

ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА, ИНЖЕНЕРНАЯ ПСИХОЛОГИЯ, КОГНИТИВНАЯ ЭРГОНОМИКА

Научная статья
УДК 159.9.072.432
DOI: 10.20323/1813-145X_2023_2_131_155
EDN: LTBPGG

Копинг-поведение военнослужащих в разные периоды службы

Григорий Михайлович Яковлев

Аспирант, Дагестанский государственный педагогический университет. 367003, Республика Дагестан, г. Махачкала, ул. Ярагского, д. 57
ronin-grigorii@mail.ru

Аннотация. В связи с проведением специальной военной операции в настоящее время как никогда актуальна проблема стрессово-совладающего поведения военнослужащих. В данной статье рассматривается проблема исследования особенностей выбора военнослужащими различных стратегий совладающего поведения в разные периоды их службы. Обосновывается важность изучения доминантных копинг-стратегий в связи с экстремальными условиями, в которых военнослужащие осуществляют свою профессиональную деятельность. Автор представляет комплексное исследование, направленное на изучение изменения копинг-стратегий поведения военнослужащих в разные периоды прохождения службы. Гипотеза состоит в предположении о том, что военнослужащие будут более активно использовать конструктивные и продуктивные копинг-стратегии поведения соразмерно стажу службы. В исследовании участвовали 288 респондентов. Применялись методики «Опросник способов совладания» Р. Лазаруса, «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» С. Хобфолла, а также методы логического и статистического анализа. Результаты исследования показали, что преобладающими копинг-стратегиями военнослужащих являются «ассертивные действия», «вовлечение в социальный контакт», «поиск социальной поддержки» и «осторожные действия». Была обнаружена связь между стажем службы и копинг-стратегиями военнослужащих. Полученные данные позволили установить динамику изменения качественного набора копинг-стратегий. Результаты могут быть использованы для формулировки дальнейших рекомендаций штатным психологам, а также командирам подразделений.

Ключевые слова: стресс; копинг; копинг-стратегии; совладающее поведение; военнослужащие; периоды службы; стрессовые ситуации

Для цитирования: Яковлев Г. М. Копинг-поведение военнослужащих в разные периоды службы // Ярославский педагогический вестник. 2023. № 2 (131). С. 155-162. http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2023_2_131_155.
<https://elibrary.ru/LTBPGG>

LABOR PSYCHOLOGY, ENGINEERING PSYCHOLOGY, COGNITIVE ERGONOMICS

Original article

Coping-the behavior of military personnel in different periods of service

Grigory M. Yakovlev

Post-graduate student, Dagestan state pedagogical university. 367003, Republic of Dagestan, Makhachkala, Yaragsky st., 57
ronin-grigorii@mail.ru

© Яковлев Г. М., 2023

Abstract. In connection with the conduct of a special military operation, the problem of stress-coping behavior of military personnel is now more relevant than ever. This article deals with the problem of studying the features of the choice of different strategies of coping behavior by military personnel in different periods of their service. The importance of studying dominant coping strategies is substantiated in connection with the extreme conditions in which military personnel carry out their professional activities. The aim of the study was a comprehensive author's study aimed at studying changes in the coping strategies of the behavior of military personnel in different periods of service. The hypothesis consists in the assumption that military personnel will more actively use constructive and productive coping strategies of behavior in proportion to seniority. The study involved 288 respondents. Methods were used: «Questionnaire of coping methods» by R. Lazarus, «Strategies for overcoming stressful situations» by S. Hobfall, as well as methods of logical and statistical analysis. The results showed that based on the empirical results obtained, the prevailing coping strategies of military personnel are such as «assertive actions», «engagement in social contact», «search for social support» and «cautious actions». A relationship was found between the length of service and the coping strategies of military personnel. The data obtained made it possible to establish the dynamics of changes in the qualitative set of coping strategies. The results obtained can be used to formulate further recommendations for staff psychologists, as well as unit commanders.

Keywords: stress; coping; coping strategies; coping behavior; servicemen; periods of service; stressful situations

For citation: Yakovlev G. M. Coping-the behavior of military personnel in different periods of service. *Yaroslavl pedagogical bulletin.* 2023;(2): 155-162. (In Russ.). http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2023_2_131_155. <https://elibrary.ru/LTBPGG>

Введение

В настоящее время все большую значимость приобретает проблема совладающего поведения военнослужащих. Данный факт обусловлен тем, что выполнение должностных обязанностей сопряжено с риском для жизни и здоровья, а также целым рядом объективных факторов [Рыбников, 2021, Березин, 2006]. Военнослужащему необходимо знать определенные нормы права и уметь применять их на практике, поддерживать хорошую физическую форму, что обеспечивает готовность применять физическую силу, использовать огнестрельное оружие. Стремительно изменяющаяся обстановка обуславливает необходимость своевременно повышать уровень профессионализма и, как следствие, определяет повышенные требования к военнослужащим [Яковлев, 2019, Лавренко, 2020].

В психологической науке осознанные процессы преодоления человеком трудных жизненных ситуаций в большинстве случаев называют копинг-поведением или совладающим поведением. Понятие «coping» возникло от английского «cope» — ‘преодолевать’, ‘справляться’, ‘бороться’ [Лазарус, 1970].

Суть копинга заключается в том, чтобы помочь человеку адаптироваться к сложным ситуациям, предоставив ему ресурсы для совладания с ними, смягчения давления или приспособления к ним, что позволяет уменьшить воздействие стресса [Рыбников, 2011]. Основная цель копинга заключается в обеспечении благополучия человека, его физического и психического здоровья и

удовлетворенности общественными отношениями [Folkman, 1986; Нартова-Бочавер, 1997].

В психологии выделяют конструктивные и неконструктивные копинг-стратегии [Черемисина, 2015; Шагарова, 2022]. К конструктивным относятся опора на собственные силы или обращение за помощью к другим при недостижении целей; анализ ситуации, ее планирование, переосмысление. Неконструктивными стратегиями являются предрасположенность к использованию психологических защит, избегание, агрессивные реакции [Черемисина, 2015; Конькова, 2020]. Обычно человек не придерживается какой-либо одной копинг-стратегии, а сочетает их разные варианты в определенных ситуациях. Кроме того, стратегия, приемлемая в одной ситуации, может оказаться недейственной для другой [Жданова, 2018].

Важность данного исследования состоит в изучении особенностей и изменений копинг-стратегий военнослужащих в разные периоды службы [Забегалина, 2022]. Профессиональная деятельность военнослужащих, рассматриваемая в достаточно длительном временном промежутке, играет важную роль в развитии определенных стилей совладающего поведения, что имеет научную и практическую значимость.

В Российской Федерации исследования в сфере копинг-стратегий военнослужащих проводят И. В. Серова, Н. А. Тимофеева, И. А. Карпов, Н. П. Львова, О. А. Андреева, Л. А. Мельникова.

Методы исследования

Для изучения того, как военнослужащие справляются со стрессовыми ситуациями, им

было предложено несколько методик, в том числе «Опросник способов совладания» Р. Лазаруса (адаптация Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк) [Крюкова, 2010] и «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» С. Хобфолла (SACS) (адаптация Н. Е. Водопьяновой — СПСС) [Водопьянова, 2009]. Исследование включало в себя оценку результатов исследования военнослужащих на разных этапах их службы.

Стоит упомянуть и о стилях копинг-поведения. Э. Эндлер и Д. Паркер выделили три основных стиля копинг-поведения: проблемно-фокусированный копинг (сосредоточен на решении проблем), эмоционально-фокусированный копинг (сосредоточен на регуляции эмоций) и копинг, ориентированный на избегание [Endler, 1990].

Таким образом, модель исследования копинг-стратегий у военнослужащих расширяет, конкретизирует и обобщает наше понимание психологических аспектов совладания.

Организация исследования

Мы провели последовательное эмпирическое исследование, которое включало несколько этапов достижения поставленных целей. Общее число участников — 288 военнослужащих, в том числе 63 женщины и 225 мужчин. Средний возраст военнослужащих — 34 года ($\sigma = 8,01$).

Требуется пояснить разделение выборки на подгруппы по стажу военной службы. Мы считаем, что ключевым фактором, определяющим изменение показателей устойчивости к стрессу и особенностей совладания со стрессовыми ситуациями, является стаж прохождения службы.

Именно в процессе профессиональной деятельности военнослужащие приобретают опыт, который выступает фактором, отличающим деление выборки на подгруппы в нашем исследовании. Мы приняли решение разделить выборку на три подгруппы по показателю стажа:

– 1 подгруппа — стаж прохождения службы от 0 до 5 лет ($n = 50$);

– 2 подгруппа — стаж прохождения службы от 6 до 15 лет ($n = 153$);

– 3 подгруппа — стаж прохождения службы от 16 лет и больше ($n = 85$).

Мы придерживаемся точки зрения, согласно которой основанием периодизации прохождения военной службы должен быть профессионалогенетический принцип [Поваренков, 2020].

Переходя к более подробному описанию способов совладания со стрессом в условиях военной службы, следует уточнить некоторые факты. Используемый в нашем исследовании «Опросник способов совладания» Р. Лазаруса (адаптация Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк) позволяет оценить использование испытуемыми двух базовых стратегий совладания — проблемно-ориентированной и эмоционально-ориентированной. Мы будем оценивать степень конструктивности или деструктивности способов совладания со стрессом военнослужащих именно по этим векторам поведения.

Результаты и их обсуждение

Результаты измерения конкретных стратегий совладания со стрессом представлены в Таблице 1.

Таблица 1

Характеристика способов совладания со стрессом на разных этапах военной службы

Способы совладания со стрессом	Группа 1		Группа 2		Группа 3	
	<i>Mx</i>	<i>Cv</i>	<i>Mx</i>	<i>Cv</i>	<i>Mx</i>	<i>Cv</i>
Конфронтативный копинг	7,5	40	7,0	41	6,2	41
Дистанцирование	8,4	34	8,4	36	7,8	41
Самоконтроль	11,7	28	13,5	27	11,6	38
Поиск социальной поддержки	9,4	38	9,6	31	9,4	39
Принятие ответственности	5,3	42	5,8	41	5,5	48
Избегание	4,3	61	3,6	67	3,1	68
Планирование решения проблемы	11,6	21	12,4	24	11,1	31
Положительная переоценка	11,4	21	12,4	29	12,4	32

Из материалов Таблицы 1 ясно видно, что военнослужащие на протяжении трех периодов профессионального развития чаще всего используют три стратегии совладания со стрессом: самоконтроль, планирование решения проблем и положительную переоценку.

Самоконтроль представляет собой усилия человека по регулированию своих эмоций и поведения в условиях стресса. Частое использование этой стратегии говорит о том, что военнослужащие обладают высокой способностью к саморегуляции в эмоционально нагруженных ситуациях. Важно отметить, что использование само-

контроля увеличивается между первым и вторым периодами службы ($U = 2691,5$ при $p \leq 0,01$), а затем снижается к третьему периоду ($U = 5007,5$ при $p \leq 0,01$). Тем не менее, в третий период профессиональной деятельности использование самоконтроля не опускается ниже уровня первого периода. Полученные данные свидетельствуют о том, что второй период профессиональной деятельности является ключевым для формирования типичных стратегий самоконтроля у военнослужащих в стрессовых ситуациях.

Аналогичные выводы, связанные с развитием, можно сделать относительно использования военнослужащими планирования решения проблем как способа совладания со стрессовыми ситуациями. Этот способ совладания описывает намеренные усилия, направленные на решение проблемы, и включает аналитический подход. Интенсивность использования этого способа совладания статистически значимо увеличивается между первым и вторым периодами службы ($U = 3132,5$ при $p \leq 0,05$), а затем статистически значимо уменьшается в течение третьего периода ($U = 5088,5$ при $p \leq 0,01$). В то же время не выявлено значимых различий в использовании этого метода между началом и концом профессиональной служебной деятельности. Как и в случае использования самоконтроля, период адаптации к профессиональной военной службе является временем изучения и освоения типичных способов решения проблем, возникающих в военной службе.

Другим часто используемым способом совладания со стрессом у военнослужащих является положительная переоценка. Суть этого метода заключается в том, чтобы придать положительный смысл стрессовым ситуациям, в том числе объясняя положительные результаты от участия в таких ситуациях в целях личностного роста. Особенность изменения интенсивности использования этого способа заключается в том, что качественный и статистически значимый рост между первым и вторым периодами ($U = 2924,0$ при $p \leq 0,05$) не переходит в статистически значимое снижение в течение третьего периода профессиональной деятельности. По нашему мнению, это говорит о следующем. Описанные ранее способы (самоконтроль и планирование решения проблем) отражают деятельностный аспект совладания со стрессом, именно поэтому они интенсивно развиваются в течение первого и второго периодов. После того как человек овладевает типичными способами самоконтроля и ре-

шения проблем, интенсивность их использования снижается.

Относительно использования положительной переоценки в качестве способа совладания со стрессом можно отметить, что данный метод относится скорее не к деятельностной, а к личностной стороне поведения, которая связана с постоянным изменением отношения к стрессовым ситуациям. Каждая новая стрессовая ситуация требует положительной переоценки, что объясняет более высокую интенсивность использования данного способа совладания в третьем периоде профессиональной служебной деятельности (различия между первым и третьим периодом статистически значимы — $U = 1560,0$ при $p \leq 0,01$).

В целом можно сделать вывод о том, что наиболее характерной стратегией совладания со стрессовыми ситуациями для военнослужащих на протяжении всей их профессиональной деятельности являются проблемно-ориентированные стратегии [Яковлев, 2022].

Для уточнения, подтверждения или опровержения ранее сделанных выводов перейдем к описанию результатов диагностики стратегий преодоления военнослужащими стрессовых ситуаций. Для этого воспользуемся опросником «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» С. Хобфолла (SACS), адаптированным Н. Е. Водопьяновой для использования в СПСС.

Чтобы описать эти особенности, мы обратимся к данным, представленным в таблицах 2 и 3.

Таблица 2

Конструктивность стратегий совладающего поведения на разных этапах военной службы

	Группа 1		Группа 2		Группа 3	
	<i>Mx</i>	<i>Cv</i>	<i>Mx</i>	<i>Cv</i>	<i>Mx</i>	<i>Cv</i>
Индекс конструктивности	1,4 9	32,0 0	1,5 5	28,0 0	1,6 1	28,0 0

Примечание. Значения индекса конструктивности: $< 0,85$ — низкая конструктивность; $0,86-1,10$ — средняя конструктивность; $> 1,10$ — высокая конструктивность

Данные, представленные в Таблице 2, позволяют, в первую очередь, охарактеризовать наиболее общий показатель стратегий преодоления стрессовых ситуаций — степень их конструктивности. Мы можем ясно увидеть, что процесс профессионального роста военнослужащих сопровождается постоянным увеличением индекса конструктивности стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций. Важно отметить, что это увеличение не является переходом от низкого уровня конструктивности к высокому, а всегда

находится в пределах высокого уровня [Биденко, 2017; Волкова, 2016]. То есть с самого начала профессиональной деятельности военнослужащие выбирают конструктивные стратегии преодоления трудностей.

Однако в процессе исследования было выявлено, что непрерывный рост уровня конструктивности также сопровождается изменениями качества в третьем периоде профессионального развития. Если между первым и вторым и между вторым и третьим периодами профессиональной деятельности не было обнаружено статистически значимых различий в уровне конструктивности стратегий совладающего поведения, то между первым и третьим периодами такие различия были обнаружены ($U = 1386,0$ при $p \leq 0,05$). Таким образом, мы можем сделать вывод, что процесс развития конструктивности стратегий совладающего поведения является долгосрочным и накопительным и приводит к качественным изменениям через 15 лет службы военнослужащего.

Если говорить о том, что развитие конструктивных стратегий преодоления стрессовых ситуаций происходит на протяжении всей профессиональной деятельности, необходимо уточнить, что высокие показатели конструктивности

наблюдаются на протяжении всего времени. Следовательно, можно сказать, что развитие совладающего поведения военнослужащих — это процесс усвоения конструктивных стратегий преодоления стрессовых ситуаций.

Данные, представленные в Таблице 3, позволяют более точно определить эту закономерность, связанную с постоянным ростом конструктивных стратегий совладающего поведения.

В течение всей служебной деятельности военнослужащие чаще всего применяют четыре стратегии совладающего поведения: «асертивные действия», «вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки» и «осторожные действия». Оценивая поведение военнослужащих в стрессовых ситуациях через эти стратегии, можно сказать, что просоциальное поведение («вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки») преобладают, а также наблюдается баланс между активной («асертивные действия») и пассивной («осторожные действия») стратегиями совладания. Кроме того, эти стратегии совладающего поведения сохраняют свою значимость на протяжении всей профессиональной деятельности, в отличие от других стратегий.

Таблица 3

Стратегии преодоления стрессовых ситуаций на разных этапах военной службы

Стратегии преодоления стрессовых ситуаций	Группа 1		Группа 2		Группа 3	
	Мх	Сv	Мх	Сv	Мх	Сv
Ассертивные действия	21,6	19	21,0	18	19,9	18
Вступление в социальный контакт	21,3	16	21,6	18	20,7	22
Поиск социальной поддержки	20,0	24	20,9	20	21,1	22
Осторожные действия	20,5	22	21,4	15	21,7	17
Импульсивные действия	16,6	22	16,7	21	16,7	23
Избегание	14,3	22	14,5	26	14,3	27
Манипулятивные действия	17,7	20	17,4	24	14,8	24
Асоциальные действия	15,9	27	14,5	31	12,7	29
Агрессивные действия	14,1	31	13,0	36	13,2	31

Еще одним важным результатом, характеризующим совладающее поведение военнослужащих, является изменение частоты использования неконструктивных стратегий в процессе профессиональной деятельности. Здесь речь идет о постепенном снижении интенсивности использования таких стратегий, как «манипулятивные действия», «асоциальные действия» и «агрессивные действия».

Таблица демонстрирует постепенное снижение частоты использования каждой неконструктивной стратегии совладающего поведения в течение каждого периода профессиональной деятельности. Уже в течение первого периода ис-

пользование антисоциального и агрессивного совладающего поведения статистически значимо снижается: $U = 3109,0$ при $p \leq 0,05$ (антисоциальное поведение) и $U = 3216,0$ при $p \leq 0,05$ (агрессивное поведение). К третьему периоду профессиональной деятельности происходит качественное снижение частоты использования манипулятивного совладающего поведения ($U = 4128,0$ при $p \leq 0,001$), а также продолжает статистически значимо снижаться частота использования асоциального поведения ($U = 1386,0$ при $p \leq 0,05$).

По результатам проведенного исследования установлено, что военнослужащие в процессе

профессиональной деятельности наиболее часто применяют проблемно-ориентированный стиль совладания.

Заключение

Обобщая данные, можно выделить два ключевых направления в развитии стратегий совладающего поведения в процессе профессионально-служебного роста военнослужащих.

С одной стороны, на протяжении всего процесса профессионализации наблюдается сохранение высокой интенсивности использования конструктивных стратегий совладающего поведения, включающих просоциальное поведение и сочетание активных и пассивных действий. С другой стороны, в процессе несения военной службы происходит постепенное снижение интенсивности применения военнослужащими конструктивных стратегий копинг-поведения, таких как манипулятивные, асоциальные и агрессивные действия. Таким образом, характер профессиональной деятельности военнослужащих оказывает влияние не только на увеличение их жизнестойкости и толерантности к стрессу, но и на развитие конструктивного совладающего поведения.

Из результатов теоретического анализа можно сделать вывод, что определенные методы, стили и стратегии копинг-поведения представляют собой важный психологический ресурс, способствующий увеличению устойчивости к стрессу и повышению жизненной стойкости.

Библиографический список

1. Березин Ф. Б. Психическая адаптация и тревога / Ф. Б. Березин, Ю. Б. Гипшенрейтер, М. В. Фаликман // Психология мотивации и эмоций : учебное пособие. Москва : ЧеРо: Омега-Л: МПСИ, 2006. С. 350-357.
2. Биденко Р. А. Ресурсы совладающего поведения как основа развития саморегуляции военнослужащих войск национальной гвардии Российской Федерации среды / Р. А. Биденко, М. И. Федоришин, А. В. Спиринов // Мир науки. 2017. Т. 5. № 6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/62PSMN617.pdf> (дата обращения: 20.01.2023).
3. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса : психологический практикум. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 336 с.
4. Волкова Н. С. Психологическое сопровождение военнослужащих при выполнении воинской обязанности в Российской Федерации // Научное обозрение. Медицинские науки. 2016. № 3. С. 27-31.
5. Жданова С. Ю. Копинг-стратегии как механизмы адаптации иностранных студентов к условиям российской образовательной среды / С. Ю. Жданова, В. А. Федотова // Вестник московского университета. Серия 14. Психология. 2018. № 4. С. 89-105.
6. Забегалина С. В. Психологическое состояние военнослужащих в период их адаптации // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2022. Том 27. № 1 (88). С. 71-78.
7. Карпов И. А. Оценка стратегий копинга военнослужащих РФ / И. А. Карпов, Н. П. Львова // Медицина неотложных состояний. 2021. Т. 24. С. 30-36.
8. Конькова Е. Н. Стратегии совладания со стрессом в профессиональной деятельности // Вестник Витебского государственного университета имени П. М. Машерова. 2020. № 2. С. 97-99.
9. Крюкова Т. Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Изд. 2-е, исправленное, дополненное : методическое руководство. Кострома : Авантитул, 2010. 64 с.
10. Лавренко А. В. Проблема копинг-поведения сотрудников полиции при несении службы в условиях профессионального стресса // Азимут научных исследований. 2020. № 9. С. 339-342.
11. Лазарус Р. Совладание (coping). Психологическая энциклопедия : 2-е изд. / под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 760 с.
12. Мельникова Л. А. Исследование копинг-стратегий военнослужащих на базе кафедры психологии личности и психологической помощи Военной академии Ракетных войск имени Петра Великого // Вестник Московского университета МВД России. 2020. № 3. С. 61-68.
13. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. № 5. С. 20-30.
14. Пашков С. В. Духовно-нравственное воспитание детей и молодежи в системе современного российского образования : монография. Курск : КГУ, 2017. 350 с.
15. Рыбников В. Ю. Психология копинг-поведения специалистов опасных профессий : монография // Социология. 2021. № 6. С. 169-174.
16. Татьянченко Н. П. Копинг-стратегии в системе организации жизнестойкого поведения личности военнослужащих / Н. П. Татьянченко, О. Н. Аксенова, И. Г. Санина // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. 2013. № 29. С. 78-84.
17. Хрипунова С. В. Особенности формирования психологических ресурсов и профессионального благополучия у военнослужащих: социологический анализ // Социология. 2021. № 6. С. 169-172.
18. Черемисина Д. С. Копинг-стратегии социально-психологической адаптации подростков группы риска // Социальное партнерство в деятельности психолога: теория и практика : материалы Международной научно-практической конференции. Тольятти : Тольяттинский государственный университет, 2015. С. 110-116.
19. Шагарова И. В. Возрастные особенности совладающего поведения сотрудников организации в

стрессовых ситуациях // Вестник омского университета. Серия: Психология. Омск : Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского, 2022. С. 53-60.

20. Яковлев Г. М. Исследование проблем совладающего поведения среди военнослужащих вооруженных сил / Г. М. Яковлев, М. М. Далгатов // Мир психологии : сборник материалов региональной студенческой научно-практической конференции. Махачкала : Дагестанский государственный педуниверситет, 2022. С. 93-99.

21. Яковлев Г. М. Особенности копинг-стратегий поведения личности сотрудника правоохранительных органов / Г. М. Яковлев, М. М. Далгатов // Педагогика, психология, общество: теория и практика : материалы Всероссийской научно-практической конференции. Чебоксары : ИД «Среда», 2019. С. 299-305.

22. Benight C. C., Harper M. L. Coping Self-Efficacy Perceptions as a Mediator Between Acute Stress Response and Long-Term Distress Following Natural Disasters // Journal of Traumatic Stress. 2002. Vol. 15. № 3. P. 177-186.

23. DeLongis A., Holtzman S. Coping in context: the role of stress, social support, and personality in coping // J. Pers. 2005. V. 73 (6). P. 1633-1656.

24. Endler, N. S. A. Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual / N. S. Endler, J. D. Parker. Toronto : Multi-Health System, 1990.

25. Folkman S., Lazarus R., Dunkel-Schetter C., DeLongis A., Gruen R. Dynamics of stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes // Journal of Personality and Social Psychology. 1986. V. 50. P.992-1003.

26. Turner R. J., Taylor J., Gundy K. Personal resources and depression in the transition to adulthood: ethnic comparison // Journal of Health and Social Behavior. 2004. Vol. 45. P. 34-52.

Reference list

1. Berezin F. B. Psihicheskaja adaptacija i trevoga = Mental adaptation and anxiety / F. B. Berezin, Ju. B. Gippenrejtser, M. V. Falikman // Psihologija motivacii i jemocij : uchebnoe posobie. Moskva : CheRo: Omega-L: MPSI, 2006. S. 350-357.

2. Bidenko R. A. Resursy sovladajushhego povedenija kak osnova razvitija samoreguljacii voennosluzhashhih vojsk nacional'noj gvardii Rossijskoj Federacii sredy = Resources of coping behavior as the basis for the development of self-regulation of the National Guard troops of the Russian Federation on Wednesday / R. A. Bidenko, M. I. Fedorishin, A. V. Spirin // Mir nauki. 2017. T. 5. № 6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/62PSMN617.pdf> (data obrashhenija: 20.01.2023).

3. Vodop'janova N. E. Psihodiagnostika stressa: psihologicheskij praktikum = Psychodiagnostics of stress: a psychological workshop. Sankt-Peterburg : Piter, 2009. 336 s.

4. Volkova N. S. Psihologicheskoe soprovozhdenie voennosluzhashhih pri vypolnenii voinskoj objazannosti v

Rossijskoj Federacii = Psychological support of military personnel in the performance of military duty in the Russian Federation // Nauchnoe obozrenie. Medicinskie nauki. 2016. № 3. S. 27-31.

5. Zhdanova S. Ju. Koping-strategii kak mehanizmy adaptacii inostrannyh studentov k uslovijam rossijskoj obrazovatel'noj sredy = Copying strategies as mechanisms for adapting foreign students to the conditions of the Russian educational environment / S. Ju. Zhdanova, V. A. Fedotova // Vestnik moskovskogo universiteta. Serija 14. Psihologija. 2018. № 4. S. 89-105.

6. Zabegalina S. V. Psihologicheskoe sostojanie voennosluzhashhih v period ih adaptacii = The psychological state of military personnel during their adaptation // Psihopedagogika v pravoohranitel'nyh organah. 2022. Tom 27. № 1 (88). S. 71-78.

7. Karpov I. A. Ocenka strategij kopinga voennosluzhashhih RF = Assessment of strategies for coping military personnel of the Russian Federation / I. A. Karpov, N. P. L'vova // Medicina neotlozhnyh sostojanij. 2021. T. 24. S. 30-36.

8. Kon'kova E. N. Strategii sovladanija so stressom v professional'noj dejatel'nosti = Strategies for coping with stress in professional activities // Vestnik Vitebskogo gosudarstvennogo universiteta imeni P. M. Masherova. 2020. № 2. S. 97-99.

9. Krjukova T. L. Metody izuchenija sovladajushhego povedenija: tri koping-shkaly = Methods of studying coping behavior: three coping scales : metodicheskoe rukovodstvo. Izd. 2-e, ispravlennoe, dopolnennoe. Kostroma : Avantitul, 2010. 64 s.

10. Lavrenko A. V. Problema koping-povedenija sotrudnikov policii pri nesanii sluzhby v uslovijah professional'nogo stressa = The problem of copying behavior of police officers while serving in conditions of professional stress // Azimut nauchnyh issledovanij. 2020. № 9. S. 339-342.

11. Lazarus R. Sovladanie (coping). Psihologicheskaja jenciklopedija = Coping. Psychological Encyclopedia : 2-e izd. / pod red. R. Korsini, A. Auferbaha. Sankt-Peterburg : Piter, 2003. 760 s.

12. Mel'nikova L. A. Issledovanie koping-strategij voennosluzhashhih na baze kafedry psihologii lichnosti i psihologicheskij pomoshhi Voennoj akademii Raketnyh vojsk imeni Petra Velikogo = Research on the copying strategies of military personnel on the basis of the Department of Personality Psychology and Psychological Assistance of the Peter the Great Military Academy of Missile Forces // Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii. 2020. № 3. S. 61-68.

13. Nartova-Bochaver S. K. «Coping behavior» v sisteme ponjatij psihologii lichnosti = «Copying behavior» in the system of concepts of personality psychology // Psihologicheskij zhurnal. 1997. № 5. S. 20-30.

14. Pashkov S. V. Duhovno-nravstvennoe vospitanie detej i molodezhi v sisteme sovremennogo rossijskogo obrazovanija = Spiritual and moral education of children

and youth in the system of modern Russian education : monografija. Kursk : KGU, 2017. 350 s.

15. Rybnikov V. Ju. Psihologija koping-povedenija specialistov opasnyh professij = Psychology of copying behavior of specialists of dangerous professions : monografija // Sociologija. 2021. № 6. S. 169-174.

16. Tat'janchenko N. P. Koping-strategii v sisteme organizacii zhiznestojkogo povedenija lichnosti voennosluzhashhih = Copying strategies in the system of organizing resilient behavior of the personality of military personnel / N. P. Tat'janchenko, O. N. Aksenova, I. G. Sanina // Lichnost', sem'ja i obshhestvo: voprosy pedagogiki i psihologii. 2013. № 29. S. 78-84.

17. Hripunova S. V. Osobennosti formirovanija psihologicheskikh resursov i professional'nogo blagopoluchija u voennosluzhashhih: sociologicheskij analiz = Features of the formation of psychological resources and professional well-being in military personnel: sociological analysis // Sociologija. 2021. №6. S. 169-172.

18. Cheremisina D. S. Koping-strategii social'no-psihologicheskoy adaptacii podrostkov gruppy riska = Coping strategies for socio-psychological adaptation of at-risk adolescents // Social'noe partnerstvo v dejatel'nosti psihologa: teorija i praktika : materialy Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii. Tol'jatti : Tol'jattinskij gosudarstvennyj universitet, 2015. S. 110-116.

19. Shagarova I. V. Vozrastnye osobennosti sovladajushhego povedenija sotrudnikov organizacii v stressovyh situacijah = Age-specific behavior of employees in stressful situations // Vestnik omskogo universiteta. Serija: Psihologija. Omsk : Omskij gosudarstvennyj universitet im. F. M. Dostoevskogo, 2022. S. 53-60.

20. Jakovlev G. M. Issledovanie problem sovladajushhego povedenija sredi voennosluzhashhih vooruzhen-

nyh sil = Study of problems of coping behavior among military personnel / G. M. Jakovlev, M. M. Dalgatov // Mir psihologii : sbornik materialov regional'noj studencheskoj nauchno-prakticheskoy konferencii. Mahachkala : Dagestanskij gosudarstvennyj peduniversitet, 2022. S. 93-99.

21. Jakovlev G. M. Osobennosti koping-strategij povedenija lichnosti sotrudnika pravoohranitel'nyh organov = Features of copying strategies for the behavior of the personality of a law enforcement officer / G. M. Jakovlev, M. M. Dalgatov // Pedagogika, psihologija, obshhestvo: teorija i praktika : materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii. Cheboksary : ID «Sreda», 2019. S. 299-305.

22. Benight C. C., Harper M. L. Coping Self-Efficacy Perceptions as a Mediator Between Acute Stress Response and Long-Term Distress Following Natural Disasters // Journal of Traumatic Stress. 2002. Vol. 15. № 3. P. 177-186.

23. DeLongis A., Holtzman S. Coping in context: the role of stress, social support, and personality in coping // J. Pers. 2005. V. 73 (6). P. 1633-1656.

24. Endler, N. S. A. Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual / N. S. Endler, J. D. Parker. Toronto : Multi-Health System, 1990.

25. Folkman S., Lazarus R., Dunkel-Schetter C., DeLongis A., Gruen R. Dynamics of stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes // Journal of Personality and Social Psychology. 1986. V. 50. P.992-1003.

26. Turner R. J., Taylor J., Gundy K. Personal resources and depression in the transition to adulthood: ethnic comparison // Journal of Health and Social Behavior. 2004. Vol. 45. P. 34-52.

Статья поступила в редакцию 26.01.2023; одобрена после рецензирования 27.02.2023; принята к публикации 23.03.2023.

The article was submitted 26.01.2023; approved after reviewing 27.02.2023; accepted for publication 23.03.2023.