

УДК 159.922+656.13

## **ОСОБЕННОСТИ СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ВОДИТЕЛЕЙ АВТОТРАНСПОРТА («СКОРОЙ ПОМОЩИ» И ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИНСПЕКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ)**

**Ю.Ю. Голубихина**

ООО «Центр независимых экспертиз «Аргумент», г. Санкт-Петербург

Представлены результаты исследования стратегий совладающего поведения водителей «скорой помощи» и инспекторов Государственной инспекции по безопасности дорожного движения, условия их возникновения и факторы, способствующие закреплению конструктивных и неконструктивных копинг-стратегий в зависимости от содержания профессиональной деятельности.

**Ключевые слова:** стратегия совладающего поведения, стресс, копинг-стратегии.

В жизни каждого человека возникают ситуации, субъективно переживаемые им как трудные, нарушающие привычный ход жизни, зачастую меняющие то, как человек воспринимает окружающий мир и свое место в нем.

М. Е. Сандомирский в работе «Защита от стресса» пишет о том, что условия, в которых протекает жизнедеятельность современного человека, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. Это связано со многими факторами и угрозами, в том числе политическими, информационными, социально-экономическими, экологическими, природными. Причинами стресса также является информационная нагрузка, нарушенные физиологические функции, отсутствие контроля над событиями, изоляция и т. п. [4, с. 29–31].

Постоянный риск для жизни в современном мире становится привычным атрибутом нашей реальности. Это происходит в связи с ростом угрозы физического и иного насилия, террористических актов, техногенных и экологических катастроф [2, с. 35-43].

Деятельность водителя сопряжена с потенциальным риском для жизни. Одной из особенностей его деятельности является дефицит времени. Причинами стресса могут также быть другие участники движения, погодные условия и иные внешние факторы, как и те, источником которых может стать сам водитель: утомление, болезненное состояние, ошибки, допущенные при управлении дорожно-транспортным средством.

Эмоциональный стресс – связующее звено между личностью и средой, постоянно присутствующее в жизни человека и позволяющее получить опыт поведенческих ответов и сформировать тем или иным образом ресурсы личности, которые впоследствии могут быть адаптивными либо дезадаптивными, функциональными либо дисфункциональными. Они считаются адаптивными, если содействуют достижению равновесия и в дальнейшем способствуют уменьшению или устранению вредных побочных воздействий [1; 2]. Курение как реакция на стресс, так же как и неконтролируемый выплеск гнева, служит примером несоответствующего средства для преодоления нагрузок (даже если это непосредственно эффективно) прежде всего из-за продолжительных социальных последствий.

Этот когнитивно-поведенческий опыт человека, накопленный им в процессе формирования его личности при столкновении со средовыми стрессорами, и называется копингом. Как пишут Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский, «проблема "копинга" (совладания) личности с трудными жизненными ситуациями возникла в психологии во второй половине XX в. Под "копингом" подразумеваются постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие попытки справиться со специфическими внешними или/и внутренними требованиями, которые оцениваются как напряжение или превышают ресурсы человека с ними справиться» [6, с. 50–53].

Копинг-поведение, направленное на преодоление различных требований среды, формируется посредством использования копинг-стратегий и копинг-ресурсов.

Копинг-стратегиями являются все разнообразные поведенческие стратегии, направленные на поддержание и сохранение баланса между требованиями среды и ресурсами, удовлетворяющими эти требования.

Копинг-ресурсами называются разнообразные свойства (конструкты) личности и среды, способствующие реализации тех или иных копинг-стратегий. К ним относятся: уровень когнитивного развития, Я-концепция, интеллект, локус контроля, восприятие социальной поддержки, ценностные ориентации личности, ее духовные основы, ближайшее микросоциальное окружение (друзья, семья, коллеги).

Общей целью исследования явилось изучение особенностей «копинг-стратегий» у водителей «скорой помощи» и сотрудников Государственной инспекции по безопасности дорожного движения (далее ГИБДД), а также выявление и описание взаимосвязей их с «копинг-ресурсами», представленными локусом контроля.

Задачи исследования сводились к сравнительному изучению копинг-стратегий у вышеупомянутых респондентов, а также выявлению

взаимосвязей изученных психологических характеристик с категориями локуса контроля.

Для решения поставленных задач было обследовано 120 человек: 60 водителей автомобилей «скорой медицинской помощи» муниципального бюджетного учреждения «Сочинский санитарный транспорт» и 60 сотрудников ГИБДД.

Для решения поставленных задач использовался экспериментально-психологический метод, представленный опросником SACS С. Хобфолла и методикой диагностики уровней субъективного контроля Дж. Роттера.

Опросник SACS позволил определить выбор преодолевающего поведения в различных стрессовых ситуациях. Автор описывает три конструктивные (ассертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки) и шесть неконструктивных моделей поведения (осторожные действия, импульсивные, избегание, манипулятивные, асоциальные, агрессивные действия).

Методика диагностики уровня субъективного контроля Дж. Роттера позволила оценить уровень субъективного контроля респондентов над различными ситуациями, разделив их на два типа локализации: экстернальный (внешний локус контроля) и интернальный (внутренний локус контроля).

В результате было выявлено, что для обследованных групп респондентов характерны преимущественно конструктивные стратегии совладающего поведения. Самой предпочтительной из конструктивных копинг-стратегий у группы «ГИБДД» является «вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки», а из неконструктивных – «манипулирование». Манипулирование позволяет косвенными, непрямыми методами влиять на ситуацию, частично «канализировать» негативные эмоции, напряжённость. При этом у группы «Скорая помощь» самыми предпочитаемыми являются стратегии «ассертивные действия», «вступление в социальный контакт» и «поиск социальной поддержки». Данные представлены в таблице.

Ранговое распределение показателей копинг-поведения

Шкалы	Ранги	
	«ГИБДД»	«Скорая помощь»
1. Ассертивные действия	7	1
2. Вступление в социальный контакт	1	2
3. Поиск социальной поддержки	2	3
4. Осторожные действия	6	5
5. Импульсивные действия	5	6
6. Избегание	8	7

Шкалы	Ранги	
	«ГИБДД»	«Скорая помощь»
7.Манипулирование	3	9
8.Асоциальные действия	4	8
9.Агрессивные действия	9	4

По результатам оценки исследованных параметров были обнаружены достоверные различия в отношении таких копинг-стратегий, как асоциальные, агрессивные, ассертивные действия, импульсивные действия, манипулирование, а также осторожные действия.

Для сотрудников ГИБДД характерны большая импульсивность действий ( $p \leq 0,01$ ) и менее выраженная осторожность. У данных респондентов прослеживается склонность к манипулированию ( $p \leq 0,001$ ) и невысокая степень выраженности ассертивных действий ( $p \leq 0,01$ ), проявляющаяся в активном разрешении проблем, а также предпочтение асоциальных и агрессивных форм совладающего поведения ( $p \leq 0,01$ ).

Высокая степень выраженности вышеуказанных параметров проявляется в нарочито агрессивном поведении, несдержанности в общении с участниками дорожного движения, в неспособности ясно, лаконично и достаточно корректно донести важную информацию. Это приводит к росту импульсивности, потребности в применении силы, то есть к злоупотреблению служебным положением. Таким образом, количество конфликтов в профессиональной деятельности сотрудников ГИБДД растёт, а эффективность деятельности снижается.

В группе водителей скорой помощи отдаётся предпочтение конструктивным механизмам совладания со стрессовыми ситуациями. Это проявляется в более активном участии в разрешении негативной ситуации, поиске необходимых конструктивных ресурсов, проявляющихся в интенсификации социальных контактов, поиске поддержки со стороны родных, близких, окружающих людей, которые могут оказать помощь в сложной жизненной ситуации. Это позитивно влияет на профессиональную деятельность, взаимоотношения с коллегами.

В результате проведения исследования определялся коэффициент корреляции между различными переменными. Исследованная выборка респондентов не подтвердила гипотезу о корреляции переменных «копинг-стратегий» с категориями локуса контроля.

Итак, результаты проведённого исследования показали, что в целом водители автомобилей «скорой медицинской помощи» муниципального бюджетного учреждения «Сочинский санитарный

транспорт» выбирают конструктивные стратегии совладания со стрессом, а опрошенные сотрудники ГИБДД помимо конструктивных копинг-механизмов также отдают предпочтение неконструктивному манипулированию.

Профессиональная деятельность часто осуществляется в условиях, которые требуют дополнительных резервов человека. Специфика деятельности водителя может негативно сказываться на наличии внутренних ресурсов специалиста и приводить к его психологическому истощению. Проведённое исследование показало, что большинство сотрудников ГИБДД на «асоциальные» и «агрессивные» действия по сравнению с водителями «скорой помощи», что может свидетельствовать о более негативных условиях, стимулирующих развитие стресса и закрепление неконструктивных копинг-стратегий.

#### **Список литературы**

1. Абабков В. А., Перре М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии. СПб.: Речь, 2004. 166 с.
2. Перре М., Бауман У. Клиническая психология. СПб.: Питер, 2003. 1312 с.
3. Постылякова Ю.В. Ресурсы совладания со стрессом в разных видах профессиональной деятельности // Психол. журн. 2005. Т. 26, № 6. С. 35-43.
4. Сандомирский М. Е. Защита от стресса. Телесные технологии. СПб.: Питер, 2008. 336 с.
5. Селье Г. Стресс без дистресса. М.: Прогресс, 1979. 123 с.
6. Сирота Н. А., Ялтонский В. М. Сравнительное исследование копинг-стратегий больных алкоголизмом и здоровых // Вопросы наркологии. 1999. №4. С. 50-53.

**COPING BEHAVIOUR PATTERNS OF VEHICLE DRIVERS (OF  
AMBULANCE AND THE STATE TRAFFIC SAFETY INSPECTION  
OF MINISTRY OF INTERIOR OF RUSSIA)**

**J.Y. Golubikhina**

Center of Independent expert examinations "Argument", Saint-Petersburg

This article the author shows the results of investigation of coping behaviour of vehicle drivers, working in ambulance and the State Traffic Safety Inspection, the condition of this occurrence and factors, that foster fixation on constructive and non-constructive coping-strategies, depending on content of professional activities.

**Keywords:**  *coping behaviour patterns, stress, coping strategies*

*Об авторах:*

ГОЛУБИХИНА Юлия Юрьевна – психолог, Центр независимых экспертиз «Аргумент» (191014, г. Санкт-Петербург, ул. Жуковского, 49 к. 33), e-mail: W82@inbox.ru