

УДК 159.9

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ И КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ У МУЖЧИН ЮНОШЕСКОГО И СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА (СОТРУДНИКОВ МЧС)

Лобза О.В.*АНОО ВО «Одинцовский гуманитарный университет», Одинцово, e-mail: olga.lobza@rambler.ru*

В результате исследования было обнаружено, что мужчины юношеского и среднего возраста, составляющие группу сотрудников МЧС, в большинстве своем характеризуются эмоциональной устойчивостью-стабильностью, умением выдерживать эмоциональные нагрузки, стремлением к лидерству, независимости и самоутверждению, активностью, способностью преодолевать жизненные трудности и конфликты. Изучение индивидуальных стратегий преодолевающего поведения показало, что у сотрудников МЧС преобладают такие модели преодолевающего поведения как асертивные действия, просоциальность и активность. Помимо этих моделей, незначительно преобладают и модели вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки, осторожные действия, импульсивные действия. В большинстве выявленных значимых корреляционных взаимосвязей определена личностная эффективность копинг-поведения сотрудников МЧС.

Ключевые слова: индивидуально-психологические особенности личности, копинг (преодоление), преодолевающее поведение, личностная эффективность копинг-поведения

THE RELATIONSHIP OF INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS AND COPING BEHAVIORS IN MEN, YOUTH AND MIDDLE AGE (RESCUERS)

Lobza O.V.*Odintsovsky humanitarian university, Odintsovo, e-mail: olga.lobza@rambler.ru*

The study found that male youth and middle age, make up a group of emergency workers mostly have emotional stability-stability, ability to withstand emotional stress, leadership, independence and assertiveness, activity, ability to overcome life's challenges and conflicts. The study of individual strategies for overcoming behavior showed that the staff of the Ministry is dominated by such models emerging behavior as assertive action, prosocialist and activity. In addition to these models, slightly prevail and models introduction to social contact, social support, careful steps, impulsive actions. The most significant correlation of defined personal effectiveness of coping behaviors of emergency workers.

Keywords: individual-psychological characteristics of personality, coping (overcoming), overcoming the behavior, personal effectiveness of coping behaviors

Профессиональная деятельность спасателей МЧС России при решении оперативно-служебных задач, как в режиме повышенной готовности (ожидания), так и в экстремальных условиях ликвидации последствий ЧС, характеризуется значительной напряженностью, что предъявляет повышенные требования к стрессоустойчивости и индивидуально-психологическим особенностям личности, обеспечивающим стресс-преодолевающее поведение и эффективность деятельности в экстремальных условиях [2]. Экстремальный характер профессиональной деятельности спасателей МЧС России, значительные нервно-психические нагрузки и стрессы обуславливают то, что в процессе профессиональной деятельности участи сотрудников МЧС могут возникать негативные эмоциональные состояния, среди которых наиболее значимыми являются эмоциональная напряженность, постравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) и эмоциональное истощение (выгорание) [1]. Это объясняет актуальность и практическую значимость изучения ресурсов, способствующих сохра-

нению психического и физического здоровья спасателей в экстремальных условиях деятельности.

Цель исследования – изучить взаимосвязь индивидуально-психологических особенностей и копинг-поведения у мужчин юношеского и среднего возраста (сотрудников МЧС).

Гипотезы исследования

1. Индивидуально-психологические особенности мужчин юношеского и среднего возраста, сотрудников МЧС, характеризующие интегральные характеристики личности, могут быть взаимосвязаны с различными моделями преодолевающего поведения и определять личностную эффективность копинг-поведения.

2. Копинг-поведение мужчин юношеского и среднего возраста сотрудников МЧС России может определяться выраженностью таких моделей преодолевающего поведения как «асертивные действия», «просоциальность» и «активность», а также низкой значимостью стратегий «избегания», «импульсивных действий», «ма-

нипулятивных действий» и «асоциальных действий».

Задачи исследования:

1. Провести анализ психологической литературы и современных исследований в области изучаемой проблемы.

2. Подобрать психодиагностические методики, направленные на изучение индивидуально-психологических особенностей и копинг-поведения у мужчин юношеского и среднего возраста.

3. Изучить индивидуально-психологические особенности у мужчин юношеского и среднего возраста и определить модели преодолевающего поведения у мужчин юношеского и среднего возраста.

4. Изучить взаимосвязь индивидуально-психологических особенностей и копинг-поведения у мужчин юношеского и среднего возраста (сотрудников МЧС).

Экспериментальная база исследования. Экспериментальная часть исследования осуществлялась на базе Государственного

учреждения Московской области «Московская областная противопожарно-спасательная служба» (сокращенное наименование: ГУ МО «Мособлпожспас»), открытого в соответствии с законодательством Российской Федерации и Московской области на основании постановления Правительства Московской области от 17 октября 2007 года № 787/37.

Материалы и методы исследования

С целью изучения взаимосвязи индивидуально-психологических особенностей и копинг-поведения у мужчин юношеского и среднего возраста (сотрудников МЧС) нами использовались следующие методики: 16-факторный личностный опросник Р.Кэттелла; Методика оценки индивидуальной стратегии преодолевающего поведения С.Хобфолла. Для статистической обработки данных использовалась компьютерная программа SPSS 16.0.2, применен метод ранговой корреляции Спирмена.

Результаты индивидуальных особенностей мужчин, сотрудников МЧС представлены на диаграмме (см. рис. 1).

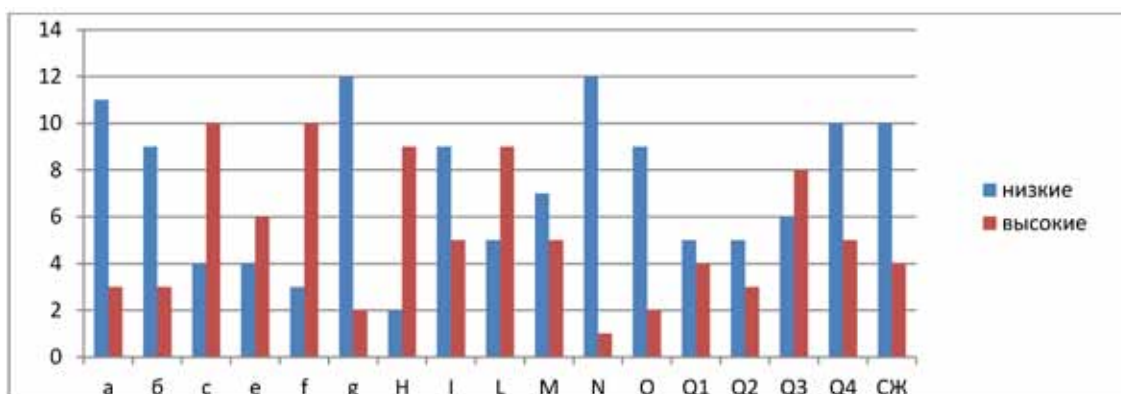


Рис. 1. Результаты изучения индивидуальных особенностей сотрудников МЧС

По результатам обработки данных, как видно из диаграммы, достаточно низкие показатели были обнаружены по следующим факторам: фактор а «замкнутость-общительность», фактор б «интеллект», фактор g: «недобросовестность-добросовестность», фактор I «жесткость – мягкосердечность», фактор N «наивность-проницательность», фактор O «самоуверенность – самообвинение», фактор Q 4 «расслабленность – напряженность». Таким образом, мы можем констатировать, что для сотрудников МЧС исследуемой выборки характерна замкнутость, необщительность, склонность к практическому наглядному мышлению, достаточно низкий уровень вербальной культуры, непостоянство, эгоцентричность, безмятежность, хладнокровность, уверен-

ность в себе, прямолинейность, наивность, естественность, непосредственность и самоуверенность.

Высокие показатели были выявлены по таким факторам как: фактор с «эмоциональная нестабильность – эмоциональная стабильность», фактор е «подчиняемость – доминантность», фактор f «сдержанность – экспрессивность», фактор H «робость-смелость», фактор L «доверчивость-подозрительность», фактор Q 3 «низкий (импульсивность) – высокий самоконтроль». Высокие показатели по данным шкалам характеризуют сотрудников МЧС как эмоционально уравновешенных, с преобладанием волевого контроля над эмоциональным, властных, независимых, стремящихся к самоутверждению, ак-

тивных, жизнерадостных, недоверчивых, организованных, умеющих контролировать свои эмоции и чувства.

С целью изучения поведения преодоления или копинг-стратегий нами была использована методика оценки индивидуальной стратегии преодолевающего поведения С. Хобфолла. Поведение рассматривается

С. Хобфоллом как стратегии, тенденции поведения, которые выражаются в 9 моделях преодолевающего поведения: ассертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки, манипулятивные (непрямые) действия, осторожные действия, импульсивные действия, избегание, асоциальные действия, агрессивные действия.

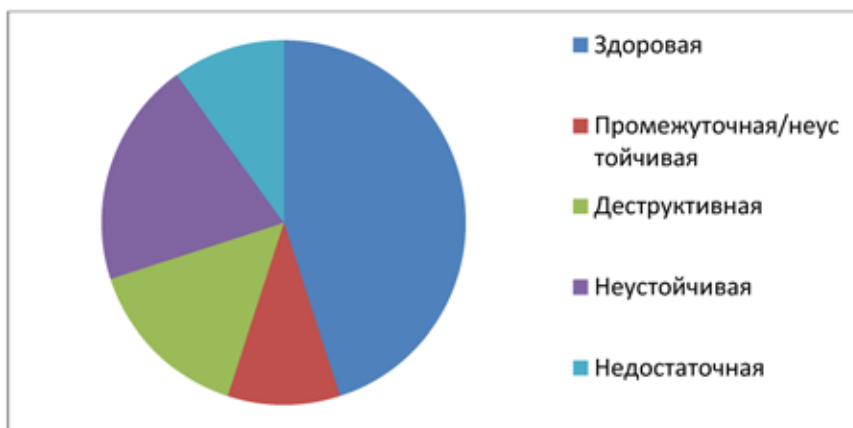


Рис. 2. Результаты изучения стратегий преодолевающего поведения у мужчин юношеского и среднего возраста (спасателей МЧС)

Из рис. 2 видно, что для большинства испытуемых характерно использование «здоровой» стратегии преодолевающего поведения. Такая стратегия выражается в относительно высоких показателях ассертивности (уверенности) поведения, вступлении в социальные контакты и поиск социальной поддержки в сочетании с более низкими показателями агрессивных и асоциальных действий, которые обеспечивают повышенную стрессоустойчивость человека.

Промежуточная или неустойчивая стратегия преодолевающего поведения выражена у незначительного числа испытуемых. Наряду с ограниченным использованием ассертивных и просоциальных действий, не исключается также применение в ряде случаев асоциальных и менее активных способов преодоления стресса. Деструктивная (за исключением активных боевых действий) – асоциальная стратегия преодолевающего поведения используется 5 испытуемыми. Агрессивные и негуманные действия осуществляются в нарочито вызывающей манере. Недостаточно эффективная стратегия преодолевающего поведения, характерна для 3 испытуемых. Данная стратегия выражается в относительно высокой интенсивности социальных контактов и поиске социальной поддержки, которые сочетаются с более низкими показателями агрессивных

и асоциальных действий, однако поведение характеризуется недостаточной уверенностью и напористостью в достижении поставленных целей.

В профессии спасателя МЧС профессиональных стрессов достаточно много, и если личность использует конструктивные стратегии преодоления, то она успешно адаптируется и эффективно функционирует, выполняет свои профессиональные обязанности. Если же личность чаще всего использует неконструктивные копинг-стратегии, то адаптация затрудняется, снижается эффективность выполнения деятельности и профессия может негативно сказаться на личности сотрудника. Признаком негативного влияния профессии на личность является появление самых разных профессиональных деформаций или специфических состояний, например, психического выгорания.

С целью выявления взаимосвязи индивидуально-психологических особенностей и преодолевающего поведения нами был проведен корреляционный анализ с использованием критерия Спирмена. В результате корреляционного анализа была обнаружена взаимосвязь между параметрами «эмоциональная неустойчивость» и «манипуляционные действия» (-0,447), т.е. чем более эмоционально неустойчив человек, тем

более ярко у него проявляются манипуляционные действия как механизмы преодолевающего поведения. Лица, не способные контролировать свои эмоции, импульсивные влечения в стрессовых ситуациях, как правило, прибегают к манипуляционным действиям. В основе возникновения манипуляционных механизмов, сформированных в результате неправильного течения процесса социализации, лежит ситуация зависимости от окружающих и поэтому манипуляционные действия прежде всего направлены на удовлетворение потребности в одобрении общества, которая является одним из основных регуляторов человеческого поведения.

Обращают на себя внимание и еще несколько взаимосвязей, обнаруженных нами в ходе корреляционного анализа. Так, для лиц с ярко выраженным стремлением к самостоятельности, независимости, самоутверждению характерны такие стратегии преодолевающего поведения как «избегание» (0,539) (пассивная стратегия) и «асоциальные действия» (0,458) (асоциальная стратегия). В отношении стратегии избегания – речь идет об уходе от проблемы, отказе от признания проблемности ситуации. Копинг-стратегия избегания позволяет личности уменьшить эмоциональное напряжение, эмоциональный компонент дистресса до изменения самой ситуации, это поведенческая стратегия, при которой человек старается избежать контакта с окружающей его действительностью, уйти от решения проблем. Человек может использовать пассивные способы избегания, например, уход в болезнь или употребление алкоголя, аркотиков.

Корреляционный анализ дал нам возможность установить и взаимосвязи между «озабоченностью-жизнерадостностью» и такими копинг-стратегиями как «осторожные действия» (-,539), «асоциальные действия» (0,495), «активность» (0,511), т.е. люди скрытные, молчаливые, обращенные внутрь себя, склонные к скепсису и пессимизму, в сложных жизненных ситуациях выбирают в качестве стратегии преодолевающего поведения, как правило, осторожные действия. И наоборот мужчины юношеского и среднего возраста обследуемой выборки склонные к беспечности, легко воспринимающие жизнь, не задумывающиеся над мотивами и последствиями своих поступков преимущественно используют асоциальные действия и активное преодоление. В совокупности с положительным исполь-

зованием социальных ресурсов (контактов) активное преодоление повышает стрессоустойчивость человека.

В результате корреляционного анализа нам удалось обнаружить и взаимосвязь между шкалой «робость-смелость» и «ассертивными действиями». Для смелых, решительных мужчин характерно прямое открытое поведение, принятие ответственности за свои поступки, способность самостоятельно регулировать свое поведение (конструктивный способ реагирования). Ассертивные действия – способ действий, при котором человек активно и последовательно отстаивает свои интересы, открыто заявляет о своих целях и намерениях, уважая при этом интересы окружающих.

Еще одна, полученная в ходе корреляционного анализа взаимосвязь иллюстрирует факт того, что ассертивность как стратегия преодолевающего поведения присуща практичным, реалистичным, мужественным, независимым, рассудительным, действующим на основе логической оценки ситуации лицам. И наоборот эмоциональные, впечатлительные, нетерпеливые, непрактичные, мечтательные лица, как правило, действующие на основе эмоциональной оценки ситуации в критической ситуации используют агрессивные действия.

При корреляционном анализе были выявлены также взаимосвязи между «доверчивостью-подозрительностью» и «поиском социальной поддержки» (0,614), «асоциальными действиями» (0,486). Так, лица недоверчивые, подозрительные, тревожные, беспокойные, которые в межличностных отношениях проявляют настойчивость, раздражительность, скептически относящиеся к моральным мотивам поведения окружающих людей, в стрессовых ситуациях могут использовать две стратегии преодолевающего поведения, а именно поиск социальной поддержки (адаптивная стратегия) или асоциальные действия (деадаптивная стратегия). Поиск социальной поддержки представляет собой копинг-стратегию, в которой человек предпринимает усилия в нахождении информационной, действенной и эмоциональной поддержки. Данная стратегия предполагает вступление в социальный контакт, то есть объединение с другими людьми.

Анализируя корреляционную матрицу показателей методик в группе мужчин юношеского и среднего возраста, сотрудников МЧС, мы обнаружили также взаимосвязи между такими шкалами как «наивность-

проницательность» и «импульсивные действия» (-0,444). Обратная корреляционная зависимость показывает, что у наивных, доверчивых, не проницательных в анализе мотивов поведения других людей личностей в трудных жизненных ситуациях могут проявляться импульсивные действия. Импульсивное действие – это аффективная разрядка. Оно связано с аффективным переживанием. Импульс, заключенный в исходном побуждении, в нем непосредственно и более или менее стремительно переходит в действие, не опосредованное предвидением его последствий, взвешиванием и оценкой его мотивов.

Анализ корреляционной матрицы показателей, которые характеризовали индивидуально-психологические особенности личности и стратегии преодолевающего поведения, показал и обратную взаимосвязь между «самоуверенностью-самообвинением» и такими копинг-стратегиями как «ассертивные действия» (-0,447) и «активное преодоление» (-0,538). Безмятежные, хладнокровные, уверенные в себе личности в трудных ситуациях, как правило, используют активное преодоление и ассертивные действия. «Активный копинг» предполагает активные действия по устранению источника стресса, т.е. это копинг ориентированный на ситуацию. Ассертивный подход предполагает позитивный, уверенный стиль преодоления, при котором личность действует сообразно обстоятельствам.

Согласно корреляционному анализу использование непродуктивных копинг-стратегий: манипулятивных, импульсивных, агрессивных действий и избегания связано с низкими оценками по шкале «импульсивность-самоконтроль». Низкие оценки указывают на недисциплинированность, внутреннюю конфликтность представляемых лиц. Такие лица слабо контролируют свои эмоции, действуют импульсивно, конфликтны, плохо подчиняются указаниям, не особенно тщательны и прилежны, плохо приспособляются к внешним условиям. Агрессивные и импульсивные действия не связаны с анализом ситуации, осознанием, пониманием собственных целей, эмоций и пр. Здесь эмоции просто выпускаются, по аналогии с паром из чайника. В отношении

стратегии избегания – речь идет об уходе от проблемы, отказе от признания проблемности ситуации. Избегание, характерное для импульсивных личностей, рассматривается как защитный механизм, лежащий в основе опасений и страхов, которые время от времени окрашивают наше видение мира в мрачные тона. Избегание – это физический уход от ситуации, потенциально угрожающий душевному благополучию.

Между показателем «расслабленность-напряженность» и показателем «агрессивные действия» согласно корреляционному анализу также прослеживается прямая связь (0,651). То есть чем выше уровень напряженности, тем больше вероятность использования человеком агрессивных действий, т.е. использование дезадаптивной стратегии преодоления. Агрессивность в сочетании с повышенной напряженностью заставляет человека реагировать на любой стресс моментально, «не подумав», под влиянием первых ощущаемых эмоций. При низких оценках по данной шкале человеку свойственно использовать просоциальную стратегию преодоления, проявляющуюся в поиске социальной поддержки (-0,532). Просоциальное поведение можно определить как такое, которое осуществляется ради блага другого человека и без надежды на вознаграждение. Высшая форма просоциального поведения – это героическое поведение.

Таким образом, преодоление трудных жизненных ситуаций обеспечивается мобилизацией личных ресурсов, которые проявляются в определенных копинг-стратегиях. Характер этих стратегий в значительной мере зависит от индивидуально-психологических особенностей личности и других психологических факторов, которые определяют индивидуальное своеобразие процесса преодоления.

Список литературы

1. Евдокимов В.И. Психологические механизмы генезиса негативных эмоциональных состояний в деятельности сотрудников Государственной противопожарной службы МЧС России / В.И. Евдокимов, В.Л. Маришук, Т.И. Шевченко // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. – 2007. – № 2. – С. 46–54.
2. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. – М.: Смысл, 2007. – 319 с.