

# Взаимосвязь копинг-стратегий сотрудников правоохранительных органов со стилевыми особенностями саморегуляции

*Рогачев В.А., выпускник кафедры психологии и педагогики дистанционного обучения факультета дистанционного обучения ГБОУ ВПО МГППУ (elk.73@mail.ru)*

*Коноплева И.Н., кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры клинической и судебной психологии факультета юридической психологии ГБОУ ВПО МГППУ (ing01@mail.ru)*

В статье рассматривается проблема изучения копинг-поведения сотрудников правоохранительных органов. Проблема копинг-поведения является одной из наиболее актуальных для юридической психологии при изучении психологических особенностей деятельности и личности сотрудников правоохранительных органов. Эффективность служебной деятельности достигается не только профессиональными знаниями и навыками, но и особенностью стресс-преодолевающего поведения сотрудников в напряженных и особых условиях. Рассмотрено копинг-поведение, его сущность и основные составляющие компоненты. Определены основные направления в изучении копинг-стратегий у сотрудников правоохранительных органов. В исследовании участвовали 55 сотрудников ФСКН России в возрасте от 20 до 47 лет с различной календарной выслугой в органах наркоконтроля. Приводятся результаты эмпирического исследования, направленного на изучение особенностей копинг-стратегий у сотрудников правоохранительных органов и установление специфики их взаимосвязи с осознанной саморегуляцией. Выявлено, что определение НПУ является информативным средством для прогноза выбора сотрудниками правоохранительных органов копинг-стратегий совладающего поведения.

**Ключевые слова:** стресс, копинг-поведение, копинг-стратегии, копинг-ресурсы, сотрудники правоохранительных органов.

## Для цитаты:

Рогачев В.А., Коноплева И.Н. Взаимосвязь копинг-стратегий сотрудников правоохранительных органов со стилевыми особенностями саморегуляции [Электронный ресурс] // Психология и право. 2015. № 1. URL: [http://psyandlaw.ru/journal/2015/n1/Rogachev\\_Konopleva.shtml](http://psyandlaw.ru/journal/2015/n1/Rogachev_Konopleva.shtml) (дата обращения: дд.мм.гггг)

**For citation:**

Rogachev V.A., Konopleva I.N. Relationship of the coping strategies of law enforcement officers with the style features of self-regulation [Elektronnyi resurs]. *Psikhologiya i pravo [Psychology and Law]*, 2015, no. 1. Available at: URL: [http://psyandlaw.ru/journal/2015/n1/Rogachev\\_Konopleva.phtml](http://psyandlaw.ru/journal/2015/n1/Rogachev_Konopleva.phtml)(Accessed dd.mm.yyyy)

В современном мире профессиональная деятельность сотрудников правоохранительных органов протекает в экстремальных условиях и подвергается воздействию различных стресс-факторов. Эффективность служебной деятельности достигается не только профессиональными знаниями, умениями, навыками, но и особенностью стресс-преодолевающего поведения сотрудников правоохранительных органов в экстремальных и особых условиях.

Неумение справляться со стрессом, управлять своим поведением в сложных и напряженных ситуациях, снижает успешность и качество выполнения сотрудниками правоохранительных органов своих должностных обязанностей, а также требует дополнительных усилий для поддержания оптимального психофизиологического уровня. Все это приводит к следующим последствиям: повышение текучести кадров, снижение удовлетворенности трудом, деформации личностных и характерологических качеств.

Проблема копинг-поведения является одной из наиболее актуальных для юридической психологии при изучении психологических особенностей деятельности и личности сотрудников правоохранительных органов.

**Цель исследования:** выявить особенности копинг-стратегий у сотрудников правоохранительных органов и установить специфику их взаимосвязи с осознанной саморегуляцией.

**Объект исследования** – стресс-преодолевающее поведение сотрудников правоохранительных органов.

**Предмет исследования** – копинг-стратегии сотрудников правоохранительных органов.

Цель, объект и предмет исследования обусловили постановку следующих **задач:**

1. Провести теоретико-методологический анализ ведущих концепций по проблеме стресса, стрессоустойчивости и стресс-преодолевающего поведения личности в научной литературе.

2. На основе анализа отечественной и зарубежной литературы составить представление о характере исследования копинг-стратегий стресс-преодолевающего поведения и стилевых особенностей саморегуляции у сотрудников правоохранительных органов.

3. Выявить взаимосвязь между копинг-стратегиями и стилевыми особенностями саморегуляции у сотрудников правоохранительных органов.

-----

**Гипотеза исследования** строится на предположении о том, что стилевые особенности осознанной саморегуляции выступают значимым фактором выбора копинг-стратегий в преодолении стрессовых ситуаций в деятельности сотрудников правоохранительных органов.

**Теоретико-методологическую основу исследования** составили:

- транзактная когнитивная теория стресса и копинг-поведения Р. Лазаруса и С. Фолкман [10; 11];
- теоретико-экспериментальный отечественный подход к стрессу в трудных жизненных ситуациях и совладанию с ним [1; 3; 8; 9; 15];
- принципы и теоретико-экспериментальные подходы к исследованию стресс-преодолевающего поведения в деятельности сотрудников правоохранительных органов и специалистов экстремального профиля деятельности [6; 12; 16; 19; 21];
- дифференциально-психологический подход к осознанной саморегуляции произвольной активности человека [7; 13].

В ходе исследования мы руководствовались следующими теоретическими положениями:

- в психологии стресс определяется, как состояние психического напряжения, возникающего у человека в процессе деятельности в наиболее сложных, трудных условиях, как в повседневной жизни, так и при особых обстоятельствах, например, в экстремальных и чрезвычайных ситуациях [4, с. 479];

- стрессоры – это неблагоприятные, значительные по силе и продолжительности внешние и внутренние воздействия, ведущие к возникновению стрессовых состояний [4, с. 479];

- копинг – стремление к решению проблем, предпринимаемое субъектом, если требования имеют огромное значение для его хорошего самочувствия, так как эти требования мобилизуют адаптивные возможности [10; 11];

- копинг-стратегии – это способы совладания со стресс-факторами, вызванные ответом личности на возникшую угрозу [19];

- стилевые особенности саморегуляции поведения выступают психологической основой надежности действий в условиях стресса в экстремальных ситуациях [13];

- нервно-психическая устойчивость – совокупность приобретенных или врожденных личностных качеств, психофизиологических резервов и мобилизационных ресурсов организма, которые обеспечивают оптимальное функционирование индивида в экстремальных и неблагоприятных условиях [2].

При проведении настоящего эмпирического исследования нами были использованы следующие **методики**:

– методика «Стратегии совладающего поведения» (ССП), адаптирована и стандартизирована в лаборатории клинической психологии НИПНИ имени Бехтерева под руководством Л.И. Вассермана [5];

– опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой [14];

– анкета «Прогноз-2», разработанная В.Ю. Рыбниковым [17].

**Статистическая обработка данных.** Нами был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена для выявления взаимосвязи двух независимых признаков у одной и той же группы испытуемых. Также нами применялся статистический критерий нормальности Колмогорова–Смирнова. Обработка результатов проводилась с использованием программного пакета SPSS, версия 17.0 (русскоязычная).

**Эмпирическую выборку** исследования составили 55 сотрудников ФСКН России в возрасте от 20 до 47 лет с различной календарной выслугой в органах наркоконтроля. В группе испытуемых – 7 офицеров, 20 старших прапорщиков и 28 прапорщиков. 12 сотрудников принимали участие в боевых действиях на Северном Кавказе.

В 1962 г. американский психолог Лойс Б. Мерфи, в своих исследованиях кризисов взросления ввела понятие «копинг» или «совладание». Л. Мерфи определяла «coping» как попытку индивида конструктивно преобразовать ситуацию, которая является для него угрожающей и заставляет мобилизовать свои внутренние ресурсы [22].

R. Lazarus [10] в контексте исследования стресса определяет копинг как стремление к решению проблем, предпринимаемое субъектом, если требования имеют огромное значение для его хорошего самочувствия, так как эти требования мобилизуют адаптивные возможности.

Надо заметить, что долгое время проблема копинг-поведения изучалась преимущественно зарубежными учеными и касалась только физических и психосоматических заболеваний (M. Broda, R. Moss, L. Mussgay, R. Olbrich) [22].

Первые исследования копинга в отечественной психологии были проведены в работах В.М. Ялтонского [23] и Н.А. Сироты [20] в 1994 и 1995 гг. Впервые подробно копинг-поведение сотрудников правоохранительных органов было рассмотрено в работе И.Б. Лебедева [12] в 2002 г. В отечественной психологии укрепилось понятие «совладание» (одолеть, справиться) вместо понятия «копинг» (преодолеть). «Совладание» – этот термин чаще всего используется в современных работах психологов. Совладающее поведение описано в работах отечественных авторов Л.И. Анцыферовой [1], Т.Л. Крюковой [8, 9], И.Б. Лебедева [12] и др.

В психологической науке на сегодняшний день рассматривается три основных подхода в изучении совладающего поведения (копинга).

*Первая концепция.* Эго-ориентированная теория совладания. Данная теория берет свое начало в психоаналитической теории З. Фрейда и в исследованиях А. Фрейд. Процесс совладания в психоаналитической теории рассматривается как эго-

механизм, который используется человеком с целью снятия внутреннего напряжения. Бессознательные адаптивные механизмы являются базисной концепцией систем защит в данной модели [22].

Согласно *второй концепции*, совладание во многом зависит от личностных качеств человека, который, руководствуясь ими, действует в стрессовой ситуации. Согласно этой теории, определяющим фактором в выборе человеком того или иного способа поведения в стрессовой ситуации является именно устойчивость черт личности. А.Г. Billings, R.H. Moos выделили три способа совладания со стрессовой ситуацией: оценка ситуации, вмешательство в ситуацию и избегание [22].

На сегодняшний день наиболее распространенной является *третья концепция*, теория когнитивно-феноменологического совладания со стрессом, разработанная Р. Лазарусом [10; 11] и С. Фолкман. В данной теории совладание со стрессом определяется как динамический процесс, который непосредственно имеет зависимость как от специфики ситуации, так и от когнитивной оценки самим человеком стрессовой ситуации. Выделяют два типа когнитивных оценок: первичная и вторичная. Первичная когнитивная оценка дает определение стрессовой ситуации как угрожающей или не содержащей угрозы благополучию. Вторая когнитивная оценка является дополнением первичной оценки. Вторичная оценка определяет ресурсы и механизмы преодоления стрессовой ситуации. В данной теории авторы выделяют два типа совладания со стрессом: эмоционально-ориентированный тип совладания и проблемно-ориентированный тип совладания. Эмоционально-ориентированный тип направлен, в основном, на пассивное разрешение преодоления стресса, а проблемно-ориентированный тип – на активное разрешение стрессовой ситуации.

В результате проведения теоретических и экспериментальных исследований было выявлено, что для преодоления стрессовой ситуации каждый индивид использует собственные копинг-стратегии на основе приобретенного ранее личностного опыта (копинг-ресурсы). Результат взаимодействия копинг-ресурсов и копинг стратегий определяет совладающее (стресс-преодолевающее) поведение. Копинг-стратегии – это способы совладания со стресс-факторами, вызванные ответом личности на возникшую угрозу; копинг-ресурсы – относительно стабильные характеристики индивида и социальной среды, которые способствуют развитию способов совладания со стрессом [19].

В современной психологической литературе, в стресс-преодолевающем поведении выделяют три основные базисные копинг-стратегии: «избегание», «разрешение проблемы» и «поиск социальной поддержки».

В своих работах ряд авторов подразделяют поведенческие копинг-стратегии на активные и пассивные. Активные стратегии, это такие, как: стратегия «разрешение проблем», которая является базовой копинг-стратегией в поведении человека и направлена на разрешение стрессовой или проблемной ситуации; стратегия «поиск социальной поддержки», включающая поведение человека, которое направлено на получение социальной поддержки от среды. К пассивным копинг-стратегиям относят поведение, которое содержит базисную копинг-стратегию «избегание», хотя в некоторых случаях копинг-стратегия «избегание», вполне может носить активный характер [18].

При исследовании копинг-стратегий большинство ученых придерживаются единой системы классификации способов совладания со стрессом: 1) когнитивные копинг-стратегии, направленные на переоценку ситуации; 2) копинг-стратегии, направленные на снятие эмоционального напряжения; 3) копинг-стратегии, направленные на воздействие на ситуацию; 4) успешный копинг – используются конструктивные стратегии, которые в результате приводят к преодолению трудной ситуации, вызывающей стресс; 5) неуспешный копинг – используются неконструктивные стратегии, они препятствуют преодолению трудной ситуации [22].

В трудной ситуации субъект может использовать и несколько стратегий совладания, каждая из которых может быть оценена по указанным критериям. Из этого следует, что существует взаимосвязь между личностными конструктами, помогающими человеку формировать свое отношение к трудностям, и тем, какую стратегию поведения при стрессе он выберет.

Концепция копинга сегодня становится одним из центральных аспектов современной теории стресса, а копинг-поведение рассматривается как стабилизирующий фактор, способствующий адаптации личности к воздействию различных стрессовых ситуаций. В последнее время изучение реакций на стрессовые факторы у различных категорий лиц и особенностей его преодоления все чаще рассматриваются именно с позиций когнитивно-феноменологической концепции копинга.

На основе имеющихся представлений о копинг-поведении сотрудников правоохранительных органов [6; 12; 16; 21], нами были сформированы цели и задачи собственного исследования, ориентированного на установление взаимосвязи копинг-стратегий и стилевых особенностей саморегуляции как личностного копинг-ресурса.

С помощью опросника ССП (Стратегии совладающего поведения), разработанного в НИПНИ имени В.М. Бехтерева [5], мы определили частоту выбора сотрудниками правоохранительных органов копинг-стратегий в трудных или проблемных для них ситуациях. Мы получили следующие показатели, которые представлены в табл. 1.

**Таблица 1**

Показатели выбора копинг-стратегий сотрудниками правоохранительных органов (средние значения в Т-баллах)

<b>Копинг-стратегия</b>	<b>Т-баллы</b>	<b>Ранг</b>
Конфронтация	47,5	3
Дистанцирование	47,32	4
Самоконтроль	47,05	5
Поиск социальной поддержки	45,8	6

Принятие ответственности	43,47	8
Бегство-избегание	43,78	7
Планомерное решение проблемы	52,92	1
Положительная переоценка	48,69	2

Как мы видим из таб. 1, полученные данные не выходят за пределы выраженности показателей (40–60 Т-баллов), что позволяет нам сделать вывод об умеренной степени выбора предпочтений копинг-стратегий сотрудниками правоохранительных органов. Вместе с тем мы видим, что наиболее используемыми стратегиями являются «планомерное решение проблемы» (52,92 Т-балла) и «положительная переоценка» (48,69 Т-балла).

Копинг-стратегия «планомерное решение проблемы» является активной, адаптивной проблемно-ориентированной стратегией, способствующей конструктивному разрешению проблемы. Сотрудники правоохранительных органов, использующие данную стратегию в стрессовых ситуациях, сохраняют самообладание, анализируют сложившуюся ситуацию, активно взаимодействуют с внешними факторами, предпринимают осознанные шаги к решению проблемы.

«Положительная переоценка» – копинг-стратегия направлена на преодоление стрессовых ситуаций за счет положительного переосмысления проблемы. Сотрудники, использующие данную стратегию, анализируют сложившуюся ситуацию с фокусированием на положительных аспектах. Происходит позитивная переоценка своих собственных возможностей и рассмотрение сложившейся ситуации как стимула для личностного роста. Данная стратегия является когнитивной эмоционально-ориентированной стратегией копинг-поведения.

Далее по частоте использования сотрудниками правоохранительных органов находится следующая группа копинг-стратегий: «конфронтация» (47,5 Т-баллов), «дистанцирование» (47,32 Т-балла), «самоконтроль» (47,05 Т-балла).

Наименее используемыми копинг-стратегиями у сотрудников правоохранительных органов являются «бегство-избегание» (43,78 Т-баллов) и «принятие ответственности» (43,47 Т-баллов).

«Бегство-избегание» – неадаптивная эмоционально-ориентированная стратегия. Характеризуется невозможностью решения создавшейся проблемы, накоплением трудностей.

«Принятие ответственности» – эмоционально-ориентированная стратегия. Сотрудники, использующие стратегию для преодоления стрессовой ситуации, проявляют растерянность, некомпетентность и застревание на ошибках вместо четкого плана действий. Возможно принятие чрезмерной ответственности.

Таким образом, наиболее используемыми сотрудниками правоохранительных органов копинг-стратегиями для преодоления стрессовых, трудных и проблемных ситуаций являются «планомерное решение проблемы» и «положительная

переоценка». Наименее часто сотрудники правоохранительных органов используют стратегии «бегство-избегание» и «принятие ответственности».

Результаты исследования осознанной саморегуляции, полученные по опроснику ССПМ [14], наглядно представлены в табл. 2.

Таблица 2

Среднегрупповой показатель результатов по каждой регуляторной шкале

Регуляторная шкала	Количество баллов	Уровень выраженности
Планирование	6,52	Средний
Моделирование	7,6	Высокий
Программирование	6,8	Средний
Оценивание результатов	6,74	Средний
Гибкость	7,43	Средний
Самостоятельность	4,65	Средний
Общий уровень саморегуляции	34,4	Высокий

Как мы видим из табл. 2, все показатели по регуляторным шкалам соответствуют среднему уровню развитости процессов саморегуляции, кроме шкал «Моделирование» и «Общий уровень саморегуляции», которые соответствуют высокому уровню развитости.

Высокие показатели по шкале «Моделирование» позволяют нам предположить, что сотрудники правоохранительных органов с высокими показателями по данной шкале способны выделять внешние и внутренние значимые условия для достижения цели в конкретной ситуации, а также в перспективе. Такие сотрудники могут оперативно подобрать пути и способы выхода из различных ситуаций.

По шкале «Общий уровень саморегуляции» сотрудники с высокими показателями самостоятельны, адекватно и гибко реагируют на изменение условий, уверенно чувствуют себя в незнакомых ситуациях. Чем выше развит уровень общей саморегуляции, тем сотрудник легче овладевает новыми видами активности, показывает стабильные результаты в повседневной служебной деятельности.

По результатам, представленным в табл. 2 построим среднегрупповой профиль саморегуляции сотрудника правоохранительных органов (рис. 1).

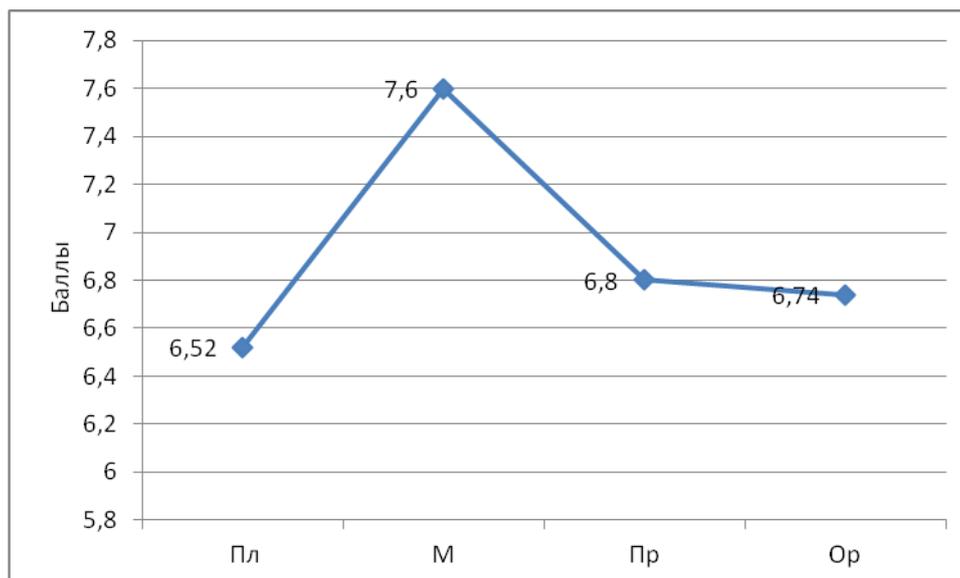


Рис. 1. Среднегрупповой профиль саморегуляции сотрудника правоохранительных органов: Пл – планирование; М – моделирование; Пр – программирование; Ор – оценивание результатов

На основе среднегруппового профиля составим психологическую характеристику сотрудника правоохранительных органов с точки зрения индивидуальных особенностей личностной саморегуляции. Данный профиль является гармоничным, сформированным на высоком уровне общей саморегуляции. Все показатели регуляции в относительно равной степени хорошо развиты, при высоком уровне развития по шкале «Моделирование» и при высоком общем уровне саморегуляции. Данный индивидуальный профиль соответствует типичному профилю № 5 [14, с. 38]. Сотрудники с таким профилем обладают четкой постановкой целей деятельности, для них характерны тщательное планирование и организованность в процессе деятельности. Такие сотрудники адекватно чувствуют себя в незнакомых ситуациях, оперативно ориентируются в окружающей обстановке, обладают хорошей адаптивностью и приспособляемостью. Правильно оценивают сложившуюся ситуацию и оперативно подбирают пути выхода из нее. Сотрудники с данным профилем саморегуляции объективно и адекватно оценивают свои возможности.

Такой профиль является предпосылкой высокой успешности в различных видах деятельности, в том числе и в деятельности сотрудников правоохранительных органов.

В результате исследования взаимосвязи копинг-стратегий сотрудников правоохранительных органов со стилевыми особенностями саморегуляции были выявлены следующие статистически значимые связи, представленные в табл. 3.

Таблица 3

Значимые коэффициенты корреляции между копинг-стратегиями и осознанной саморегуляцией поведения

Копинг-стратегия	Пл	М	Пр	Ор	Г	С	ОУ
Конфронтация					,313*	,458**	
Дистанцирование						,282*	
Самоконтроль	,306*		,268*				
Поиск социальной поддержки							
Принятие ответственности		-,311*					
Бегство-избегание		-,299*					
Планирование решения проблемы	,294*		,332*			,291*	,348**
Положительная переоценка							

*Примечание:* Пл – планирование М – моделирование Пр – программирование Ор – оценивание результатов Г – гибкость С – самостоятельность ОУ – общий уровень саморегуляции; «\*» – корреляция значима на уровне  $p < 0.05$ ; «\*\*» – корреляция значима на уровне  $p < 0.01$ .

Как мы видим из табл. 3, значимых корреляционных связей между копинг-стратегиями «поиск социальной поддержки», «положительная переоценка» и регуляторными процессами и регуляторно-личностными свойствами не выявлено.

Нами выявлена статистически значимая слабая прямая связь между копинг-стратегией «самоконтроль» и регуляторным процессом «программирование»: коэффициент ранговой корреляции Спирмена –  $r=0,268$ ,  $p<0,05$ . Выявлена также статистически значимая средняя прямая связь между стратегией «самоконтроль» и регуляторным процессом «планирование». Это значит, что при высокой степени развитости «программирования» и «планирования», сотрудники правоохранительных органов для преодоления стрессовых ситуаций будут выбирать стратегию «самоконтроль». Использование копинг-стратегии «самоконтроль» предпочтительно в экстремальных ситуациях, в которых и протекает профессиональная деятельность сотрудников правоохранительных органов.

Копинг-стратегии «принятие ответственности» и «бегство-избегание» имеют статистически значимую среднюю и слабую обратную связь с регуляторным процессом «моделирование». Коэффициент ранговой корреляции Спирмена соответственно –  $r=-0,311$ ,  $p<0,05$  и  $r=-0,299$ ,  $p<0,05$ . «Моделирование»

характеризует индивидуальную развитость представлений о внутренних и внешних значимых условиях, степени их осознанности. При высокой форсированности «моделирование» является одним из факторов надежности осознанной саморегуляции в препятствии формированию острого стресса [13]. Результаты данной корреляции показывают нам, что при низкой развитости регуляторного процесса «моделирование», сотрудники правоохранительных органов будут прибегать к неадаптивным стратегиям «принятие ответственности» и «бегство-избегание» для преодоления стрессовых для них ситуаций.

Также нами выявлена статистически значимая средняя прямая связь между копинг-стратегией «конфронтация» и регуляторно-личностными свойствами осознанной саморегуляции «гибкость» –  $r=0,313$  на уровне значимости  $p<0,05$ , и «самостоятельность» –  $r=0,458$  на уровне значимости  $p<0,01$ . Это значит, что сотрудники, использующие преимущественно стратегию «конфронтация», имеют высокие показатели по регуляторно-личностным свойствам «гибкость» и «самостоятельность».

Выявлена статистически значимая слабая прямая связь копинг-стратегии «дистанцирование» с регуляторно-личностным свойством саморегуляции «самостоятельность», коэффициент ранговой корреляции Спирмена –  $r=0,282$ , на уровне значимости  $p<0,05$ . Наличие прямой связи между стратегией «дистанцирование» и регуляторно-личностным свойством «самостоятельность», позволяет нам предположить, что высокий уровень развития «самостоятельности» предполагает в стрессовых ситуациях выбор стратегии «дистанцирование».

Копинг-стратегия «планирование решения проблемы» коррелирует с такими регуляторными процессами и регуляторно-личностными свойствами осознанной саморегуляции как:

- регуляторно-личностное свойство «самостоятельность», значимая слабая прямая связь, коэффициент ранговой корреляции Спирмена –  $r=0,291$ ,  $p<0,05$ ;
- регуляторный процесс «планирование», значимая слабая прямая связь, коэффициент ранговой корреляции Спирмена –  $r=0,294$ ,  $p<0,05$ ;
- регуляторный процесс саморегуляции «программирование» и «общий уровень саморегуляции», значимая средняя прямая связь, коэффициент ранговой корреляции Спирмена –  $r=0,332$  на уровне значимости  $p<0,05$  и  $r=0,362$  на уровне значимости  $p<0,01$ . Это значит, что при высоких показателях «общего уровня саморегуляции», развития на высоком уровне регуляторных процессов «планирование» и «программирование», а также регуляторно-личностного свойства осознанной саморегуляции «самостоятельность», сотрудники правоохранительных органов чаще всего используют копинг-стратегию «планирование решения проблемы» для преодоления стрессовой ситуации.

Для определения нервно-психической устойчивости, риска психологической дезадаптации в экстремальных ситуациях нами была использована методика «Прогноз-2» [17, с. 52]. Результаты, полученные по методике, наглядно представлены на рис. 2.



Рис. 2. Выраженность уровней нервно-психической устойчивости

Как мы видим, четвертый уровень НПУ (неудовлетворительная нервно-психическая устойчивость) не имеет ни один сотрудник, третий уровень НПУ (удовлетворительная нервно-психическая устойчивость) – 23,63 % (13) сотрудников. Второй уровень НПУ (хорошая нервно-психическая устойчивость) характеризует 43,63 % (24) сотрудников. Высокий уровень нервно-психической устойчивости (первый уровень НПУ) наблюдается у 32,72 % (18) сотрудников.

Средний показатель НПУ по выборке – 7,25 балла, что соответствует второму уровню нервно-психической устойчивости. Сотрудники со вторым уровнем НПУ (хорошей нервно-психической устойчивостью) характеризуются низкой вероятностью нервно-психических срывов в экстремальных для личности условиях. Данные сотрудники обладают адекватной самооценкой и адекватной оценкой окружающей действительности.

После проведения корреляционного анализа, нами были выявлены статистически значимые обратные связи НПУ с копинг-стратегиями: «конфронтация», «дистанцирование», «бегство-избегание», которые представлены в табл. 4.

**Таблица 4**

Корреляционная матрица со значимыми коэффициентами корреляции

Копинг-стратегия	НПУ
Конфронтация	-,297*
Дистанцирование	-,331*
Бегство-избегание	-,502**

Примечание: НПУ – нервно-психическая устойчивость; «\*» – корреляция значима на уровне  $p < 0.05$ ; «\*\*» – корреляция значима на уровне  $p < 0.01$ .

Нами выявлена статистически значимая средняя обратная связь между НПУ и копинг-стратегиями «дистанцирование» (коэффициент ранговой корреляции Спирмена –  $r=-0,331$ ,  $p<0,05$ ), «бегство-избегание» (коэффициент ранговой корреляции Спирмена –  $r=-0,502$ ,  $p<0,01$ ), а также статистически значимая слабая обратная связь стратегии «конфронтация» (коэффициент ранговой корреляции Спирмена –  $r=-0,297$ ,  $p<0,05$ ). Это может означать, что при неудовлетворительной нервно-психической устойчивости у сотрудников правоохранительных органов будут преобладать неадаптивные копинг-стратегии: «конфронтация», «дистанцирование» и «бегство-избегание».

Определение НПУ является информативным средством для прогноза выбора сотрудниками правоохранительных органов копинг-стратегий совладающего поведения.

Полученные в нашем исследовании результаты позволяют нам показать, что стресс-преодолевающее поведение сотрудников правоохранительных органов является одним из важных психологических факторов обеспечения надежности, эффективности и успеха профессиональной деятельности в экстремальных условиях, как индивидуальной, так и совместной, а также подтвердить выдвинутую гипотезу о том, что стилевые особенности осознанной саморегуляции выступают значимыми факторами выбора копинг-стратегий в преодолении стрессовых ситуаций в деятельности сотрудников правоохранительных органов.

## Литература

1. *Анцыферова Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
2. *Берг Т.Н.* Нервно-психическая неустойчивость и способы ее выявления. – Владивосток: Мор. гос. ун-т, 2005. 63 с.
3. *Бодров В.А.* Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕРСЭ, 2006. 528 с.
4. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. М.: Прайм-Еврознак, 2003. 672 с.
5. *Вассерман Л.И., Иовлев Б.В., Исаева Е.Р., Трифонова Е.А., Щелкова О.Ю., Новожилова М.Ю., Вукс А.Я.* Методика психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями: пособие для врачей и мед. психологов. СПб.: Изд-во НИПНИ имени В.М. Бехтерева, 2009. 40 с.
6. *Ковтун Е.В.* Совладание со стрессом и саморегуляция в экстремальных условиях деятельности // Психология стресса и совладающего поведения: материалы III Междунар. науч.-практ. конф: в 2 т. Т. 2. (Кострома, 26–28

- сент. 2013 г.) / Отв. ред. Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. Кострома: КГУ имени Н.А. Некрасова, 2013. С. 240–242.
7. *Коноплева И.Н., Калягин Ю.С.* Саморегуляция психических состояний как элемент психологической готовности к деятельности в экстремальных условиях [Электронный ресурс] // Психология и право. 2011. №4. URL: <http://psyjournals.ru/psyandlaw/2011/n4/49298.shtml> (дата обращения: 01.09.2014).
  8. *Крюкова Т.Л.* Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: дис. ... д-ра психол. наук. Кострома, 2005. 473 с.
  9. *Крюкова Т.Л.* Стили совладания с жизненными трудностями // Актуальные проблемы психологии личности : сб. науч. ст. в 2 ч. Ч. 1 / Науч. ред. К.В. Карпинский. Гродно: ГрГУ имени Я. Купалы, 2012. 405 с.
  10. *Лазарус Р.* Совладание (coping) // Психологическая энциклопедия. 2-е изд. / Под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. СПб.: Питер, 2003. 760 с.
  11. *Лазарус Р.* Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс / Под ред. Л. Леви. Л.: Медицина, 1970. С. 178–208.
  12. *Лебедев И.Б.* Психологические механизмы, стратегии и ресурсы стресс преодолеляющего поведения (копинг-поведения) специалистов экстремального профиля (на примере сотрудников МВД России): автореф. дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2002. 30 с.
  13. *Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г.* Дифференциально-регуляторные основы надежности действий профессионалов // Акмеология. Научно-практический журнал. 2012. № 4 (44). С. 68–74.
  14. *Моросанова В.И.* Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): руководство. М.: Когито-Центр, 2004. 44 с.
  15. *Нартова-Бочавер С.К.* «Coping Behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 5. С. 20–30.
  16. *Пономаренко Е.Н.* Психологические особенности копинг поведения следователя МВД России: дисс. ... канд. психол. наук. СПб.: СПб Ун-т МВД России, 2006. 134 с.
  17. Психодиагностика стресса: практикум / Сост. Р.В. Куприянов, Ю.М. Кузьмина. Казань: КНИТУ, 2012. 212 с.
  18. *Рассказова Е.И., Гордеева Т.О.* Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы [Электронный ресурс] //

Психологические исследования: электрон, науч. журн. 2011. № 3(17). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 17.05.2014).

19. *Рыбников В.Ю., Ашанина Е.Н.* Психология копинг поведения специалистов опасных профессий: монография. СПб.: ВЦЭРМ, 2011. 120 с.
20. *Сирота Н.А.* Копинг-поведение в подростковом возрасте: дисс. ... д-ра мед. наук. М., 1994. 283 с.
21. *Солдатов В.И.* Особенности и прогнозирование стресс-преодолевающего поведения в деятельности оперуполномоченных криминальной милиции МВД России: автореф. ... дисс. канд. психол. наук. – СПб., 2009. 23 с.
22. *Церковский А.Л.* Современные взгляды на копинг-проблему // Вестник Витебского государственного медицинского университета. 2006. Т. 5. №3. С. 112–121.
23. *Ялтонский В.М.* Копинг-поведение здоровых и больных наркоманией: дис. ... д-ра мед. наук. – СПб., 1995. 396 с.

# Relationship of the coping strategies of law enforcement officers with the style features of self-regulation

**Rogachev V.A.**, Graduate, Department of Psychology and Pedagogy of Distance Learning, Department of Distance Learning, Moscow State University of Psychology and Education (elk.73@mail.ru)

**Konopleva I.N.**, PhD (Psychology), Associate Professor, Chair of Clinical and Forensic Psychology, Department of Legal Psychology Moscow State University of Psychology and Education (ing01@mail.ru)

---

The article deals with the problem of studying coping behavior of law enforcement officers. The problem of coping behavior is one of the most pressing in legal psychology in the research of the psychological characteristics of the individual activities and law enforcement officials. The effectiveness of professional activity is achieved not only due to professional knowledge and skills, but also is influenced by stress coping behavior of employees in stressful and special conditions. We examined coping behavior, its essence and basic components. We revealed the main directions in the study of coping strategies in law enforcement officers. The study involved 55 employees of the Russian Federal Drug Control Service in age from 20 to 47 years with various length of service in drug control authorities. The empirical research aimed at studying the features of coping strategies in law enforcement officers and revealing of the specifics of their relationship to the conscious self-regulation. We revealed that the definition of a stressful conditions is an informative tool for the prediction of coping strategies or coping behavior choice by law enforcement officials.

**Keywords:** stress, coping behavior, coping strategies, coping resources, law enforcement officials.

---

## References

1. *Antsyferova L.I.* Lichnost' v trudnykh zhiznennykh usloviyakh: pereosmyslivanie, preobrazovanie situatsii i psikhologicheskaya zashchita. *Psikhologicheskii zhurnal*. 1994. T. 15, № 1. Pp. 3–18.
2. *Berg T.N.* Nervno-psikhicheskaya neustoichivost' i sposoby ee vyyavleniya. – Vladivostok: Mor. gos. un-t, 2005. – 63 p.
3. *Bodrov V.A.* Psikhologicheskii stress: razvitie i preodolenie. – M.: PERSE, 2006. – 528 p.

4. Bol'shoi psikhologicheskii slovar'. Pod red. Meshcheryakova B.G., Zinchenko V.P. M.: Praim-Evroznak, 2003. – 672 p.
5. Vasserman L.I., Iovlev B.V., Isaeva E.R., Trifonova E.A., Shchelkova O.Yu., Novozhilova M.Yu., Vuks A.Ya. Metodika psikhologicheskoi diagnostiki sposobov sovladaniya so stressovymi i problemnymi dlya lichnosti situatsiyami: posobie dlya vrachei i med. psikhologov. SPb.: Izd-vo NIPNI im. V.M. Bekhtereva, 2009. – 40 p.
6. Kovtun E.V. Sovladanie so stressom i samoregulyatsiya v ekstremal'nykh usloviyakh deyatel'nosti. Psikhologiya stressa i sovladayushchego povedeniya: materialy 3 Mezhdunar. Nauch.-prakt. Konf. Kostroma, 26-28 sen. 2013g.: v 2 t. otv. red.: T.L. Kryukova, E.V. Kuftyak, M.V. Saporovskaya, S.A. Khazova. – Kostroma: KGU im. N.A. Nekrasova, 2013. – T. 2. – Pp. 240-242.
7. Konopleva I.N., Kalyagin Yu.S. Samoregulyatsiya psikhicheskikh sostoyanii kak element psikhologicheskoi gotovnosti k deyatel'nosti v ekstremal'nykh usloviyakh [Elektronnyi resurs] Psikhologiya i pravo. 2011. №4. URL: <http://psyjournals.ru/psyandlaw/2011/n4/49298.shtml> (data obrashcheniya: 01.09.2014)
8. Kryukova T.L. Psikhologiya sovladayushchego povedeniya v raznye periody zhizni: dis. ... d-ra psikhol. nauk. - Kostroma, 2005. - 473 p.
9. Kryukova T.L. Stili sovladaniya s zhiznennymi trudnostyami. Aktual'nye problemy psikhologii lichnosti : sb. nauch. st. V 2 ch. Ch. 1 GrGU im. Ya. Kupaly; nauch. red. K.V. Karpinskii. – Grodno : GrGU, 2012. – 405 p.
10. Lazarus R. Sovladanie (coping). Psikhologicheskaya entsiklopediya. – 2-e izd. Pod red. R. Korsini, A. Auerbakha. SPb.: Piter, 2003. – 760 p.
11. Lazarus R. Teoriya stressa i psikhofiziologicheskie issledovaniya. Emotsional'nyi stress. Pod red. L. Levi. – L.: Meditsina, 1970. – Pp. 178-208.
12. Lebedev I.B. Psikhologicheskie mekhanizmy, strategii i resursy stress preodolevayushchego povedeniya (koping-povedeniya) spetsialistov ekstremal'nogo profilya (na primere sotrudnikov MVD Rossii): avtoref. dis. ... d-ra psikhol. nauk. SPb., 2002. – 30 p.
13. Morosanova V.I., Kondratyuk N.G. Differentsial'no-regulyatornye osnovy nadezhnosti deistvii professionalov. Akmeologiya. Nauchno-prakticheskii zhurnal. 2012, № 4 (44). – Pp. 68-74.
14. Morosanova V.I. Oprosnik «Stil' samoregulyatsii povedeniya» (SSPM): Rukovodstvo. – M.: Kogito-Tsentr, 2004. – 44 p.

- 
15. *Nartova-Bochaver S.K.* «Coping Behavior» v sisteme ponyatii psikhologii lichnosti // *Psikhologicheskii zhurnal*. 1997. T. 18, № 5. Pp. 20–30.
  16. *Ponomarenko E.H.* Psikhologicheskie osobennosti koping povedeniya sledovatelya MVD Rossii. Diss. ... kand. psikhol.n. – SPb.: SPb Un-t MVD Rossii, 2006. – 134 p.
  17. *Psikhodiagnostika stressa: praktikum*. sost. R.V. Kupriyanov, Yu.M. Kuz'mina; M-vo obraz. i nauki RF, Kazan. gos. tekhnolog. un-t. – Kazan': KNITU, 2012. – 212 p.
  18. *Rasskazova E.I., Gordeeva T.O.* Koping-strategii v psikhologii stressa: podkhody, metody i perspektivy [Elektronnyi resurs] *Psikhologicheskie issledovaniya: elektron, nauch. zhurn.* 2011. № 3(17). URL: <http://psystudy.ru> (data obrashcheniya: 17.05.2014).
  19. *Rybnikov V.Yu., Ashanina E.N.* Psikhologiya koping povedeniya spetsialistov opasnykh professii. Monografiya. – SPb.: VTsERM, 2011. – 120 p.
  20. *Sirota H.A.* Koping-povedenie v podrostkovom vozraste: diss. ... d-ra med. nauk. – M., 1994. – 283 p.
  21. *Soldatov V.I.* Osobennosti i prognozirovaniye stress-preodolevayushchego povedeniya v deyatel'nosti operupolnomochennykh kriminal'noi militsii MVD Rossii: avtoref. ... diss. kand. psikhol. nauk. – SPb.: 2009. – 23 p.
  22. *Tserkovskii A.L.* Sovremennyye vzglyady na koping-problemu. *Vestnik Vitebskogo gosudarstvennogo meditsinskogo universiteta*. 2006. t. 5. №3. – Pp. 112–121.
  23. *Yaltonskii V.M.* Koping-povedenie zdorovykh i bol'nykh narkomaniei: dis. ... d-ra med. nauk. – SPb., 1995. – 396 p.