэглэгддэг байна. Хүйсээр авч үзвэл бэрхшээлийг даван туулахын тулд түгээмэл хэрэглэгдэж буй дээрх арга замуудыг эмэгтэй оюутнууд эрэгтэй оюутнуудаас илүү идэвхтэй хэрэглэх хандлагатай байна. Гэхдээ ганц согтууруулах ундаа хэрэглэх арга замыг эрэгтэйчүүд эмэгтэйчүүдээс илүү хэрэглэсэн байна. Судалгаанд хамрагдсан оюутнуудад эрэгтэйчүүдийн эзлэх хувь дөнгөж 15 хувь орчим байхад согтууруулах ундаа хэрэглэх арга илүү байгаа нь эрэгтэйчүүд стрессээ тайлах эерэг арга хэрэглэх нь дутмаг гэдэг нь харагдаж байна.

Бэрхшээлийг даван туулах арга зам аргачлалын баталгаат чанарын коэффициент болох Кронбах альфа нь 0.78 (дэд хэмжүүр нь 0.77-0.78) байв. Дэд хэмжүүр бүрийн арифметик дундаж ба стандарт хазайлтуудыг хүснэгт 2-д дүрслэв.

Хүснэгт 2 Оюутнуудын бэрхшээлийг даван туулах арга замуудын шинжилгээ

Хүчин зүйлийн дугаар	Дэд хэмжүүрүүд	Нийт		Эрэгтэй		Эмэгтэй	
		Арифметик дундаж	Стандарт хазайлт	Арифметик дундаж	Стандарт хазайлт	Арифметик дундаж	Стандарт хазайлт
Хүчин зүйл 1	Арга зүйн дэмжлэг авах Сэтгэл санааны дэмжлэг авах	2.24	0.76	2.06	0.71	2.27	0.76
Хүчин зүйл 2	Идэвхтэй байх Төлөвлөх	2.66	0.57	2.47	0.52	2.69	0.57
Хүчин зүйл 3	Согтууруулах ундаа хэрэглэх	1.28	0.61	1.35	0.73	1.27	0.59
Хүчин зүйл 4	Тоглоом наргиан болгон өнгөрөөх	1.97	0.85	1.85	0.81	1.99	0.86
Хүчин зүйл 5	Бууж өгөх Үгүйсгэх	1.78	0.59	1.70	0.49	1.79	0.61
Хүчин зүйл 6	Сүсэглэж залбирах	1.85	0.87	1.85	0.77	1.85	0.89
Хүчин зүйл 7	Эергээр харах Сэтгэл хөдлөлөө гадагшлуулах	2.81	0.67	2.48	0.69	2.87	0.66
Хүчин зүйл 8	Өөрийгөө буруутгах	2.43	0.85	2.15	0.66	2.48	0.87
Хүчин зүйл 9	Хүлээн зөвшөөрөх	2.09	0.76	1.89	0.68	2.13	0.77
Хүчин зүйл 10	Өөрийгөө сатааруулах Үгүйсгэх	2.29	0.62	2.21	0.55	2.30	0.63

Судалгаанд эрдэмтэн Куулидж нарын боловсруулсан гурван хүчин зүйл бүхий загварт хүчин зүйлийн батлах шинжилгээ хийсэн ба тус загварыг загвар 1 хэмээн нэрлэв. Хүснэгт 3-г дүрсэлсэн хүчин зүйл батлах шинжилгээний үр дүнгээр загвар 1 -ийн индексийн үзүүлэлтүүд шалгуурыг хангаагүй. Хүчин зүйл

тодруулах шинжилгээ хийхэд 10 хүчин зүйл бүхий загвар тодорхойлогдсоныг загвар 2 хэмээн нэрлэв. Загварын тестийн үзүүлэлтүүдийг харахад загвар 2 нь индексүүдийн шалгуурыг хангаж байна. Загварын тохирлыг харуулдаг дараах индексүүдийн үр дүнг харахад RMSEA үзүүлэлтийн утга 0.03 байгаа нь 0.05-аас бага, CFI ийн утга 0.96 байгаа нь 0.95–аас их, TLI ийн утга 0.95 байгаа нь 0.90-с их, AIC 525.098 байгаа нь тус тус загварын тохирлыг илтгэж байна.

Хүснэгт 3 Хүчин зүйлийн батлах ба тодруулах шинжилгээний загваруудын индексийн үзүүлэлтүүд

	Хүчин зүйлийн тоо	X^2	df	X^2/df	RMSEA	NFI	CFI	TLI	GFI	PNFI	AIC
Загвар 1 (Хүчин зүйл батлах шинжилгээ-ний загвар)	3	261.132	74		0.11	0.494	0.56	0.45		0.40	351.13
Загвар 2 (Хүчин зүйл тодруулах шинжилгээний загвар)	10	1605.276	378	4.24	0.03	0.803	0.96	0.95	0.87	0.63	525.098

Тодорхой хүчин зүйлд харьяалагдах өгөгдлийн төлөөллийн “eigenvalue” (хувийн утга) 1-ээс дээш гэсэн шалгуураар үзэхэд нийт 10 хүчин зүйл өгөгдлийн хариултын 78.8% ийг тайлбарлаж байна. Өгөгдлийн минимум төлөөллийг 0.40 (энэ нь стандарт хэмжигдэхүүн болно) байхаар сонгон авахад нэг өгөгдөл хоёр хүчин зүйлд зэрэг төлөөлөлтэй гарсан. (“Би тэр тухай бодохгүйн тулд ном унших, кино зурагт үзэх, унтах, дэлгүүр хэсэх зэргээр ямар нэгэн зүйл хийсэн”).

Хүснэгт 4 Хүчин зүйл тодруулах шинжилгээний үр дүн

Бэрхшээлийг даван туулах арга замыг тодорхойлох сорилын өгөгдлүүд ба дэд хэмжүүрүүд	Хүчин зүйл									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
23.Цаашид хэрхэх, юу хийх талаар бусад хүмүүсээс асууж зөвлөгөө авч байсан.	Арга зүйн дэмжлэг	.872								
15.Бусдын зөвлөгөө, заавар, дэмжлэгийг авсан.	Сэтгэл санааны дэмжлэг	.869								
5.Бусдаас сэтгэл санааны дэмжлэг авсан.	Сэтгэл санааны дэмжлэг	.828								
10.Бусад хүмүүст асуудлаа хэлж, тэдний тусламжийг авсан.	Арга зүйн дэмжлэг	.811								
7.Нөхцөл байдлыг дээрдүүлэхийн тулд хэрэгтэй гэсэн арга хэмжээг авсан.	Идэвхтэй байх	.808								
2.Асуудлыг шийдвэрлэхэд чиглэсэн арга хэмжээг авч хэрэгжүүлсэн.	Идэвхтэй байх	.729								
14.Асуудлаас гарахын тулд юу хийхээ төлөвлөсөн.	Төлөвлөх	.694								
25.Цаашид яах талаар нухацтай бодож тунгаасан.	Төлөвлөх	.428								
4.Өөрийгөө дээр мэдрэхийн тулд согтууруулах ундаа хэрэглэсэн.	Согтууруулах ундаа хэрэглэх		.920							
11.Энэ бүхнийг мартахын тулд согтууруулах ундаа хэрэглэсэн.	Согтууруулах ундаа хэрэглэх		.899							
28.Нөхцөл байдлыг тоглоом наргиа хийж өнгөрөөж байсан.	Тоглоом наргиа болгох			.873						
18.Асуудлыг наргиан болгож өнгөрөөсөн.	Тоглоом наргиа болгох			.831						
6.Асуудлыг даван туулах оролдлого хийхээ больж бууж өгсөн.	Бууж өгөх				.682					
16.Асуудлыг шийдвэрлэх оролдлого хийхээс залхаж больсон.	Бууж өгөх				.624					
8.Надад ийм зүйл тохиолдсон итгэж өгөхгүй байсан.	Үгүйсгэх				.595					
27.Сүсэглэж, залбирал үйлдэж, бясалгал хийсэн.	Сүсэглэх					.877				
22.Итгэл үнэмшил, сүсэг бишрэлдээ найдсан.	Сүсэглэх					.871				
12.Асуудлыг эерэг талаас нь харахыг хичээж байсан.	Эергээр харах						.813			

17. Асуудлын сайн талыг нь олж харахыг хичээж байсан.	Эергээр харах								.683			
9. Надад төрж байсан таагүй мэдрэмжээ гадагшлуулахыг хичээж, өөрийгөө дэмжин урамшуулж байсан.	Сэтгэл хөдлөлөө гадагшлуулах								.620			
26. Өөрийгөө буруутгасан.	Өөрийгөө буруутгах								.837			
13. Өөрийг шүүмжлэн буруушааж байсан.	Өөрийгөө буруутгах								.784			
20. Асуудалтай эвлэрсэн.	Хүлээн зөвшөөрөх										.768	
24. Асуудалд зохицон амьдрах аргад суралцсан.	Хүлээн зөвшөөрөх										.739	
1. Асуудлын талаар бодохгүйгээр ажил, хичээл зэрэг өөр зүйлд анхаарлаа төвлөрүүлсэн.	Өөрийгөө сатааруулах											.735
3. Энэ асуудал надад жинхэнээсээ тохиолдоогүй гэж өөртөө хэлсэн.	Үгүйсгэх											.688
19. Энэ талаар бодохгүйн тулд ном унших, кино зурагт үзэх, унтах, дэлгүүр хэсэх зэргээр өөрийгөө сатааруулсан.	Өөрийгөө сатааруулах						.421					.576
Кронбах Альфа		.88	.67	.91	.83	.50	.77	.71	.70	.54	.48	
Өгөгдлүүдийн дэд хэмжүүрийн корреляцийн коэффициент		0.61-0.70	0.33-0.52	0.85	0.72	0.28-0.57	0.62	0.38-0.51	0.54	0.37	0.23-0.26	

Хүснэгт 5-с харахад хүчин зүйл 2 ба хүчин зүйл 7 (0.43), хүчин зүйл 3 ба хүчин зүйл 5 (0.36), хүчин зүйл 5 ба хүчин зүйл 8 -ийн (0.38) хооронд корреляцийн хамаарал ажиглагдсан. Тодруулбал идэвхтэй байх/төлөвлөх арга замыг хэрэглэх нь эергээр харах/сэтгэл хөдлөлөө гадагшлуулахтай, согтууруулах ундаа хэрэглэх нь бууж өгөх/үгүйсгэхтэй, бууж өгөх/үгүйсгэх нь өөрийгөө буруутгах арга замыг хэрэглэхтэй тодорхой хэмжээнд хамааралтай байна.

Хүснэгт 5 Хүчин зүйл хоорондын корреляцийн хамаарлын матриц: Загвар 2

	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Хүчин зүйл 1 Арга зүйн дэмжлэг авах/ Сэтгэл санааны дэмжлэг авах	.251**	0.11	.150*	.157*	.149*	.231**	0.12	.193**	0.08
Хүчин зүйл 2 Идэвхтэй байх/Төлөвлөх		-0.07	-0.06	-.164*	0.06	.431**	0.05	.157*	.199**
Хүчин зүйл 3 Согтууруулах ундаа хэрэглэх			.242**	.362**	0.04	-0.10	0.08	0.02	0.13
Хүчин зүйл 4 Тоглоом наргиан болгон өнгөрөөх				0.13	0.09	0.15	0.10	0.11	0.14
Хүчин зүйл 5 Бууж өгөх/Үгүйсгэх					-0.04	-.159*	.370**	.148*	0.10
Хүчин зүйл 6 Сүсэглэж залбирах						0.12	0.09	0.13	.153*
Хүчин зүйл 7 Эергээр харах/ Сэтгэл хөдлөлөө гадагшлуулах							-0.05	.165*	.174*
Хүчин зүйл 8 Өөрийгөө буруутгах								.213**	.170*
Хүчин зүйл 9 Хүлээн зөвшөөрөх									0.13
Хүчин зүйл 10 Үгүйсгэх/ өөрийгөө сатааруулах									1

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$

Судлаачид хүчин зүйлийн өгөгдлүүдэд агуулгын шинжилгээ хийж улмаар хүчин зүйлд тодорхой нэр оноохыг эрмэлзсэн. Хүчин зүйл 1 нь дэмжлэг авах ба сэтгэл санааны дэмжлэг авах арга замуудын өгөгдлийг төлөөлж буй тул “Бусдын дэмжлэг авах” хэмээн ерөнхийд нь нэрлэв. Хүчин зүйл 2-т идэвхтэй байх ба төлөвлөхтэй холбоотой 4 өгөгдөл багтсан учраас “Төлөвлөж шийдвэрлэх” хэмээн нэрлэж болно гэж үзлээ. Ийм маягаар хүчин зүйлийн шинжилгээний үр дүнд гарсан ирсэн 10 хүчин зүйлийг төлөөлж буй өгөгдлүүдийн агуулгад чанарын дүн шинжилгээ хийх замаар тодорхой нэршил бүхий ангилал үүсгэхийг судлаачийн зүгээс эрмэлзэж үр дүнг Хүснэгт 6-д нэгтгэв. Эдгээр нэршил нь тухайн аргачлалыг өөрийн орны нөхцөлд буулган тохируулах гэсэн судлаачийн эрмэлзлэлийн үр дүнд бий болсон ба цаашдын тоон ба чанарын судалгааны үр дүнгээр улам сайжран боловсронгуй болох эхлэлийг тавьж, судлаачдад санал болгож буй хэрэг юм.

Хүснэгт 6 10 хүчин зүйл бүхий загварын хүчин зүйлд оноосон нэршил

Хүчин зүйлийн дугаар	Бэрхшээлийг даван туулах арга замыг тодорхойлох сорилын дэд хэмжүүрүүд	Хүчин зүйлийн нэр
1	- Бусдаас тусламж хүсэх - Сэтгэл санааны дэмжлэг авах	Бусдын тусламж авах
2	Согтууруулах ундаа хэрэглэх	Согтууруулах ундаа хэрэглэх
3	- Идэвхтэй байх - Төлөвлөх	Төлөвлөж шийдвэрлэх
4	Тоглоом наргиан болгох	Тоглоом наргиан болгох
5	Өөрийгөө буруутгах	Өөрийгөө буруутгах
6	- Үгүйсгэх - Үл хайхрах	Үгүйсгэж хаях
7	- Эергээр харах - Сэтгэлийн хөдөлгөөнөө гадагшлуулах	Итгэж найдаж гадагшлуулах
8	Сүсэглэж бишрэх	Сүсэглэх
9	- Хүлээн зөвшөөрөх - Сэтгэлийн хөдөлгөөнөө гадагшлуулах	Эвлэрч гадагшлуулах
10	- Өөрийгөө сатааруулах - Үгүйсгэх	Үгүйсгэж сатаарах

Дүгнэлт

Судалгаагаар дийлэнх оюутнуудад ямар нэгэн бэрхшээл тулгарч байдаг нь харагдлаа. Оюутнууд хичээл, мөнгө санхүү, зан харилцаатай холбоотой бэрхшээлтэй илүү тулгардаг бол эрүүл мэнд, гэр бүлтэй холбоотой асуудалтай харьцангуй бага тулгардаг юм байна. Оюутнууд бэрхшээлийг даван туулахдаа эерэг талаас харах, төлөвлөх, сэтгэлийн хөдөлгөөнөө гадагшлуулах, бусдаас дэмжлэг авах, өөрийгөө буруутгах зэрэг аргыг илүү хэрэглэдэг бол согтууруулах ундаа хэрэглэх, бууж өгөх, үгүйсгэх, сүсэглэж залбирах, тоглоом наргиан хийж өнгөрөөх зэрэг аргыг бага хэрэглэж байна. Эмэгтэй оюутнууд эрэгтэй оюутнуудыг бодвол олон янзын эерэг аргыг илүү хэрэглэж, бэрхшээлийг эерэг аргаар сайн даван туулдаг байхад эрэгтэй оюутнууд согтууруулах ундаа хэрэглэх сөрөг аргаар стрессээ тайлах хандлагатай байна. Энэ судалгаанд 180 оюутантай магадлалт бус түүвэрлэлт хийхэд дөнгөж 15 хувь нь эрэгтэйчүүд байхад согтууруулах ундаа хэрэглэх арга зам тодрон гарч байгаагаас харахад эрэгтэй оюутны тоо олон болох тутам согтууруулах ундаа хэрэглэх нь оюутны ёс зүйн асуудал дагуулж, улмаар сургуулиа төгсөж чадахгүйд хүрэх эрсдэл үүсэж болох юм.

Талархал

Тус судалгааны ажлыг хийж гүйцэтгэхэд зөвлөн тусалсан сэтгэл судлалын ухааны доктор, профессор О.Мягмар танд гүнээ талархал илэрхийлье.

Ном зүй

- Aldwin, C. M. (2007). *Stress, coping, and development: An integrative perspective*. New York: Guilford Press.
- Baumstarck, K. A. (2017, January 11). Assessment of coping: a new french four-factor structure of the brief COPE inventory. *Health and Quality of Life Outcomes*, 15(1), 1-9. doi:10.1186/s129
- Blonna, R. (1996). *Coping with stress in a changing world*. London: McGraw-Hill.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., Weintraub, J. K. (1989, January 01). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. doi:10.1037//0022-3514.56.2.267
- Coolidge FL, S. D. (2000). Personality disorders and coping among anxious older adults. *J Anxiety Disord*, 157-172.
- García, F. E., Barraza-Peña, C. G., Wlodarczyk, A., Alvear-Carrasco, M., Reyes-Reyes, A. (2018, January 01). Psychometric properties of the Brief-COPE for the evaluation of coping strategies in the Chilean population. *Psicologia, Reflexao E Critica*, 5.
- Kienfie Liao, A. C. (2011). Development and Validation of the Personal Strengths Inventory Using Exploratory and Confirmatory Factor Analyses. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 14-26.
- Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company, Inc.
- MacCallum, R. C. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological Methods*, 130-149.
- Matud, M. P. (2004, January 01). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1401-1415.
- Reich, M. C.-B. (2016). Estudio de las propiedades psicométricas del Brief COPE para una muestra de mujeres uruguayas [Psychometric properties of the brief COPE in a sample of Uruguayan women]. *Avances en Psicología Latinoamericana*.
- Su, X. Y. (2015, January 01). A preliminary validation of the Brief COPE instrument for assessing coping strategies among people living with HIV in China. *Infectious*.
- Б.Туяа. (2017). Сэтгэгц оношилгооны хэмжил зүйн үндэс . In Г.Сарантуяа, *Сэтгэгц оношилгоо* (p. 55). Улаанбаатар: Жиком пресс.

Exploring the Psychometric Properties of Brief-COPE in Mongolia

Bulganzaya Tumurbaatar

School of Educational Studies, Mongolian National University of Education, Mongolia

Corresponding author: bulganzaya@msue.edu.mn



Received: 4/06/2020/

Revised: 6/30/2020

Accepted: 7/02/2020

Abstract

This study aims to assess psychometric properties and construct validity of Brief-COPE, which is translated into the Mongolian language. The Brief Coping Orientation to Problems Experienced (Brief COPE) inventory is the instrument to identify the nature of stress coping strategies of individuals. Total of 180 university students currently studying Social Work and Psychology at the MNUE participated in this study. In order to explore the psychometric properties of the instrument, we have used internal consistency, reliability and exploratory factor analysis for data analysis. Cronbach's alpha coefficient was 0.78. As the 3-factor model tested by CFA did not meet the model fit indices, the 10-factor structure has emerged in exploratory factor analysis. The model is tested by fit indices with RMSEA (0.03), CFI (0.96), TLI (0.95) and AIC (525.098). In conclusion, the findings of this study support the use of the Brief COPE as a reliable and valid tool to assess coping strategies of stress in a population of students.

Keywords

Stress, coping skills, students

