

DOI: 10.26104/NNTIK.2022.33.82.029

Кадырова Ч.А., Исраилова А.Т., Зайырбекова А.А., Козыев С.З.

КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН ИЧКИ ИШТЕР  
ОРГАНДАРЫНЫН КЫЗМАТКЕРЛЕРИНИН КЕСИПТИК  
ИШТЕРИНДЕГИ СТРЕСС-ЖЕНУУ ЖҮРҮМҮ

Кадырова Ч.А., Исраилова А.Т., Зайырбекова А.А., Козыев С.З.

СТРЕСС-ПРЕОДОЛЕВАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ В  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ  
ВНУТРЕННИХ ДЕЛ КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Ch. Kadyrova, A. Isirailova, A. Zaiyrbekova, S. Kozyev

STRESS-OVERCOMING BEHAVIOR IN THE  
PROFESSIONAL ACTIVITIES OF EMPLOYEES OF THE INTERNAL  
AFFAIRS BODIES OF THE KYRGYZ REPUBLIC

УДК: 342.9/159.09.072 (575.2)

Макалa укyктук психологиянын актуалдуу кoйгoйлoлy, атап айткaндa, Кыргыз Республикасынын ички иштер оргaндaрынын кызмaткeрлeринин ишмeрдyдyлyгyндoгy кyрoш истрaтeгиялaрына арналган. Кызмaткeрлeрдин иш-apaкeтиндe кyн сайын байкалган стрeсс фaктopлopу мeнeн тyрa кyрoшo билy y кызмaттык милдeттeрдe натыйжалуу аткaрy yчyн маанилy кeсиптик сапат болуп саналат. Констpyктивдy кyрoш истрaтeгиялaры кeсиптик ишмeрдyдyлyктyн натыйжалуулyгyн жогорулатyгa гaнa эмec, адамдын дeн coлдyгyнун психикасын сактooгo жaнa психосоматиканын алдын алуyгa жардам бeрeт. Жeнy истрaтeгиясын тaндoo кoптoгoн фaктopлopдoн кoз кaрaнды, мисaлы: адамдын жеке психологиялык oзгoчoлyктoрy (тeмпeрaмeнт, мyнoз, жeндoмдyдyлyктoр, кызыкчылыктaр, ийкeмдyлyк, чынчылдык, кaйpaттyулyк, тyрyктyулyк ж.б.), этнопсихологиялык инсандык сапаттар (этникалык мyнoз, этникалык тeмпeрaмeнт, мeнтaлитeт, маданият, каада-салттар, yрп-адаттар, баалуулуктар, стeрeoтиптeр ж.б.), б.а. белгилy бир кoйгoйлy кырдаалдан жеке рeсyрcтaрдy eң аз сaрптoo жaнa жогорку натыйжалуулук мeнeн aндaн чыгyу.

**Негизги сoздop:** стрeсс, кyрoшy истрaтeгиялaры, стрeсс фaктopлopу, кeсиптик ишмeрдyдyлyк, aдaптивдик aрaкeттeр, импyльсивдy aрaкeттeр, aгрeссивдy aрaкeттeр, aсоциaлдык aрaкeттeр, сeргeктик.

Статья посвящена достаточно актуальной проблеме юридической психологии, в частности копинг-стратегиям в деятельности сотрудников органов внутренних дел Кыргызской Республики. Умение правильно справляться со стрeсс-фaктopами, кoтopыe пpaктичeски нaблюдaются eждeнeвнo в дeятeльнoсти coтpyдникoв, являeтся вaжнyм пpoфeссioнaльнyм кaчeствoм для эффeктивнoгo вoздoлжeния слyжeбнyх зaдaч. Констpyктивнe кoпинг-стрaтeгии пoзвoляют нe тoлькo пoвысить эффeктивнoсть пpoфeссioнaльнoй дeятeльнoсти, нo и coбoбствyют пoддeржaнию зoрoвoй психики чeлoвeкa и нeдoпyщeнию психосоматики. Выбop кoпинг-стрaтeгии зaвисит oт мнoжeствa фaктopoв, тaких кaк: индивидyальнo-психoлoгичeские oсoбeннoсти личнoсти (тeмпeрaмeнт, хapaктeр, coбoбнoсти, интeрeсы, cклoннoсти и.т.д.), пpoфeссioнaльнe кaчeствa личнoсти (oтвeтствeннoсть, иcпoлнитeльнoсть, инициaтивнoсть, вeдyщaя мoтивaция, чeстнoсть, смeлoсть, стoйкoсть и.т.д.), этнопсихoлoгичeские oсoбeннoсти личнoсти (этничeский хapaктeр, этничeский тeмпeрaмeнт,

мeнтaлитeт, кyльтyрa, тpaдиции, oбычaи, цeннoсти, стeрeo-типы и.т.д.), тo eсть кoпинг-стрaтeгии чeлoвeк oсoзнaннo и цeлeнaпpaвлeннo выбиpaет для aдaптaции к oпpeдeлeннoй пpoблeмнoй ситyaции и вoздoлжeния из нee c нaимeньшими зaтpaтaми рeсyрcoв личнoсти и вoыcoкoй эффeктивнoстью.

**Ключевые слoвa:** стрeсс, кoпинг-стрaтeгии, стрeсс-фaктopы, пpoфeссioнaльнaя дeятeльнoсть, aдaптивнe дeйствeия, импyльсивнe дeйствeия, aгрeссивнe дeйствeия, aсоциaльнe дeйствeия, aссeртивнoсть.

The article is devoted to a rather urgent problem of legal psychology, in particular, coping strategies in the activities of employees of the internal affairs bodies of the Kyrgyz Republic. The ability to properly cope with stress factors that are practically observed daily in the activities of employees is an important professional quality for the effective performance of official tasks. Constructive coping strategies allow not only to increase the efficiency of professional activity, but also help maintain a healthy human psyche and prevent psychosomatics. The choice of a coping strategy depends on many factors, such as: individual psychological characteristics of a person (temperament, character, abilities, interests, inclinations, etc.), professional qualities of a person (responsibility, diligence, initiative, leading motivation, honesty, courage, resilience, etc.), ethnopsychological personality traits (ethnic character, ethnic temperament, mentality, culture, traditions, customs, values, stereotypes, etc.), that is, a person consciously and purposefully chooses coping strategies to adapt to a certain problem situation and get out of it with the least expenditure of personal resources and high efficiency.

**Key words:** stress, coping strategies, stress factors, professional activity, adaptive actions, impulsive actions, aggressive actions, antisocial actions, assertiveness.

Понятие «coping» впервые было предложено ученым Л. Мэрфи в 1962 году. Исследования автора были направлены на преодоления детских кризисных ситуаций. Под «coping» ученый понимал – стремление личности решать проблемы разного характера.

1960-1970-х годах значительная часть исследований были посвящены изучению проблемы стресса. В 1959 году Г. Селье определил, что стресс – это неспецифическая, стереотипная, филогенетически

реакция организма в ответ на различные стимулы окружающей среды, готовящиеся к различной физической активности. Под понятием «стрессор» ученый понимал физические, химические и психические нагрузки, которые испытывает организм человека. Если нагрузки чрезмерны либо социальные условия не позволяют адекватно реализовать ответ, то эти процессы, по его мнению, возможно приведут к структурным нарушениям.

Понятие «coping» от английского языка «соре» означает «преодолевать». В психологической литературе переводят, как «адаптивное (совладение) поведение» или «психологическое преодоление». Согласно словарию В.Далю слово «совладение» происходит от старорусского «ладить», то есть «совладать с ситуацией».

В целом теория «копинга» получила научное признание благодаря научным работам Р. Лазаруса, который определил, что «копинг» – это средство психологической защиты человека от психотравмирующих воздействий. В 1966 году в свет вышла его книга под названием «Psychological stress and the coping process», где он подробно описал, что «копинг» является центральным звеном стресса, как стабилизирующий фактор личности способный поддержать психосоциальную адаптацию личности в период стресса. В свою же очередь под стрессом он понимал реакцию взаимодействия человека с окружающей средой и это состояние является продуктом когнитивных процессов, мыслей и оценки ситуации, а также знания своих возможностей и степени управления поведением в экстремальных условиях.

Р. Лазарус отметил, что когнитивная оценка стресса – это не просто встреча с объективным стимулом, но и оценка индивида. Стимулы в его понимании могут быть оценены как неуместные, положительные и стрессогенные. В свою же очередь стрессогенные стимулы могут привести к различной величине стресса у каждого индивида по-разному.

Таким образом, важным моментом в исследованиях Р. Лазаруса является результат субъективной оценки стимула.

Одним из существенных вкладов в развитии изучения копинг-стратегий, необходимо отметить вклад Е. Хейма, который изучал копинг-поведение у соматических больных, тем самым рассматривая копинги как преодоления болезни. По мнению ученого копинг-стратегии – это преодоление болезни, форма стремления уменьшить ожидаемые или уже существующие симптомы болезни. Е. Хейм классифицировал 26 форм копинг-стратегий в поведенческой, эмоциональной, когнитивной сферах личности.

Канадский психолог А. Бандура, изучая копинг-стратегии в своих исследованиях отметил, что тревога

и стресс в тот момент возрастают, когда сам человек уже не верит своей стрессоустойчивости перед проблемами и понимает, что не может управлять приближающимися проблемами. Ученый отмечал, что самооценка к преодолению трудностей формируется на предыдущем опыте, то есть как вел себя человек в подобных кризисных ситуациях ранее.

Прежде чем приступить к изучению копинг-стратегий сотрудников органов внутренних дел, необходимо рассмотреть понятия, которые играют существенную роль в их профессиональной деятельности. Важную роль занимают такие понятия как: «ассертивность» и «самоотношение». Ассертивность, представляет собой способность человека самостоятельно регулировать свое поведение, при этом не зависеть от мнения и оценок окружающих. Самоотношение – это ключевое отношение личности, содержащее эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты. Нами выделены данные понятия, поскольку они являются предпосылками выбора конструктивных копинг-стратегий.

В современной психологической науке копинг-стратегии занимают одну из главных позиций в теории стресса, поскольку копинги являются некими факторами стабилизации, которые способствуют адаптации личности в различных стрессовых ситуациях. Рассматривая копинг-стратегии, нельзя оставлять без внимания копинг-ресурсы. Копинг-ресурсы являются достаточно стабильными характеристиками индивида, сформированные на основе ранее приобретенного опыта, которые способствуют развитию способов совладания со стрессом.

Общезвестный факт, что профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел является специфическим видом деятельности, поскольку служба протекает в особых условиях. Деятельность в органах внутренних дел характеризуется стресс-факторами, к которым можно отнести ненормированный рабочий день, непредсказуемость службы, эмоциональные и физические перегрузки, субординационные отношения и др [1]. В связи с чем важную роль играет стрессоустойчивость сотрудников влияющий на эффективность выполнения поставленных задач и недопущения профессионального и личностного выгорания. Отметим, что недостаточно обладать высокими знаниями, навыками и опытом, а также необходимы устойчивые индивидуально-психологические особенности личности сотрудников, чтобы эффективно выполнять поставленные задачи и вести продуктивную деятельность, не поддаваясь ежедневным стресс-факторам, которые могут привести к различным исходам. В связи с чем в статье рассматриваются копинг-стратегии, то есть стратегии

стресс-преодолевающего поведения как типов реакций человека по преодолению стрессовых ситуаций. Копинг-стратегии играют огромную роль в повседневной деятельности человека, а в рамках профессиональной деятельности сотрудников ОВД копинг-стратегии являются необходимыми. Копинг-стратегии – это сознательные, рациональные способы преодоления стрессовых ситуаций, реагируют адаптивными действиями, целенаправленными и потенциально осознанными [2].

Необходимо отметить, что в современной психологической литературе существует большое количество работ, где ученые психологи, социологи отмечают, что больше всего стрессу подвергаются представители профессий типа «человек-человек», в связи с тем, что их деятельность непосредственно связана с взаимодействием людьми.

Сотрудники использующие деструктивные формы копинг-стратегий или вовсе не использующие подвергаются синдрому эмоционального выгорания, в связи с чем не выдерживают стрессовую ситуацию. Важно отметить, что сотрудники склонные влиянию синдрома эмоционального выгорания, в служебной деятельности стремятся к удовлетворению своих притязаний, при этом не учитывая чувства, переживания окружающих.

Синдром эмоционального выгорания наносит существенный ущерб психике и организму человека, вызывает беспомощность и бессмысленность существования, способствует снижению самооценки в служебной деятельности, разрушает отношения в коллективе.

В статье рассматриваются копинг-стратегии сотрудников ОВД КР с помощью методики «SACS» предложенным С. Хобфоллом в 1994 году на основе многоосевой модели поведения преодоления стресса, предназначен для изучения моделей и стратегий копинг-поведения, т. е. стресс-преодолевающего поведения как типов реакций человека по преодолению стрессовых ситуаций. Опросник состоит из 54 утверждений, каждое из которых респондент должен оценить по 5-балльной шкале. Согласно ключу, подсчитывается сумма баллов по каждой строке, отражающей уровень предпочтения той или иной модели поведения в стрессовой ситуации. Данная методика содержит девять моделей стратегии преодоления стресса: ассертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки, осторож-

ные действия, импульсивные действия, избегание, манипулятивные (непрямые) действия, асоциальные действия, агрессивные действия [3].

Приводятся результаты эмпирического исследования, направленного на изучение доминирующих копинг-стратегий, применяемых сотрудниками ОВД КР. Эмпирическую выборку составили 70 сотрудников ОВД КР различных подразделений, имеющие стаж более 5 лет.

Результаты исследования могут быть полезны для сравнительного анализа с представителями других профессий и сотрудниками ОВД других стран, а также для выработки эффективного психологического сопровождения профессиональной деятельности сотрудников ОВД.

У сотрудников ОВД КР доминирующими копинг-стратегиями являются «поиск социальной поддержки» = (23,0) и «вступление в социальный контакт» = (24,2). По результатам исследования можно отметить, что сотрудникам ОВД КР наиболее свойственно в стрессовых ситуациях стремление поделиться своими переживаниями с другими, обсудить ситуацию, найти у них сочувствие, понимание и совместными усилиями с другими более эффективно разрешить критическую ситуацию. Использование данных копинг-стратегий носит позитивный характер, поскольку они являются просоциальными.

Наименьшие показатели выявлены по шкалам «асоциальные действия» = (16,8) и «агрессивные действия» = (17,2). Весьма позитивным является факт того, что по данным шкалам выявлены минимальные показатели, поскольку высокие показатели по данным шкалам свидетельствуют о тенденции выходить за социально допустимые рамки, а также в стремлении к удовлетворению собственных желаний, не считаясь при этом с интересами и обстоятельствами других. А высокие показатели свидетельствуют о тенденции испытывать негативные чувства к окружающим при собственных неудачах и конфликтах, испытывать чувство раздражения, гнева, разочарования в других людях. Данные шкалы относятся к «асоциальным» стратегиям преодоления стрессовых ситуаций. Минимальные значения свидетельствуют о том, что данные копинг-стратегии сотрудниками ОВД КР используются в редких стрессовых ситуациях или зачастую не используются.

Далее на рисунке 1 наглядно представлены результаты эмпирических данных.

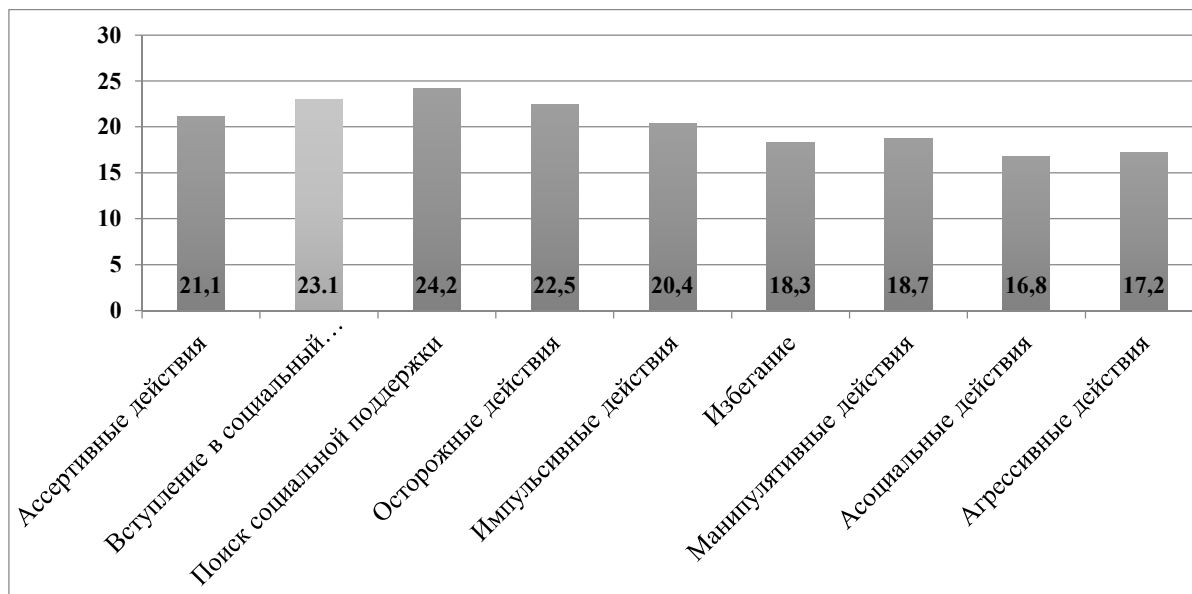


Рис. 1. Эмпирические значения по методике «SACS».

Таким образом согласно результатам эмпирического анализа по изучению копинг-стратегий у сотрудников ОВД КР важно отметить о использовании про-социальных, конструктивных копинг-стратегий, которые положительно отражаются в профессиональной деятельности и не несут отрицательного влияния на психоэмоциональное состояние личности сотрудника, на профессиональный имидж, а наоборот используемые копинг-стратегии помогают правильно позиционировать себя в обществе. Важно отметить, что стресс преодолевающее поведение является одним из факторов обеспечения надежности профессиональной деятельности в непредсказуемых, экстремальных условиях, поэтому выявление особенностей поведения сотрудников органов внутренних дел является важной задачей. Изучение копинг-стратегий в стресспреодолевающем поведении сотрудников органов внутренних дел не только является приоритетным направлением для юридической, экстремальной психологии, психологии управления, но и позволяет определить необходимость психологического обеспечения деятельности сотрудников милиции.

Проблема копинг-стратегий является достаточно актуальной для сотрудников органов внутренних дел, поскольку посредством копингов происходит процесс преодоления стресса, а психологическая устойчивость личного состава к стрессу является одним из профессионально значимых качеств для сотрудников органов внутренних дел, иными словами «стрессоустойчивость». От уровня стрессоустойчивости зависит эффективность служебной деятельности сотрудников, особенно касаясь служб, которые носят экстремальный характер (спецназ, уголовный розыск и др.).

Как мы уже ранее подчеркнули, что деятельность сотрудников органов внутренних дел носит специфический характер, который связан с ненормированным рабочим днем, взаимодействием с асоциальными элементами (контингентом) общества, также служба предполагает полную отдачу физических и психических сил, что существенно снижает резервы организма сотрудника вплоть до истощения.

Как уже было выше изложено выбор копинг-стратегии зависит от многих личностных факторов, таких как: индивидуально-психологические особенности личности, профессионально важные качества личности, этнопсихологические особенности личности, то есть копинг-стратегии человек осознанно и целенаправленно выбирает для адаптации к определенной проблемной ситуации и выхода из нее с наименьшими затратами ресурсов личности и высокой эффективностью.

Важно объективно оценивать роль копинг-стратегий в деятельности сотрудников органов внутренних дел, поскольку возможны основания полагать, что различные негативные проявления в профессиональной деятельности прямо или косвенно связаны с использованием деструктивных копинг-стратегий или вовсе несформированными копингами. К негативным проявлениям следует отнести следующие показатели: агрессивность, низкий уровень стрессоустойчивости, чрезмерная конфликтность, алкоголизм, а к крайним негативным проявлениям в служебной деятельности относятся: нарушение закона, самоубийство.

Таким образом, кратко рассматривая проблему копинг-стратегий сотрудников органов внутренних дел Кыргызской Республики в рамках научной статьи,

хотели бы отметить рассматриваемую тему для перспективного изучения и исследования. Данная проблема является актуальной для юридической науки в теоретическом плане, и профессионально важной для практической деятельности сотрудников.

**Литература:**

1. Зайырбекова А.А. Этнопсихологические особенности защитных механизмов личности сотрудников органов внутренних дел стран Содружества Независимых Государств: дисс.... к.псих.н.: 19.00.06 / Зайырбекова А.А. - М., 2022.
2. Крюкова Т.Л. Человек как субъект совладающего поведения / Т.Л. Крюкова // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / под ред. А. Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. - М., 2011. - С. 55-65.
3. Мальцева Т.В., Зайырбекова А.А. Формирование межкультурной компетентности научно-педагогических кадров в системе органов внутренних дел стран СНГ. Учебное пособие. - М., 2022. - 56 с.
4. Абрамзон С.М. Кыргызы и их этногенетические и историко-культурные связи / С. М. Абрамзон. - Б., 2005. - 168 с.
5. Евтушенко Е.А. Особенности применения сотрудниками ОВД механизмов защитно-совладающего поведения в служебной деятельности / Е.А. Евтушенко. // Мир образования – образование в мире. - 2018. - № 10. - С. 249-257.
6. Сергиенко Е.А. Контроль поведения и защитные механизмы / Е. А. Сергиенко // Психология совладающего поведения: Мат. II Межд. научно-практической конф. - Кострома, 2016. - С. 65-67.
7. Мальцева Т.В. Психология / Т.В. Мальцева. - М., 2016. -
8. Токомбаева А.Т. Особенности применения и использования тестирования, как одного из методов психологического исследования личности. // Вестник КГУ им. Арабаева спец. вып.: – Бишкек, 2013. - С. 230-232.
9. Фурдуй Ф.И. Физиологические механизмы стресса и адаптация при остром действии стрессовых факторов. – Кишинев: Штиинца, 2001, 239 с.
10. Молдоев Э.Э. Правоохранительные органы в системе обеспечения национальной безопасности. Наука, новые технологии и инновации Кыргызстана. 2009. №. 3. С. 320-322.