

УДК 159.923

Ясько Бэла Аслановна

доктор психологических наук, профессор;
Кубанский государственный университет;
Кубанский государственный медицинский университет
shabela-1@yandex.ru

Дорохова Ирина Олеговна

Преподаватель кафедры управления персоналом и организационной психологии,
Кубанский государственный университет
1-dorohova@mail.ru

Bela A. Yasko

Doctor of Psychological Sciences, Professor;
Kuban State University
Kuban State Medical University
shabela-1@yandex.ru

Irina O. Dorokhova

Lecturer at the Department of Personnel Management and Organizational Psychology,
Kuban State University
1-dorohova@mail.ru

**К проблеме психологических ресурсов совладания
с трудными жизненными и профессиональными ситуациями**

On the problem of psychological resources for coping with difficult life and professional situations

***Аннотация.** На примере личности медицинских работников представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязей аффилиционных тенденций с различными стратегиями совладания. Обнаружены статистически значимые положительные взаимосвязи между копингами инструментальной и эмоциональной поддержки и уровнем сформированностью стремления к принятию.*

***Ключевые слова:** стратегии совладания, инструментальная поддержка, эмоциональная поддержка аффилиация, стремление к принятию.*

***Annotation.** The results of an empirical study of the relationships between affiliative tendencies and various coping strategies are presented using the example of the personality of medical workers. Statistically significant positive relationships were found between the copings of instrumental and emotional support and the level of formation of the desire for acceptance.*

***Keywords:** coping strategies, instrumental support, emotional support, affiliation, desire for acceptance.*

Актуальность исследования. Профессиональная медицинская деятельность имеет стрессогенный характер. Это обусловлено характером трудовой нагрузки и содержанием медицинского труда, предполагающего высокие стандарты профессиональной подготовки, высокие этические нормы деятельности и высочайший уровень персональной ответственности врача за выбор стратегии лечения, за здоровье и жизнь больного. Перманентно высокий уровень стресса медицинских работников может приводить к профессиональному выгоранию и, как следствие, к профессиональным ошибкам. В связи с этим актуальным выступает поиск психологических механизмов, определяющих способность и готовность медицинских работников справляться с трудными профессиональными ситуациями, выбирать эффективные стратегии совладания со стрессом.

Теоретические аспекты проблематики совладающего поведения в настоящее время активно изучаются специалистами различных областей научного знания, включая психологов. Под совладающим поведением исследователи понимают совокупность поведенческих актов, позволяющих субъекту с помощью осознанных действий справиться со стрессом, используя для этого способы, адекватные его личностным особенностям и самой ситуации [3]. Совладающее поведение базиру-

ется на личностных и средовых ресурсах и реализуется посредством применения стратегий совладания (копинг-стратегий). В психологии совладающего поведения, по мнению С. А. Хазовой, в понятие «ресурсы» включается всё то, что даёт возможность преодолеть трудные ситуации вполне эффективно, любые возможности людей и общества. [11]. В ресурсной концепции стресса С. Хобфолла ресурсы определяются как то, что является значимым для человека и помогает ему адаптироваться в сложных жизненных ситуациях [6].

Исследователи рассматривают различные характеристики коммуникативной сферы личности как важный личностный ресурс совладания. К числу коммуникативных параметров, оказывающих влияние на поведение человека в сложных жизненных ситуациях, относится аффилиация – потребность человека быть среди людей, устанавливать и поддерживать с ними положительные отношения. Аффилиационная потребность является фундаментальной для личности и играет важную роль в формировании ее паттернов поведения, помогая справляться со сложными жизненными ситуациями, определяя выбор стратегий совладания [1].

Целью данного фрагмента проводимого нами исследования выступает анализ взаимосвязей аффилиационных тенденций и проактивных копинг-стратегий как психологических ресурсов совладания медицинских работников с трудными жизненными и профессиональными ситуациями.

Диагностический инструментарий. В работе были использованы следующие психодиагностические инструменты:

Тест для измерения мотивации аффилиации Мехрабиана в модификации М. Ш. Магомед-Эминова [10]; Опросник проактивного копинга» в адаптации Е.П. Белинской [4].

Опросник Мехрабиана предназначен для измерения мотивации аффилиации. Он включает две шкалы: стремления к принятию (СП) и страха отвержения (СО). В рамках данного эпизода исследования рассмотрены диагностические показатели по шкале стремления к принятию (СП).

Опросник проактивного копинга содержит 27 утверждений, которые распределены по шести шкалам. В исследовании к анализу были приняты шкалы поиска инструментальной и эмоциональной поддержки (ИП; ЭП), В поиске инструментальной поддержки человек при решении задач в трудной жизненной ситуации фокусируется на принятии информации от других людей. В поиске эмоциональной поддержки субъект стремится к регуляции своего эмоционального состояния посредством коммуникации с другими людьми.

Эмпирическая выборка. В состав выборки вошли 195 респондентов – медицинский персонал (врачи, медицинские сестры, фельдшеры) лечебных учреждений г. Краснодара.

В процессе анализа полученных в исследовании данных применены методы параметрической статистики: расчет среднего арифметического (M); стандартного отклонения (SD); коэффициента линейной корреляции по Пирсону (r).

Результаты исследования и их обсуждение

В целом по выборке уровень стремления к аффилиации соответствует средним значениям и составил 13,9 баллов (SD = 4,96).

По преобладающим показателям выраженности стремления к принятию (СП) совокупная выборка была разделена на 4 подгруппы:

Подгруппа n1, в которую вошли 18 респондентов (9,2% выборки) с высоким уровнем данной аффилиативной тенденции (21-26 баллов). Доминирование у человека стремления к принятию приводит к стилю общения, характеризующемуся уверенностью, непринужденностью, открытостью и социальной смелостью. В то же время, чрезмерно высокий уровень стремления к принятию может свидетельствовать о склонности респондентов к созависимым отношениям. Гипертрофированное стремление к принятию формирует у человека сверхценность отношений, в которых может не остаться места для самой личности [4].

У 134 респондентов (68,7% выборки) отмечен средний уровень стремления к принятию (11-20 баллов). Для дальнейшего анализа принято решение дифференцировать респондентов данной группы на две подгруппы: – n2 (15-20 баллов), в которую вошел 71 респондент (36,4%) и n3 (11-14 баллов), в которую включены 63 респондента (32,3%).

Подгруппа n4 – 43 респондента (22,1% выборки) с низким уровнем стремления к принятию (менее 10 баллов). Данный уровень предполагает отсутствие или низкий уровень сформированности у респондентов потребности в коммуникациях, во взаимодействии с другими людьми, в налаживании контактов и желании делиться своими переживаниями и проблемами с окружающими людьми [4].

Средневыборочное значение по шкале «Поиск инструментальной поддержки» составляет 7,66 баллов ($SD=2,73$), что соответствует среднему уровню выраженности данной стратегии совладания.

Респонденты разделились по уровням выраженности данного копинга на 3 группы. Высокий уровень ориентации на поиск инструментальной поддержки (11-16 баллов) отмечен у 83 респондентов (42,6%), средний уровень (5-10 баллов) – у 108 респондентов (55,4%). И только у 4-х респондентов (2% выборки) данный копинг выражен слабо (1-4 балла).

Средневыборочный показатель по шкале «Поиск эмоциональной поддержки» составляет 7,93 балл ($SD=2,77$), что также соответствует среднему уровню выраженности.

У 91 респондента (46,7%) данный копинг имеет высокий уровень ресурсности (11-16 баллов). Для 96 респондентов (49,2%) отмечен средний уровень его выраженности (5-10 баллов). Для 8 респондентов (4,1% выборки) данная копинг-стратегия не является значимой (1-4 балла).

Анализ уровня аффилиации у респондентов с разной выраженностью проактивных копинг-ресурсов показал следующее.

У большинства респондентов с высокими показателями копинг-ресурса инструментальной поддержки отмечен средний уровень стремления к принятию (СП). Только 3,6% респондентов имеют низкий уровень измеряемой аффилиативной тенденции. Высокий уровень стремления к принятию зафиксирован у 19,35% респондентов в данной группе, в то время, как среди респондентов со средним уровнем инструментальной поддержки таких респондентов оказалось только 1,9%, а среди респондентов с высоким уровнем инструментальной поддержки таких респондентов нет. Доля респондентов с низким уровнем стремления к принятию более высока среди респондентов со средним (33, 3%) и низким (100%) уровнем копинга инструментальной поддержки (Табл. 1).

Таблица 1. Стремление к принятию у респондентов с различными уровнями сформированности копинг-ресурса инструментальной поддержки (ИП)

Уровни ИП	Уровни выраженности СП (чел.; % от выборки)			
	n1 (18)	n2 (71)	n3 (63)	n4 (43)
высокий	16/19,3	45/54,2	19/22,9	3/3,6
средний	2/1,9	26/24,1	44/40,7	36/33,3
низкий	-	-	-	4/100

Аналогичные тенденции отмечены и при сравнении уровней сформированности аффилиативной тенденции у респондентов с копингом эмоциональной поддержки (Табл. 2).

Для большинства респондентов с высоким уровнем сформированности копинга эмоциональной поддержки характерен средний уровень стремления к принятию (СП). Низкий уровень измеряемой аффилиативной тенденции имеют 5,5% респондентов. Высокая выраженность стремления к принятию зафиксирован у 19,8 % респондентов в данной группе. Среди респондентов со средней и низкой ресурсностью данной копинг-стратегии высокий уровень стремления к принятию не зафиксирован. При этом среди респондентов этих групп высока доля респондентов с низким уровнем стремления к принятию. В группе со средним уровнем сформированности данного копинга этот показатель составляет 31,2%. В группе с низким уровнем сформированности эмоциональной поддержки у всех респондентов низкий уровень стремления к принятию.

Таблица 2. Стремление к принятию у респондентов с различными уровнями сформированности копинг-ресурса эмоциональной поддержки (ЭП)

Уровни ЭП	Уровни выраженности СП (чел.; % от выборки)			
	n1 (18)	n2 (71)	n3 (63)	n4 (43)
высокий	18/19,8	40/43,9	28/30,8	5/5,5
средний	-	31/32,3	35/36,5	30/31,2
низкий	-	-	-	8/100

Корреляционный анализ свидетельствуют о наличии в исследуемой выборке статистически значимых взаимосвязей между исследуемыми стратегиями совладания и аффилиационными тенденциями. Наиболее отчетливо данная взаимосвязь проявляется на уровне высоких и средних значений исследуемых параметров (Табл. 3).

Так, высокий уровень сформированности стратегии инструментальной поддержки коррелирует с высоким ($r=0,46$ $p<0,05$) и средним ($r=0,44$ $p<0,05$) уровнями стремления к принятию. Также значимые корреляции с высоким ($r=0,42$ $p<0,05$) и средним уровнем ($r=0,39$ $p<0,05$) стремления к

принятию отмечены для среднего уровня сформированности копинга инструментальной поддержки.

Аналогичные взаимосвязи характерны и для копинга эмоциональной поддержки. Высокий уровень данного копинга значимо коррелирует с высоким ($r=0,66$ $p<0,01$) и средним уровнем ($r=0,67$ $p<0,01$) стремления к принятию. Также положительные корреляции связывают средний уровень сформированности копинга эмоциональной поддержки с высоким ($r=0,42$ $p<0,05$) и средним ($r=0,34$ $p<0,05$) уровнями аффилиционной тенденции.

Таблица 3. Взаимосвязь аффилиционных тенденций и стратегий совладающего поведения

Уровни сформированности стратегий совладания	Коэффициент корреляции Пирсона (r)			
	Уровни стремления к принятию (СП)			
	высокий	средний1	средний2	низкий
Инструментальная поддержка (ИП)				
высокий	0,46*	0,44*	0,11	-0,16
средний	0,42*	0,39*	0,24	-0,17
низкий	0,15	0,09	0,01	0,29
Эмоциональная поддержка (ЭП)				
высокий	0,66**	0,67**	0,22	0,03
средний	0,42*	0,34	0,11	0,03
низкий	0,19	0,12	0,13	0,14

** $p<0,01$; * $p<0,05$

Полученные данные позволяют предположить, что высокий и средний уровни стремления к принятию может оказывать влияние на формирование таких стратегий совладающего поведения, как поиск инструментальной и эмоциональной поддержки. Обе стратегии совладания ориентированы на взаимодействие с другими людьми в сложных жизненных ситуациях.

Заключение.

Тема взаимосвязи аффилиционных тенденций и стратегий совладания является актуальной в современной психологии. Значимость данного направления исследований подкрепляется его непосредственной связью с практическим запросом на поиск технологий и методов психологической поддержки личности в трудных жизненных ситуациях.

Понимание взаимосвязи между исследуемыми психологическими феноменами позволяет дифференцировать особенности стресс-реагирования у медицинских работников, спрогнозировать индивидуальный выбор субъектом медицинской деятельности той или иной стратегии совладания в сложных жизненных и профессиональных ситуациях.

Литература

1. Анцыферова, Л. И. *Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита* / Л. И. Анцыферова // *Психологический журнал*. – 1994. – Т. 15, № 1. – С. 3-18.
2. Агадуллина, Е. Р. *Личностные и ситуационные предикторы проактивного совладания с трудными жизненными ситуациями: кросс-культурные различия* / Е. Р. Агадуллина, Е. П. Белинская, М. Р. Джурова // *Национальный психологический журнал*. – 2020. – № 3 (39). – С. 30-38.
3. Акименко А. К. *Взаимосвязь стратегий совладающего поведения Известия Саратовского ун-та. Новая серия. Акмеология образования* / А. К. Акименко // *Психология развития*. – 2016. – Т. 5, вып. 2(18). – С. 151-156.
4. Белинская, Е. П. *Опросник проактивного копинга: адаптация на неклинической выборке и прогностические возможности* / Е. П. Белинская, А. В. Вечерин, Е. Р. Агадуллина // *Клиническая и специальная психология*. – 2018. – Том 7, № 3. – С. 192-211. – DOI 10.17759/psycljn.2018070312.
5. Бехтер, А. А. *Реактивное и проактивное совладающее поведение у российских студентов первого года обучения: диагностика и возможности развития* / А. А. Бехтер, А. В. Гагарин, О. А. Филатова // *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика*. – 2021. – Т. 18, № 1. – С. 85-103.
6. Биденко, Р. А. *Ресурсы совладающего поведения как основа развития саморегуляции военнослужащих войск национальной гвардии Российской Федерации* / Р. А. Биденко, М. И. Федоришин, А. В. Спирин // *Интернет-журнал «Мир науки»* – 2017. – Том 5, № 6. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/62PSMN617.pdf> (дата обращения: 15.10.2024).

7. Журавлев, А. Л. *Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы* / А. Л. Журавлев, Т. Л. Крюкова, Е. А. Сергиенко. – Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», – 2008. – 474 с.

8. Куфтяк, Е. В. *Связь проактивного совладания и индивидуально-личностных показателей в период взрослости* / Е. В. Куфтяк, Е. О. Секацкая // *Ананьевские чтения – 2021: Материалы международной научной конференции, Санкт-Петербург, 19-22 октября 2021 года* / Под общей редакцией А.В. Шаболтас. Отв. ред. В. И. Прусаков. – Санкт-Петербург: ООО "Скифия-принт", 2021. – С. 682-683.

9. Куфтяк Е. В. *Стресс и проактивное совладающее поведение в период пандемии COVID-19: данные он-лайн опроса* / Е. В. Куфтяк, А. А. Бехтер // *Медицинская психология в России: электрон. науч. журн.* – 2020. – Т. 12, № 6(65). – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: 15.10.2024).

10. Фетискин, Н. П. *Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп* / В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов – Москва : Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.

11. Хазова, С. А. *Совладающее поведение одаренных старшеклассников специальность 19.00.01 Общая психология, психология личности, история психологии : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук* / Хазова Светлана Абдурахмановна; Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2002. – 200 с. – Библиогр.: с. 183–200.

References

1. Antsyferova, L. I. *Personality in Difficult Life Conditions: Rethinking, Transforming Situations, and Psychological Defense* / L. I. Antsyferova // *Psychological Journal.* - 1994. - Vol. 15, No. 1. - P. 3-18.

2. Agadullina, E. R. *Personal and Situational Predictors of Proactive Coping with Difficult Life Situations: Cross-Cultural Differences* / E. R. Agadullina, E. P. Belinskaya, M. R. Dzhuraeva // *National Psychological Journal.* - 2020. - No. 3 (39). - P. 30-38.

3. Akimenko A. K. *Interrelation of Coping Strategies Bulletin of the Saratov University. New Series. Acmeology of Education* / A. K. Akimenko // *Developmental Psychology.* – 2016. – Vol. 5, issue. 2(18). – P. 151-156.

4. Belinskaya, E. P. *Proactive Coping Questionnaire: Adaptation to a Non-Clinical Sample and Prognostic Capabilities* / E. P. Belinskaya, A. V. Vecherin, E. R. Agadullina // *Clinical and Special Psychology.* - 2018. - Vol. 7, No. 3. - P. 192-211. - DOI 10.17759/psycljn.2018070312.

5. Bekhter, A. A. *Reactive and Proactive Coping Behavior in Russian First-Year Students: Diagnostics and Development Possibilities* / A. A. Bekhter, A. V. Gagarin, O. A. Filatova // *Bulletin of the Peoples' Friendship University of Russia. Series: Psychology and Pedagogy.* – 2021. – V. 18, No. 1. – P. 85-103.

6. Bidenko, R. A. *Resources of coping behavior as a basis for the development of self-regulation of military personnel of the National Guard of the Russian Federation* / R. A. Bidenko, M. I. Fedorishin, A. V. Spirin // *Internet journal "World of Science"* – 2017. – Vol. 5, No. 6. – URL: <https://mirnauki.com/PDF/62PSMN617.pdf> (date accessed: 15.10.2024).

7. Zhuravlev, A. L. *Coping behavior: Current state and prospects* / A. L. Zhuravlev, T. L. Kryukova, E. A. Sergienko.

– Moscow: Publishing house "Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences", – 2008. – 474 p.

8. Kuftyak, E. V. *The relationship between proactive coping and individual-personal indicators in adulthood* / E. V. Kuftyak, E. O. Sekatskaya // *Ananyev Readings - 2021: Proceedings of the international scientific conference, St. Petersburg, October 19-22, 2021* / General editor A. V. Shabolts. Responsible editor V. I. Prusakov. - St. Petersburg: ООО "Skifiya-print", 2021. - P. 682-683.

9. Kuftyak E. V. *Stress and proactive coping behavior during the COVID-19 pandemic: data from an online survey* / E. V. Kuftyak, A. A. Bekhter // *Medical Psychology in Russia: electronic. scientific journal.* – 2020. – V. 12, No. 6(65). – URL: <http://mprj.ru> (date of access: 15.10.2024).

10. Fetiskin, N. P. *Social and psychological diagnostics of personality and small group development* / V. V. Kozlov, G. M. Manuilov – Moscow: Publishing house of the Institute of Psychotherapy, 2002. – 490 p.

11. Khazova, S. A. *Coping behavior of gifted high school students, specialty 19.00.01 General psychology, personality psychology, history of psychology: dissertation for the degree of candidate of psychological sciences* / Khazova Svetlana Abdurakhmanovna; Kostroma: KSU named after N. A. Nekrasov, 2002. - 200 p. - Bibliography: pp. 183-200.

