

О. Є. Самара

аспірант кафедри клінічної психології

ІПО ОНУ імені І. І. Мечникова

E-mail: dr-tanata@yandex. ru

ФАКТОРИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ФОРМУВАННЯ СТРАТЕГІЙ СТРЕС-ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ У СПІВРОБІТНИКІВ МНС

У статті дається коротке теоретичне обґрунтування дослідження стратегій стрес-долаючої поведінки, розкриваються результати дослідження факторів, що впливають на формування стратегій стрес-долаючої поведінки у співробітників МНС, визначені перспективи подальших досліджень.

Ключові слова: копінг-поведінка, стрес, стратегії стрес-долаючої поведінки, співробітники МНС.

Проблема стресу спочатку розглядалася з позицій аналізу впливаючих стрес-факторів. Проте психологами була подолана суперечність між “неспецифічністю стресу як реакції на будь-яку дію” [5] і “залежністю реакції від психологічної оцінки загрози” [2] на користь останнього вислову.

Обсяг поняття “стрес” був різко звужений у бік експериментальності і більш особистісно орієнтований. З метою зняття суперечності між фізіологічною неспецифічністю і психологічною вибірковістю Р. Лазарус вводить поняття “копінг” — як здібність до подолання стресу. У теорії стресу і копінга важливе значення мають механізми подолання стресу, які визначають розвиток різних форм поведінки, що приводять до адаптації або дезадаптації особистості.

В результаті теоретичних і експериментальних досліджень [1; 3; 4] було показано, що для того щоб упоратися зі стресом кожна людина використовує власні стратегії (копінг-стратегії) на підставі особистого досвіду, що є у неї (особистісні ресурси або копінг-ресурси). Тому зівладаючи (стрес-долаючи) поведінку почали розглядати як результат взаємодії копінг-стратегій і копінг-ресурсів. Копінг-стратегії — способи управління стрес-фактором, що виникають як відповідь особи на сприйману загрозу. Копінг-ресурси — відносно стабільні характеристики людини і стресу, які сприяють розвитку способів упоратися з ним.

Дослідники виділяють наступні види копінг-ресурсів: фізичні (здоров’я, витривалість і под.), психологічні (переконання, самооцінка, локус контролю, мораль і под.), соціальні (індивідуальна соціальна мережа та інші види соціально-підтримуючої системи) й розподіляють їх на два різновиди копінг-ресурсів — особистісні й середовищні.

На тепер до копінг-ресурсів особистості відносять: розвиток когнітивної сфери, що дозволяє оцінювати дію соціального середовища, яке оточує людину; уявлення людини про себе (Я-концепція); вміння контролювати своє життя, брати на себе відповідальність за нього (інтернальний локус

контролю); вміння спілкуватися з оточуючими, певну соціальну компетентність, прагнення бути разом з людьми (аффіліація); вміння співпереживати оточуючим, проживати разом з ними якийсь відрізок їх життя, накопичуючи при цьому свій власний досвід (емпатія); позицію людини відносно життя, смерті, любові, самотності, віри, духовності людини, віри в Бога і подібне; ціннісну мотиваційну структуру особистості. Ресурси соціального середовища теж визначають поведінку людини. До них відносяться: система соціальної підтримки або соціально-підтримуюча мережа — це оточення, в якому живе людина (сім'я, суспільство).

Було встановлено, що копінг-поведенка людини в умовах професійного стресу проявляється в базисних копінг-стратегіях і визначається особистісно-середовищними ресурсами, які включають різні багаторівневі компоненти. Їх значущість і рівень проявів визначаються не тільки характером стресової ситуації, але психологічними особливостями того або іншого контингенту (хворі, представники різних професій і видів діяльності). Найбільш яскравий прояв копінг-стратегій виявляється у осіб, які займаються професійною діяльністю в умовах підвищеної напруженості, у зв'язку з чим представляється актуальним вивчення базових копінг-стратегій і особистісно-середовищних копінг-ресурсів у фахівців екстремального профілю — співробітників МНС України, що і зумовило розгляд їх професійної діяльності.

Результати теоретичного аналізу професійної діяльності співробітників АСП МНС України дозволили встановити, що особливостями професійної діяльності співробітників АСП (пожежників-рятувальників) є: виконання професійного завдання в незвичайних умовах, пов'язаних з небезпекою для життя і здоров'я; переживання негативних психічних станів; вплив специфічних стрес-факторів (неможливість врятувати постраждалих; загибель (поранення) дітей; загибель (поранення) колег; загибель (поранення) населення; зовнішній вигляд постраждалих; наявність в професійній діяльності декількох типів стресових ситуацій. Відповіддю на вплив стресової ситуації будь-якого типу можуть бути: адаптивна, псевдоадаптивна або дезадаптивна поведінка співробітників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України [1; 4].

Матеріали виконаного аналізу дозволили підкреслити зв'язок стрес-долаючої поведінки і стресу, значущість когнітивної теорії його подолання, наявність змістовних компонентів копінг-поведінки і достатньо слабку його розробленість відносно фахівців екстремального профілю.

На основі аналізу сучасних уявлень дослідників про стрес-долаючу поведінку були визначені напрями власного дослідження, орієнтованого на встановлення психологічних факторів формування стрес-долаючої поведінки (копінг-поведінки) співробітників МНС.

Дослідження, направлене на виявлення психологічних факторів формування і зміни стратегій стрес-долаючої поведінки у співробітників МНС, реалізовувалося в ході комплексного психологічного обстеження 1152 співробітників МНС, з них — 988 чоловіків і 164 жінок.

Комплексне дослідження проводилося на базі Головного управління МНС в Одеській області. У дослідженні брали участь співробітники Ма-

линовського, Суворівського, Київського, Приморського районних відділів Міського управління МНС м. Одеси, районних відділів Головного управління МНС в Одеській області, а також співробітники Котовського, Білгород-Дністровського, Ізмаїльського районних управлінь МНС, Іллічівського, Теплодарського, Южненського міських відділів МНС, двох об'єктових частин ЗДПО-2 і ДПЧ-15. У комплексному дослідженні брали участь випробовувані у віці від 19 до 63 років, середній вік — 33,7 року. Стаж випробовуваних складав від 2 тижнів до 32 років, середній стаж — 7,7 року.

Із загального масиву були відібрані дані 398 випробовуваних, з них 343 чоловіки і 55 жінок, у віці від 20 до 63 років, середній вік випробовуваних склав 33,8 року, середній стаж — 7,8 року. Відбір даних проводився зіставленням кількісних результатів випробовуваних, отриманих за шкалами методик, що відповідають за діагностику певної стратегії стрес-долаючої поведінки, із кількісними показниками, відповідними області високого ступеня вираженості конкретної копінг-стратегії. До підсумкової вибірки увійшли ті випробовувані, кількісні показники яких за копінг-стратегіями були рівні або перевищували нижні межі області високої вираженості стратегії стрес-долаючої поведінки.

Процесуальне визначення найбільш виражених стратегій стрес-долаючої поведінки у співробітників МНС включало пред'явлення вказаному контингенту наступних методик:

1. “Копінг-поведінка в стресових ситуаціях” С. Нормана, Д. Ф. Ендлера, Д. А. Джеймса, М. І. Паркера в адаптації Т. А. Крюкової.

2. Методика “Індикатор копінг-стратегій” Д. Амірхана, адаптована в Психоневрологічному науково-дослідному інституті ім. В. М. Бехтерева.

3. Опитувальник SACS “Стратегії подолання стресових ситуацій” С. Хоффбола.

4. Методика “Копінг-тест” Р. Лазаруса, С. Фолкмана, адаптована в інституті ім. В. М. Бехтерева під егідою Всесвітньої організації охорони здоров'я.

5. Шкала депресії Бека (BDI).

6. Опитувальник “Події життя”.

7. Шкала благополуччя ВІЗ (WHO).

8. Шкала оцінки насильницьких дій Плутчика (PFAV).

9. Шкала характеристик гніву (*Trait Anger Scale*, надалі — TAS).

10. Особистісний опитувальник NEO-PI-R, розроблений американськими психологами Р. Т. Costa і Р. Р. McGrae, в його російськомовній версії, адаптованій колективом психологів з Ярославського держуніверситету В. Є. Орлом, О. О. Рукавишниковим, І. Г. Сеніним.

Для встановлення факторів, що чинять вплив на формування адекватних і неадекватних стратегій стрес-долаючої поведінки у співробітників МНС, використовувався факторний аналіз — статистичний метод, що дозволяє велике число вивчених показників (змінних) звести до меншої кількості незалежних впливаючих величин, названих факторами. У один фактор об'єднуються змінні, що найсильніше корелюють між собою, що

дозволяє дати їх інтегральне тлумачення. Результати факторного аналізу методом головних компонент з подальшим ортогональним обертанням за методом Варимакс-Кайзера представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Результати факторного аналізу для вибірки з неадекватними стратегіями стрес-долаючої поведінки

| Фактор | Власне значення | Відсоток з'ясовної дисперсії (%) | Накопичена дисперсія (%) |
|--------|-----------------|----------------------------------|--------------------------|
| 1 | 6,232 | 12,464 | 12,464 |
| 2 | 5,190 | 10,380 | 22,844 |
| 3 | 4,463 | 8,926 | 31,769 |
| 4 | 4,416 | 8,833 | 40,602 |
| 5 | 4,149 | 8,299 | 48,901 |
| 6 | 2,238 | 4,475 | 53,376 |
| 7 | 2,119 | 4,238 | 57,614 |
| 8 | 1,905 | 3,809 | 61,424 |

Проведення факторного аналізу дозволило визначити фактори, що роблять вплив на формування неадекватних стратегій. Була виявлена факторна структура, що складається з восьми компонентів, дозволяє пояснити 61,424% сумарної дисперсії (див. таблицю 2).

Перший фактор “Невпевненість в особистій і професійній компетентності” впливає на підвищення готовності пережити почуття гніву в стресових ситуаціях, емоційну дестабілізацію, зниження стресостійкості, призводить до поведінкової ригідності, апатичності в досягненні професійних цілей, відсутності планування і обліку наслідків власних дій при складних ситуаціях.

Таблиця 2

Факторна структура, сприяюча формуванню неадекватних копінг-стратегій

| Компоненти | Фактори | | | | | | | |
|------------|---------|-------|-------|-------|---|---|-------|-------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| TN1 | | | 0,581 | | | | | |
| TN2 | -0,490 | | | 0,542 | | | | |
| TN3 | | | 0,558 | | | | | |
| TN4 | | | 0,728 | | | | | |
| TN5 | | | 0,573 | | | | | |
| TN6 | -0,499 | | 0,636 | | | | | |
| TN | -0,424 | | 0,786 | | | | | |
| TE1 | | 0,454 | | | | | | |
| TE2 | | 0,595 | | | | | 0,465 | |
| TE3 | | 0,505 | | | | | | |
| TE4 | | | | | | | | |
| TE5 | | 0,692 | | | | | | |
| TE6 | | 0,645 | | | | | | |
| TE | | 0,841 | | | | | | |
| TO1 | | 0,488 | | | | | | |
| TO2 | | 0,453 | | | | | | 0,581 |
| TO3 | | 0,473 | 0,528 | | | | | |

Закінчення табл. 2

| Компоненти | Фактори | | | | | | | |
|---------------------------|---------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|-------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ТО4 | -0,476 | | | | | | | |
| ТО5 | | 0,723 | | | | | | |
| ТО6 | | | | | | | | 0,798 |
| ТО | | 0,732 | | | | | | 0,526 |
| ТА1 | | | | | 0,438 | | | |
| ТА2 | | | | | 0,739 | | | |
| ТА3 | | | | | 0,592 | | | |
| ТА4 | | | | -0,529 | | | | |
| ТА5 | | | | | 0,768 | | | |
| ТА6 | | | | | 0,664 | | | |
| ТА | | | | | 0,906 | | | |
| ТС1 | 0,665 | | | | | | | |
| ТС2 | 0,763 | | | | | | | |
| ТС3 | 0,684 | | | | | | | |
| ТС4 | 0,642 | | | | | | | |
| ТС5 | 0,772 | | | | | | | |
| ТС6 | 0,675 | | | | | | | |
| ТС | 0,909 | | | | | | | |
| Психологічне благополуччя | | | -0,440 | -0,429 | | | | |
| BDI | | | | 0,517 | | | | |
| PFAV | | | | 0,473 | | | | |
| TAS _t | | | | 0,801 | | | | |
| TAS _r | | | | 0,739 | | | | |
| TAS | | | | 0,851 | | | | |
| Події життя | | 0,440 | | | | | | |
| Здібності | | | | | | 0,596 | | |
| Алкоголь | | | | | | | -0,733 | |
| Злагідність | | | | | | 0,600 | | |
| Відношення до професії | | | | | | 0,798 | | |
| Антисоціальна поведінка | | | | | | | 0,614 | |

Другий фактор “Емоційна нестабільність і незрілість” впливає на прагнення до встановлення емоційно близьких міжособистісних стосунків, прояв домінування над іншими, схильності до ризику і необґрунтованого оптимізму, фокусування на власних переживаннях, на підвищення сензитивності до негативних емоційних станів, а також на збільшення рівня особової травматизації.

Третій фактор “Страх перед стресовими ситуаціями” впливає на підвищення рівня нейротизма, тривожності, депресивності, переживання відчуття неповноцінності, зниження здатності контролювати власні бажання і спонуки, збільшення частоти і інтенсивності переживання відчуття розгубленості і безпорадності в стресових ситуаціях, а також на зниження психологічного благополуччя особистості.

Четвертий фактор “Пригнічена агресія” відповідає за підвищення рівня ворожості, агресивності, депресивних станів.

П'ятий фактор "Прагматизм" впливає на рівень співпраці, зниження ступеня довіри до тих, хто оточує, прагнення маніпулювати іншими, відповідає за прояв егоцентризму, самовпевненості, обачності і зниження здібності до співчуття.

Шостий фактор "Втрата інтересу до професії" сприяє незначному зниженню прояву професійних здібностей, злагодженості в команді і формуванню негативного відношення до професії.

У структуру сьомого фактора "Недолік уваги" увійшли показники, що відповідають за товариськість, алкоголізацію і антисоціальну поведінку. Причому даний фактор сприяє збільшенню частоти вживання алкоголю, схильності до аморальних вчинків і підвищення комунікативності особи. Антисоціальні способи поведінки в даному випадку використовуються як спосіб залучення уваги з боку тих, хто оточує, а алкоголізація сприяє більшій відвертості і реалізації комунікативних можливостей, що на якийсь час компенсує відсутність уваги з боку значущих інших.

Восьмий фактор "Емоційний консерватизм" впливає на зниження відвертості досвіду, ригідність структури ціннісної ієрархії особистості й відсутність інтересу до естетичної сфери. Можливо, останній компонент даного фактора може відповідати за акцентування уваги на буденних сторонах навколишнього світу. Назва фактора обумовлена тим, що зниження відвертості досвіду і ригідність цінностей сприяє переживанню одних і тих же емоцій, призводить до звуження інтенсивності і якості емоційних переживань. Такі люди відзначають тільки буденні, звичні події, що сприяє збереженню певної емоційної стабільності.

Результати факторного аналізу даних, отриманих у вибірці з адекватними копінг-стратегіями, методом головних компонент з подальшим ортогональним обертанням за методом Варимакс-Кайзера представлені в таблиці 3.

Найбільше значення для пояснення факторної структури мають перші три фактори, що пояснюють 55,009% сумарної дисперсії. Саме вони надають вирішального впливу на формування адекватних стратегій стресдолаючої поведінки. Середнє значення мають четвертий і п'ятий фактори, що пояснюють 14,584% сумарної дисперсії і мають власне значення на рівні, який перевищує значення 3,00. Найменший вплив на формування адекватних копінг-стратегій чинять фактори, що залишилися і пояснюють 12,012% сумарної дисперсії, власне значення яких не перевищує 3,00 і знаходиться на рівні вище 1,00.

Проведення факторного аналізу дозволило визначити фактори, що впливають на формування неадекватних стратегій. Була виявлена факторна структура, що складається з восьми компонентів і дозволяє пояснити 61,424% сумарної дисперсії (див. таблицю 4).

Перший фактор впливає на ступінь відвертості досвіду, лабільність ієрархії цінностей, здатність переглянути власні погляди, довіру, чесність, альтруїзм, поступливість, скромність, чуйність, компетентність, організованість, слухняність обов'язку, прагнення до досягнень, самодисципліну, і також надає зворотної дії на ступінь прояву агресії як ситуативної реакції

Таблиця 3

Результати факторного аналізу для вибірки з адекватними стратегіями стрес-долаючої поведінки

| Фактор | Власне значення | Відсоток з'ясовної дисперсії (%) | Накопичена дисперсія (%) |
|--------|-----------------|----------------------------------|--------------------------|
| 1 | 9,927334 | 19,85467 | 19,85467 |
| 2 | 8,818 | 17,636 | 37,491 |
| 3 | 8,759 | 17,518 | 55,009 |
| 4 | 4,187 | 8,375 | 63,384 |
| 5 | 3,104 | 6,209 | 69,593 |
| 6 | 2,241 | 4,481 | 74,074 |
| 7 | 2,055 | 4,111 | 78,185 |
| 8 | 1,710 | 3,420 | 81,605 |

при стресі, на професійні здібності, алкоголізацію (тобто сприяє підвищенню частоти вжитку алкоголю), злагідність в колективі, відношення до професії і антисоціальну поведінку (сприяє формуванню просоціальної поведінки). Також слід зазначити, що до даного фактора увійшов компонент “стаж” з негативним знаком. Таким чином, враховуючи всі компоненти фактора і характер їх зв'язку, можна позначити його як “Незавершена адаптація до професійної діяльності”.

Таблиця 4

Факторна структура, сприяюча формуванню адекватних копінг-стратегій

| Компоненти | Фактори | | | | | | | |
|------------|---------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|-------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Стаж | -0,433 | | | -0,557 | | | | |
| TN1 | | | | | 0,745 | | | |
| TN2 | | | | | | | 0,844 | |
| TN3 | | -0,593 | | | 0,600 | | | |
| TN4 | | -0,565 | | | | | 0,527 | |
| TN5 | | | | | 0,813 | | | |
| TN6 | | -0,402 | | | | -0,489 | | |
| TN | | | | | 0,831 | | | |
| TE1 | | -0,699 | | | | -0,495 | | |
| TE2 | | -0,675 | | | | | | |
| TE3 | | -0,502 | | | | | | 0,535 |
| TE4 | | -0,507 | 0,530 | | | | | 0,417 |
| TE5 | | | 0,569 | | | | | 0,609 |
| TE6 | | | 0,752 | | | | | |
| TE | | | 0,787 | | | | | |
| TO1 | | | 0,858 | | | | | |
| TO2 | | | 0,784 | | | | | |
| TO3 | | | 0,855 | | | | | |
| TO4 | | | 0,851 | | | | | |
| TO5 | | | 0,758 | | | | | |
| TO6 | 0,452 | | 0,681 | | | | | |
| TO | 0,460 | | 0,755 | | | | | |
| TA1 | 0,630 | | 0,507 | | | | | |
| TA2 | 0,801 | | | | | | | |
| TA3 | 0,753 | | | | | | | |

Закінчення табл. 4

| Компоненти | Фактори | | | | | | | |
|---------------------------|---------|-------|--------|-------|---|-------|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ТА4 | 0,804 | | | | | | | |
| ТА5 | 0,834 | | | | | | | |
| ТА6 | 0,828 | | | | | | | |
| ТА | 0,852 | | | | | | | |
| ТС1 | 0,811 | | | | | | | |
| ТС2 | 0,762 | | | | | | | |
| ТС3 | 0,723 | | | | | | | |
| ТС4 | 0,546 | | | 0,623 | | | | |
| ТС5 | 0,465 | | | 0,774 | | | | |
| ТС6 | | | | 0,829 | | | | |
| ТС | | | | 0,852 | | | | |
| Психологічне благополуччя | | 0,857 | | | | | | |
| BDI | | 0,897 | | | | | | |
| PFAV | | 0,860 | | | | | | |
| TAS _t | | 0,825 | | | | | | |
| TAS _r | -0,438 | 0,739 | | | | | | |
| TAS | -0,452 | 0,534 | | | | 0,501 | | |
| Події життя | | 0,494 | | | | 0,598 | | |
| Здібності | -0,407 | 0,480 | -0,432 | | | 0,513 | | |
| Алкоголь | -0,405 | 0,482 | -0,459 | | | 0,431 | | |
| Злагідність | -0,408 | 0,505 | -0,439 | | | | | |
| Відношення до професії | -0,460 | 0,469 | -0,511 | | | | | |
| Антисоціальна поведінка | -0,563 | | -0,461 | | | | | |

Другий фактор “Соціальна ізоляція — соціальна взаємодія при депресивних станах” характеризується прямим зв’язком з такими компонентами, як психологічне благополуччя, переживання депресивного стану, схильність до агресивних дій, психічна травматизація особи, професійні здібності, злагоженість в колективі, позитивне ставлення до професії і низький рівень алкоголізації, а також зворотним зв’язком з компонентами, що діагностують наступні особистісні риси: схильність до переживання негативних емоційних станів, відчуття провини, самоти, ранимість, щирість, товариськість, наполегливість, активність.

Третій фактор “Прагнення до новизни” прямо впливає на такі компоненти, як активність, пошук збудження, прагнення до переживання позитивних емоцій, екстраверсія, відкритість досвіду, уява, цінність емоцій, готовність до різноманітних видів активності, здатність переглянути свої погляди, переконання і цінності. В той же час даний фактор надає зворотний вплив на рівень професійних здібностей, алкоголізацію, злагоженість в колективі, відношення до професійних обов’язків і антисоціальну поведінку.

Четвертий фактор прямо впливає на прагнення до досягнень, самодисципліну, обдумування вчинків і сумлінність і має зворотний зв’язок зі стажем. Враховуючи отримані дані, його можна позначити як “Професійна компетентність”.

П'ятий фактор пояснює прямий взаємозв'язок з тривожністю, схильністю переживати депресивні відчуття, імпульсивністю і нейротизмом, що дозволяє дати йому назву "Депресія".

Шостий фактор дозволяє дати інтеграційне пояснення прямого взаємозв'язку з компонентами, що відповідають за діагностику схильності до переживання гніву, ступеня особової травматизації, вираженості професійних здібностей і ступеня алкоголізації, і зворотному зв'язку з такими компонентами, як ранимість і щирість. При зростанні дії даного фактора можна прогнозувати тенденцію до збільшення проявів гніву, травматизації, поліпшенню професійних здібностей, зниженню алкоголізації, підвищенню стресостійкості і зниженню прагнення до встановлення теплих емоційних стосунків з навколишніми людьми, окрім значущих близьких. Таким чином, даний фактор можна позначити як "Адаптація до професійних вимог".

Сьомий фактор прямо пов'язаний з віком, ступенем ворожості і схильністю переживати почуття неповноцінності, що дає можливість позначити його як "Нереалізованість/реалізованість". Чим менше ступінь нереалізованості, тим менше будуть виражені ворожість і відчуття неповноцінності. Цілком логічно, що відчуття нереалізованості у меншій мірі виражене в молодшому віці, що і зумовило назву фактора.

Восьмий фактор впливає на ступінь вираженості наполегливості, активності і пошуку збудження. При збільшенні дії даного фактора можна прогнозувати збільшення прояву домінантних рис особи, підвищення активності і схильності до ризику. Цей фактор відображає "прагнення до лідерства", що і зумовило його назву.

Таким чином, психологічними особливостями, сприяючими формуванню адекватних стратегій стрес-долаючої поведінки, є:

1. високий ступінь адаптації до професійної діяльності;
2. наявність соціальної підтримки при депресивних станах;
3. прийняття сталих професійних вимог;
4. високий рівень професійної компетентності;
5. відсутність тенденції до переживання депресивних станів;
6. високий ступінь особистісної і професійної реалізації;
7. ступінь вираженості прагнення до лідерства вище середнього.

На формування неадекватних стратегій стрес-долаючої поведінки впливають такі психологічні фактори, як:

1. невпевненість в особистісній і професійній компетентності;
2. емоційна нестабільність і незрілість;
3. страх перед стресовими ситуаціями;
4. пригнічена агресія;
5. прагматизм;
6. втрата інтересу до професії;
7. недолік уваги, що суб'єктивно переживається, з боку колег і близького оточення;
8. емоційний консерватизм, що виражається в ригідності емоційної сфери і страху перед переживанням негативних емоційних станів.

Серед психологічних особливостей, сприяючих формуванню адекватних копінг-стратегій, слід виділити перевагу соціально-психологічних факторів, таких як успішність професійної адаптації, ступінь професійної реалізації і використання соціальних мереж в стресових ситуаціях.

Встановлено, що в процесі формування неадекватних стратегій стрес-долаючої поведінки переважає дія особистісних факторів, серед яких на особливу увагу заслуговують невпевненість, емоційна нестабільність і незрілість, страх перед стресовими ситуаціями, пригнічена агресія.

Результати дослідження дозволили встановити, що стратегії стрес-долаючої поведінки формуються залежно від особистісних властивостей, що групуються в специфічні для кожної стратегії чинники. Факторна структура як цілісний комплекс припускає тісний взаємозв'язок її компонентів, серед яких немає головних і другорядних. Таким чином, маючи можливість впливати на окремі компоненти факторів, сприяючих формуванню тієї або іншої копінг-стратегії, можна опосередковано впливати й на інші, тісно з ними пов'язані. Але найбільш якісний ефект можливий тільки за направленої психокоректувальної дії на весь комплекс виявлених факторів і їх компонентів.

Проведене дослідження дозволило дійти висновку щодо необхідності виявлення кореляційних зв'язків між копінг-стратегіями, особистісними й соціально-психологічними властивостями особистості з метою розробки психокоректувальної програми, сприяючої формуванню адекватних стратегій стрес-долаючої поведінки у співробітників МНС.

Список використаних джерел

1. Євсюков О. П. Психологічне прогнозування надійності діяльності працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України: (Монографія) / О. П. Євсюков, О. В. Тімченко. — Харків: УЦЗУ, 2007. — 288 с.: іл., табл. — Бібліогр. с.: 274–286.
2. Лазарус Р. С. Индивидуальная чувствительность и устойчивость к психологическому стрессу / Р. С. Лазарус // Психологические факторы на работе и охрана здоровья. — М. — Женева, 1989. — С. 121–126.
3. Лефтеров В. О. Особистісний та професійний розвиток персоналу в екстремальних видах діяльності / В. О. Лефтеров // Актуальні проблеми психології. — Т. Х: Психологія; за ред. С. Д. Максименка. — К., 2008. — Ч. 8. — С. 328–335.
4. Миронець С. М. Негативні психічні стани та реакції працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України в умовах надзвичайної ситуації: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спеціальність 19.00.09. “Психологія діяльності в особливих умовах” / С. М. Миронець. — Харків, 2007. — 24 с.
5. Селъе Г. Очерки об адаптационном синдроме. — М.: Медицина, 1960. — 254 с.

О. Е. Самара

аспирантка кафедры клинической психологии ИИПО,
Одесский национальный университет имени И. И. Мечникова

**ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ СТРАТЕГИЙ
СТРЕСС-ПРЕОДОЛЕВАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СОТРУДНИКОВ МЧС**

Резюме

В статье приводится короткое теоретическое обоснование исследований стратегий стресс-преодолевающего поведения, раскрываются результаты исследований факторов, влияющих на формирование стратегий стресс-преодолевающего поведения у сотрудников МЧС, определены перспективы дальнейших исследований.

Ключевые слова: копинг-поведение, стресс, стратегии стресс-преодолевающего поведения, сотрудники МЧС.

O. E. Samara

post-graduate student of the Department of Clinical Psychology,
Odessa I. I. Mechnikov National University

**FACTORS WHICH INFLUENCE ON FORMING OF STRATEGIES
OF COPING-BEHAVIOR OF THE EMPLOYEES OF MINISTRY
OF EMERGENCY MEASURES**

Summary

In the article the short theoretical ground of research of strategies of coping-behavior is given, the results of research of factors, influencing on forming of strategies of coping-behavior of the employees of MINISTRY of emergency measures open up, the prospects of further researches are certain.

Key words: coping-behavior, stress, strategies of coping-behavior, employees of MINISTRY of emergency measures.