

УДК 159.925

Світлана Вячеславівна ХАРЧЕНКО,

*професор кафедри психології та педагогіки факультету № 3
Харківського національного університету внутрішніх справ,
кандидат психологічних наук, доцент;
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5149-7892>*

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ СТИЛЬОВИХ ПОКАЗНИКІВ КОГНІТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КУРСАНТІВ І ХАРАКТЕРОМ ЇХ ПОВЕДІНКИ У СТРЕСОВІЙ СИТУАЦІЇ

Представлені підходи до розуміння поняття «подолання стресу». Наведені результати емпіричного дослідження особливостей взаємозв'язків моделей поведінки курсантів в стресових ситуаціях і низки когнітивних стилів.

Ключові слова: подолання стресу, стратегії поведінки в стресовій ситуації, когнітивні стилі.

Поняття «подолання стресу» увійшло до кола психологічних досліджень в 1960-ті рр. XX ст. в зв'язку з дослідженням способів поведінки особистості в стресових ситуаціях. Копінг вивчався в рамках теорії стресу (як механізм, спрямований на його подолання), в контексті адаптації (як діяльність людини по збереженню балансу між вимогами середовища і внутрішніми ресурсами) тощо. Подолання – це поведінкові, когнітивні й емоційні дії людини, які вона використовує для подолання важких ситуацій і адаптації до обставин, що виникли [2].

Подолання стресу визначається як зусилля, спрямовані на зниження впливу стресу на стан суб'єкта. Особливості професійної діяльності поліцейських (екстремальність, непередбачуваність, висока відповідальність, конфліктні і напружені ситуації тощо) вимагають особливої уваги щодо стратегій подолання стресу.

Найчастіше подолання розглядають в межах проблемно-орієнтованого (включає пошук інформації й настанова на рішення проблеми) та емоційно-орієнтованого (з яким пов'язане вираження й регулювання емоцій) підходів.

Billings A.G. та Moos R.H. розрізняли наступні методи подолання:

– активно-пізнавальний: особистість прагне впорядкувати свою оцінку стресової ситуації.

- активно-поведінковий: поведінка особистості спрямована безпосередньо на стресову ситуацію.

- відхилення: особистість іде від конфронтації зі стресом.

Gringlas M.B. запропонувала метод подолання стресу ґрунтований соціальним подоланням, що включає соціальні й міжособистісні, а також пізнавальні фактори. Існують істотні взаємозв'язки між різними видами соціальної підтримки й формами подолання стресу (а саме, проблемно-орієнтованими й емоційно-орієнтованими). З'ясувалося, що жінки, як правило, краще пристосовані до міжособистісного взаєморозуміння, частіше прибігають до соціального подолання.

Moos R.H. та D. Shefer виділяють три типи копінг-стратегій поведінки людини у важкій ситуації:

- стратегії, сфокусовані на оцінці, тобто встановлення для себе значення ситуації, розуміння процесів, що відбуваються, та їх можливих наслідків;

- стратегії, сфокусовані на проблемі, що виражається в прийнятті рішень і конкретних дій для подолання труднощів, в тому числі і звернення за соціальною підтримкою;

- стратегії, сфокусовані на емоціях, які означають управління емоціями і почуттями, підтримка емоційної рівноваги.

Вайсс Дж. з колегами описують первинний контроль (спроби «модифікувати» і впливати на стресову ситуацію), вторинний контроль (зусилля, спрямовані на поліпшення власного внутрішнього стану, настрою в існуючих умовах) і відмова від контролю (нездатність впоратися з ситуацією). А. Ебат і Р. Мус розрізняють два стилі - контактний (approach coping) та уникнення (avoidance coping) [1, с.102].

Загалом вивчення стратегій подолання має давню історію, але взаємозв'язки стратегій подолання стресових ситуацій та стильових особливостей когнітивної діяльності вивчені недостатньо.

В роботі були використані наступні психодіагностичні методики: опитувальник стратегій подолання стресових ситуацій С. Хофбола, методика «Приховані фігури» (модифікована методика Л. Терстоуна), методика «Інтелектуальна лабільність», тест Гарднера, методика діагностики індивідуальної міри розвитку властивості рефлексивності А.В. Карпова, а також r_s - критерій рангової кореляції Спірмена.

В дослідженні прийняли участь курсанти молодших курсів ХНУВС у кількості 36 осіб (22 дівчини та 14 юнаків).

Отримані в дослідженні результати свідчать, що стильові особливості когнітивної діяльності учасників дослідження мають тісні взаємозв'язки з моделлю поведінки суб'єкта в стресовій ситуації (табл.1).

Таблиця 1

Особливості взаємозв'язків моделей поведінки курсантів в стресових ситуаціях і когнітивних стилів, r_s

Моделі поведінки	Когнітивний стиль			
	Аналітичність - сінтетичність	Рефлексивність - імпульсивність	Гнучкість - ригідність	Полезалежність - полenezалежність
Впевнені незалежні дії	0,56**	- 0,15	- 0,12	0,17
Вступ у соціальний контакт	0	0,44**	- 0,37*	0,51**
Пошук соціальної підтримки	0,31	0,44**	- 0,66**	0,77**
Обережні дії	0,41*	- 0,05	- 0,12	0,09
Імпульсивні дії	0,18	- 0,16	- 0,42**	0,03
Уникання	- 0,26	0,01	- 0,13	- 0,20
Непрямі дії	0,14	- 0,20	- 0,22	- 0,20
Асоціальні дії	- 0,09	- 0,59**	0,18	- 0,59**
Агресивні дії	- 0,28	- 0,05	- 0,18	- 0,22

* - 0,05; ** - 0,01.

Таким чином, вибір в стресовій ситуації впевнених незалежних дій або обережних дій достовірно пов'язано з рівнем аналітичності суб'єкта, вступ у соціальний контакт, пошук соціальної підтримки достовірно пов'язано з рефлексивністю, вибір асоціальних дій – з імпульсивністю суб'єкта, вступ у соціальний контакт, пошук соціальної підтримки та імпульсивні дії в стресовій ситуації пов'язані з ригідністю випробуваних, вступ у соціальний контакт, пошук соціальної підтримки в стресовій ситуації пов'язані з полenezалежністю випробуваних, вибір асоціальних дій – з полenezалежністю випробуваних.

Отримані дані свідчать, що такі стратегії в стресовій ситуації як вступ у соціальний контакт та пошук соціальної підтримки найбільшим чином пов'язаний зі стильовими особливостями когнітивної діяльності

та, імовірно, притаманна особам рефлексивним, гнучким та поленезалежним стилем переробки інформації.

Отже, стильові особливості когнітивної діяльності обстежених курсантів мають тісні взаємозв'язки з моделлю поведінки суб'єкта в стресовій ситуації, що може бути використано для прогнозування її поведінки в стресових ситуаціях.

Список бібліографічних посилань

1. Битюцкая Е. В. Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями. *Вестник Московского университета. Серия: Психология*. 2011. № 1. С. 100–110.
2. Хачатурова М. Р. Совладающий репертуар личности: обзор зарубежных исследований. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2013. Т. 10, № 3. С. 160–169.

Отримано 07.03.2021