



DOI 10.19181/nko.2022.28.3.12
EDN IZREPU
УДК 316.6

Е. А. Тутынина^{1*}

¹ Северо-Кавказский федеральный университет.
Ставрополь, Россия.

ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ НА ВЫБОР СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СПЕЦИАЛИСТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ

Аннотация. В статье рассматриваются особенности профессиональной деятельности специалистов экстремального профиля и их влияние на выбор стратегий совладающего поведения в зависимости от преобладающих каналов эмпатии, параметров саморегуляции поведения, уровня эмоционального интеллекта, типа рефлексии. Совладающее поведение направлено на эффективную адаптацию к требованиям ситуации и снижению ее стрессовости. При этом использование стратегий совладающего поведения помогает сотрудникам экстремального профиля сохранить своё физическое и психическое здоровье. К числу специалистов, работающих в штатных и внештатных экстремальных ситуациях, относятся представители уголовно-исполнительной системы: охранники, контролеры за исполнением наказания, инспектора отдела безопасности, оперуполномоченные оперативных отделов, постоянно находящиеся в условиях стресса, с растущим психологическим напряжением. С целью выявления особенностей выбора стратегий совладающего поведения у данной категории специалистов на примере сотрудников «Управления Федеральной службы исполнения наказаний по Ставропольскому краю» в г. Ставрополь было осуществлено их тестирование по комплексной методике, включающей опросники эмоционального интеллекта «Эмин» (Д. В. Люсин), «Способов совладающего поведения» (Р. Лазарус), «Дифференциального типа рефлексии» (Д. А. Леонтьев, Е. М. Лаптева, Е. Н. Осин, А. Ж. Салихова), методику В. В. Бойко «Диагностика уровня эмпатии», опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В. И. Моросановой. По результатам исследования было выявлено, в частности, что большинство респондентов имеют хорошо развитый межличностный эмоциональный интеллект, системную рефлексивность, высокий уровень саморегуляции и, вместе с тем, сравнительно низкий уровень эмпатии.

Ключевые слова: эмоциональная компетентность, специалисты экстремального профиля, эмоциональный интеллект, саморегуляция, совладающее поведение, рефлексия, уровень эмпатии.

Для цитирования: Тутынина Е. А. Влияние эмоциональной компетентности на выбор стратегий совладающего поведения у специалистов экстремального профиля // Наука. Культура. Общество. 2022. Т. 28, № 3. С. 165-180. DOI 10.19181/nko.2022.28.3.12. EDN IZREPU

Введение. Управление эмоциями – необходимая предпосылка социальной адаптации, взаимодействия с другими, преодоления стрессовых ситуаций и принятия эффективных решений. Эмоциональная компетентность – в первую очередь, понимание и управление эмоциями (Г. В. Юсупова) [1], в то время как эмоциональный интеллект подразумевает механизмы социального влияния на эмоциональную компетентность личности (И. Н. Андреева) [2, с. 80].

* Научный руководитель – Артур Владимирович Атанесян, доктор политических наук, профессор, Ереванский государственный университет (Ереван, Армения). E-mail: atanesyan@yandex.ru. AuthorID РИНЦ: 962408.

Эмоциональная компетентность является более широкой концепцией, интегральной характеристикой, которая состоит из компонентов эмоционального интеллекта, социальных навыков, показателей самосознания, волевых качеств, которую традиционно делятся на личные (самооценка, мотивация, саморегуляция) и социальные (социальные навыки и собственно эмпатия) компетентности [3, с. 4].

Инструментальным уровнем эмоциональной компетентности, рефлексии, эмпатии и саморегуляции мы считаем эмоциональный интеллект, который выступает в роли механизма функционирования и формирования непосредственно эмоциональной компетентности.

В данной работе мы рассмотрим следующие параметры эмоциональной компетентности, исходя из которых, индивид выбирает стратегии совладающего поведения:

- эмоциональный интеллект – «внутренний эмоциональный ресурс эмоциональной саморегуляции человека», исходя из которого субъект в проблемных ситуациях управляет своим поведением и контролирует эмоции [4, с. 16];
- рефлексия, которая представляет собой способность человека точно определять, что именно за эмоции он испытывает в настоящий момент, ориентируясь на физическое состояние и внутренний диалог; распознать изменение силы проявления эмоций и переход от одних эмоциональных состояний к другим;
- саморегуляция поведения – способность к определению источника и причин возникновения эмоций, их предназначения и возможных последствий развития, степени её важности в данной ситуации;
- эмпатия, которая является основным элементом эмоциональной компетентности, другими словами, это эмоциональная реакция индивида на переживания окружающих, проявляющаяся в виде сопереживания или сочувствия [5, с. 82].

Поведенческие модели и стратегии, направленные на преодоление стрессовых ситуаций, называются копингом (от англ. *to cope* – преодолевать, совладать), или совладающим поведением: копинг-поведение выступает в роли потенциальной готовности индивида пережить сложные ситуации с помощью использования конкретных стратегий совладающего поведения [6].

Адаптация индивида к требованиям возникшей ситуации, позволяющая совладать с ней, смягчить или ослабить требования, привыкнуть или же избежать их, погасив стрессовое воздействие ситуации – это психологическое предназначение совладающего поведения. При возникновении трудной жизненной ситуации, на основании личного опыта, своих психофизиологических особенностей и индивидуальных способностей (копинг-ресурсов), человек использует уже имеющиеся у него стратегии совладания (копинг-стратегии) [7].

Основными компонентами, из которых складывается совладающее поведение или копинг-стратегия, являются когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты, а также значительная личностная «надстройка» – система факторов, воздействующих на выбор предпочтительной стратегии поведения [8, с. 82]. На основании этого складывается благополучность специалистов экстремального профиля при выполнении профессиональной деятельности, позволяющая с помощью адаптивных форм поведения справиться с экстремальными ситуациями.

Есть много профессий, которые вовлекают индивида в экстремальные ситуации. В частности, к ним относятся профессии из сферы уголовно-исполнительной службы. Специалисты, работающие в пенитенциарной системе, реаги-

руют на насущную потребность общества в защите населения от преступности. К ним относятся контролеры по исполнению наказаний, охранники, инспектора отдела безопасности, оперуполномоченные оперативных отделов, – все они постоянно находятся в условиях стресса, с растущим психологическим напряжением [9, с. 351]. К экстремальным ситуациям работы в пенитенциарной системе относятся массовая анархия, захваты заложников, неповиновение и т.д., что делает работу в таких условиях психологически сложной [10, с. 438].

Говоря об особенностях профессиональной деятельности сотрудников уголовно-исполнительной службы отметим, что при выполнении профессиональных обязанностей они постоянно сталкиваются с нестандартными ситуациями, которые требуют принятия нестандартных решений для совладания с ситуацией. Готовность к профессиональной деятельности в условиях экстремальных ситуаций в большинстве своём связана не только с физиологическими, но и с психологическими ограничениями человека и его организма. Это в последующем сказывается также на восприятии специалистом самого себя в мире, окружающего мира в целом. Поэтому при изучении личности специалистов экстремальных профессий важно уделять внимание не только эмоциональной компетентности, но и их поведению, и способам справляться с теми непростыми условиями, в которых специалистам приходится работать.

Изучению поведенческих моделей специалистов экстремального профиля в стрессовых ситуациях посвящен целый ряд зарубежных и отечественных исследований [11]. Обращаясь к опыту исследований совладающего поведения за рубежом, обратим внимание на два явления: психологическую защиту и совладающее поведение. Термин «психологической защиты» З. Фрейд сформировал в психоанализе, более детально продолжила изучение его воззрений Анна Фрейд. Согласно подходу, рассматриваемому в психоанализе, механизм, который ориентирован на снижение тревожности и раздражения в обстановке внутриспсихического конфликта, чтобы сохранить самодостаточность и адаптацию личности – это психологическая защита. И для него характерны два основных критерия: потеря сознания и несвобода [12, с. 37].

Л. Мерфи привнёс свой вклад в формирование воззрений о взаимосвязях индивидуально-типологических черт личности, копинг-поведения и прошлого опыта борьбы со стрессовыми ситуациями. А также он выявил наличие в структуре копинг-поведения когнитивного и поведенческого элементов [13, с. 61].

В рамках когнитивной концепции Р. Лазаруса продолжилось изучение проблемы совладания и её ключевых позиций, он описал сознательные методы борьбы со стрессом, связанным с тревожностью и напряженностью [13, с. 61]. Лазарус обозначил копинг-поведение как «желание решать проблемы, которые человек проявляет в обстановке (связанной с экстремальностью или же успехом), которая требует активизации навыков адаптации для поддержания физического, психологического и социального благополучия» [13, с. 62]. Данные обозначения стали основой для создания трехфакторной концепции копинг-механизмов, содержащей стратегии и ресурсы совладающего поведения [9, с. 132].

Более пристально в западной психологии относятся непосредственно к систематизации стратегий преодоления трудностей, предложенных Э. Скиннером и названных «семьей копингов» [14, с. 5]. Она содержит двенадцать разделов, включая решение проблем, поиск информации, беспомощность, избегание, уверенность в себе, поиск поддержки, делегирование, социальную изоляцию, адаптацию, переговоры, подчинение, сопротивление. Каждый подраздел отличается своими собственными стратегиями, но при этом они схожи по фокусу и функциям. Изучение семей более высокого порядка способствует

выявлению сложной структуры копинг-поведения и раскрывает их адаптивные функции [14, с. 5].

Согласно утверждениям Дж. Вэйланта, устойчивость и адаптация человека могут быть определены как умение перестроиться после стресса с помощью адаптивных экологических копинг-стратегий [13, с. 63].

Обращаясь к отечественным исследованиям в области эмоциональной компетентности, стресса и управления в области экстремальных ситуаций, отметим, что многие труды посвящены работникам МВД России [15, 16].

Так, например, В. И. Солдат [17, с. 25] писал о том, что успешная и эффективная реализация и функционирование в профессии зависит от способности использовать адаптивные стратегии копингового поведения. Конструктивное применение стратегий совладания «социальный контакт», «манипулятивные действия» и «агрессивные действия» будут говорить о достаточном уровне развития копингового поведения. Автор также показал, что сотрудники оперативных отделов с низким уровнем совладания прибегают к таким копингам, как «поиск социальной поддержки», «социальных контактов», «осторожных действий» и «манипулятивных действий». С приобретением опыта и стажа специалисты уже более осознанно и определенно используют совладающее поведение.

А. П. Шихова [17, с. 25] пришла к выводу, что работники специализированных подразделений ОВД под действием рабочего стресса используют в его преодолении тактики неактивного, антисоциального и деструктивного типа, с применением психологических защитных механизмов типа «регрессия».

Их способность управлять и справляться со стрессом связана во многом с эмоциональной компетентностью и способностью использовать активные стратегии поведения и просоциальные стратегии, а применение контрпродуктивных стратегий совладания (асоциальных и пассивных) становятся причиной увеличения профессионального напряжения и стресса.

А. В. Бухвостов и Е. Н. Ашанина выявили зависимость совладающего поведения и эмоциональной компетентности сотрудников МЧС от характера ситуации (стандартная-нестандартная, опасная-неопасная), от сформированности совладающего поведения («адаптивного», «псевдоадаптивного», «неадаптивного»), выраженности основных стратегий совладающего поведения («поиск социальной поддержки», «решение проблем») и небольшой выраженности «избегания» [18, с. 174].

Таким образом, основной проблемой, которую мы попытаемся решить, является выявление психологических механизмов влияния эмоциональной компетентности на выбор стратегий совладающего поведения у специалистов экстремального профиля. Решение данной проблемы имеет как теоретический, так и прикладной аспекты, позволяя содействовать эффективности деятельности специалистов экстремального профиля в условиях стресса.

Методология и методика исследования. Целью нашего исследования является выявление психологических механизмов влияния эмоциональной компетентности на выбор стратегий совладающего поведения у специалистов экстремального профиля на примере сотрудников «Управления Федеральной службы исполнения наказаний по Ставропольскому краю».

Задачи исследования:

- 1) проведение эмпирического исследования параметров эмоциональной компетентности и преобладающих стратегий совладающего поведения у специалистов экстремального профиля;

- 2) проведение факторизации параметров эмоциональной компетентности для определения эмоциональных компетенций как отдельных компонентов её структуры;
- 3) определение различий между специалистами экстремального профиля, сгруппированными по признаку «преобладающая стратегия совладающего поведения», по уровню развития эмоциональных компетенций.

Соответственно, объектом исследования является совладающее поведение специалистов экстремального профиля, а предметом – влияние эмоциональной компетентности на выбор стратегий совладающего поведения у специалистов экстремального профиля. База исследования: 55 сотрудников «Управления Федеральной службы исполнения наказаний по Ставропольскому краю» в г. Ставрополь, включая 8 женщин и 47 мужчин в возрасте 22-51 года, со стажем работы от 6 месяцев до 26 лет. Исследование проводилось в январе-марте, анализ результатов – в марте-июне 2022 года.

Психодиагностические методы исследования:

1. опросник эмоционального интеллекта «Эмин» (Д. В. Люсин) [19];
2. опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса [20];
3. опросник «Дифференциальный тип рефлексии» (Д. А. Леонтьев, Е. М. Лаптева, Е. Н. Осин, А. Ж. Салихова) [21];
4. методика В. В. Бойко «Диагностика уровня эмпатии» [22];
5. опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В. И. Моросановой [23].

Результаты исследования. С целью измерения общего уровня эмоционального интеллекта, нами был применен Опросник эмоционального интеллекта «Эмин» (Д. В. Люсин) (см. рис. 1).

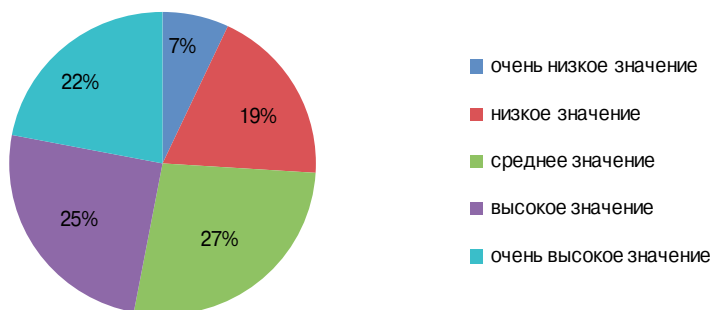


Рисунок 1. Общий уровень эмоционального интеллекта, %

Также с помощью данного опросника нами были выявлены компоненты, из которых складывается эмоциональный интеллект испытуемых (см. рис. 2).

Результаты показывают, что у большинства испытуемых развитость общего эмоционального интеллекта находится на среднем и высоком уровнях, это значит, что испытуемые, как правило, понимают, как вести себя в разного рода обстоятельствах, не обременяя себя ситуативными требованиями. Их поведение строится на основании ситуации без применения волевых усилий и исходит не только от собственного эмоционального состояния, но с ориентацией на эмоциональное состояние окружающих.

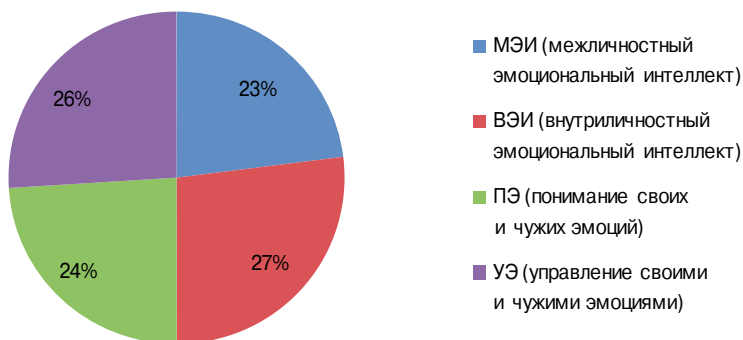


Рисунок 2. Компоненты эмоционального интеллекта испытуемых, %

Все компоненты эмоционального интеллекта развиты практически на одинаковом уровне.

С целью выявления копинг-стратегий и способов преодоления трудностей в разных сферах психической деятельности был применен опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса (см. рис. 3).

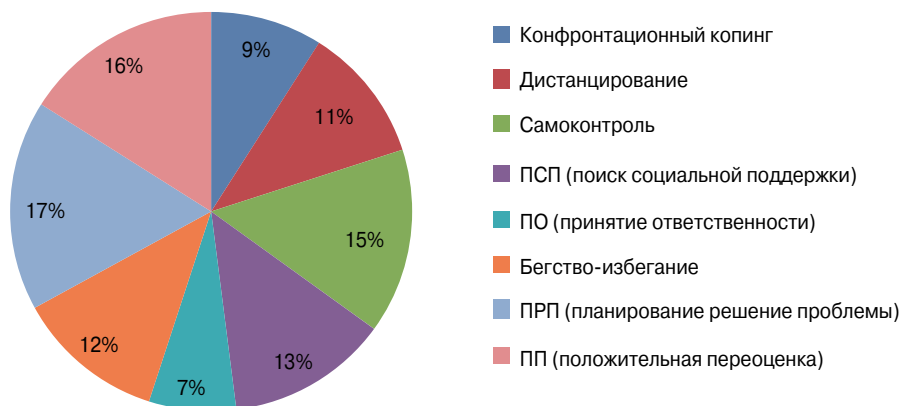


Рисунок 3. Исследование способов совладающего поведения, %

Можно отметить, что копинг-стратегия «планирование решения проблемы» предполагает попытку преодолеть проблемы путем целенаправленного анализа ситуации, составления плана собственных действий с опорой на объективные условия, опыт и ресурсы. Испытуемые, которые используют стратегию «положительная переоценка» пытаются преодолеть негативный опыт, связанный с проблемой через свое позитивное переосмысление и рассматривают его как стимул для личного роста. Обращаясь к стратегии «самоконтроля», необходимо отметить, что он предполагает попытки специалистов преодолеть негативный опыт, связанный с проблемами путем уже целенаправленного сдерживания и подавления эмоций, с целью минимизировать их влияние на оценку сложившейся ситуации. Также таким испытуемым присущ высокий уровень контроля поведения и приверженность к самообладанию. Субъекты, которые справляются со сложной ситуацией с помощью «поиска социальной поддержки», целенаправленно стараются найти информационную, действенную и эмоциональную поддержку извне. Используя стратегию преодоления трудно-

стей «бегство-избегание» респонденты пытаются мысленно уйти от проблем, строя стену, пытаясь не думать о негативных факторах, которые доставляют им дискомфорт, тем самым убегая от проблемы, а не прилагая усилия для её решения. Использование испытуемыми преодоления трудностей в качестве «дистанцирования» предполагает, что они используют когнитивные усилия для того, чтобы отделить себя от травмирующей ситуации и уменьшить её важность путем дистанцирования. Использование испытуемыми «конфронтационного копинга» говорит о том, что прилагая агрессивные усилия, они пытаются справиться с ситуацией, которая приносит в их жизнь неудобства, при этом они с легкостью идут на риск. Субъекты, которые используют стратегию преодоления «принятие ответственности» понимают свою роль в разрешении проблемной ситуации и берут на себя ответственность с целью её решения.

Тип рефлексии специалистов экстремального профиля мы исследовали с помощью опросника «Дифференциальный тип рефлексии» (Д. А. Леонтьев, Е. М. Лаптева, Е. Н. Осин, А. Ж. Салихова) (см. рис. 4).

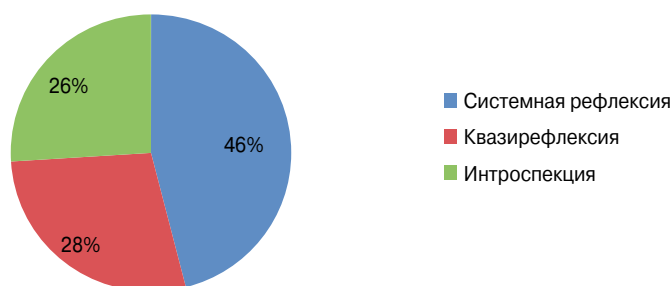


Рисунок 4. Исследование типов рефлексии, %

Полученные данные демонстрируют, что у большинства испытуемых преобладает системная рефлексия (46%), т.е. такие испытуемые в зависимости от ситуации могут оценить себя со стороны; для принятия взвешенного решения, с целью более эффективного воздействия на сложившуюся ситуацию, учитывают её особенности, а не только собственные желания. Развитость квазирефлексии (28%) говорит о том, что такие испытуемые направляют свои размышления на другой объект, а не на себя, часто уходят в своих мыслях куда-то в прошлое или будущее. Респонденты с типом рефлексии «интроспекция» (26%), наоборот, в фокус своего внимания берут только собственное внутреннее переживание, состояние, совершенно не ориентируются на тех, кто рядом с ними.

Далее для диагностики элементов формирования эмпатии, мы применили методику В. В. Бойко «Диагностика уровня эмпатии» (см. рис. 5).

Анализируя данные, полученные с помощью данной методики, можно сделать вывод, что испытуемые, у которых хорошо развита проникающая способность в эмпатии, имеют хорошо развитые коммуникативные свойства, которые помогают им быть открытыми, располагают к доверию и пониманию. Установки, способствующие эмпатии, характеризуют испытуемых как личностей, стремящихся к контакту, проявляющих любопытство к другим людям с эмоциональной отзывчивостью и эмпатическим восприятием. Испытуемые, у которых преобладает идентификация в эмпатии, умеют понимать окружающих на основании сопереживаний, ставя себя на место другого. Сама идентификация

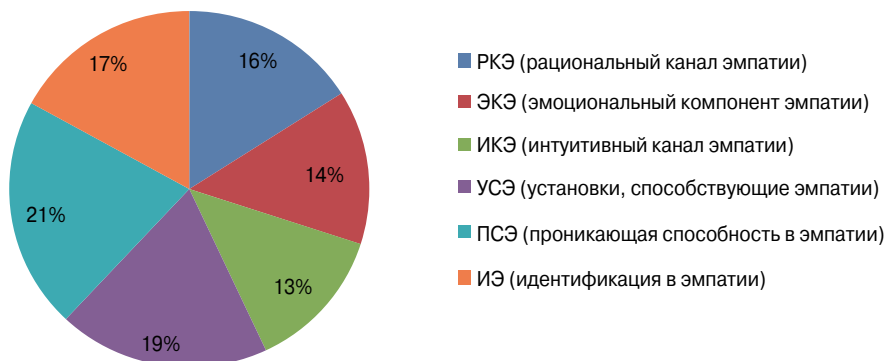


Рисунок 5. Элементы формирования эмпатии, %

основана на легкости, подвижности и гибкости эмоций, способности к подражанию. Рациональный канал эмпатии говорит о том, что такие сотрудники способны проявлять спонтанный интерес к другому, эмоционально и интуитивно отражая партнера. В рациональной составляющей эмпатии не стоит искать логичность или направленный интерес к эмоциональному состоянию партнера, такие испытуемые притягивают внимание своей естественностью. Эмоциональный канал эмпатии говорит о том, что испытуемые могут эмоционально резонировать с окружающими, т.е. проявлять сопереживание или соучастие. Эмоциональный отклик в таком случае будет являться средством «вхождения» в ментальный мир другого. Ведь только энергетически подстроившись к эмпатируемому, испытуемый сможет понять его внутренний мир. Хорошо развитый интуитивный канал эмпатии у испытуемых говорит о том, что они могут предугадать поведение партнера, действовать в условиях отсутствия исходной информации, полагаясь только на собственный опыт, который отложился в подсознании. На уровне интуиции данные сотрудники замкнуты и обобщают различную информацию об окружающих. Интуиция в меньшей степени зависима от оценочных стереотипов, чем осмысленное восприятие партнеров.

Диагностику развитости индивидуальной саморегуляции и её профиля мы провели с помощью опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В. И. Моросановой. Полученные данные позволяют говорить о том, что у большинства испытуемых выявлен высокий уровень саморегуляции (52%), это означает, что они являются самостоятельными, гибко и правильно могут откликаться на перемены, осознанно выдвигая и достигая своих целей. У респондентов со средним уровнем общей саморегуляции (32%) цели определяются ситуативно, и их постоянство зависит от важности этих целей, при этом существующие навыки планирования используются не всегда. Низкие показатели по данной шкале (16%) свидетельствуют о том, что испытуемые в большей степени зависят от обстоятельств, в которых находятся и от мнения окружающих, у них плохо сформирована способность к осознанному планированию и программированию собственного поведения.

Также в результате применения данной методики мы выявили компоненты саморегуляции, на основании которых строится поведение сотрудников (см. рис. 6).

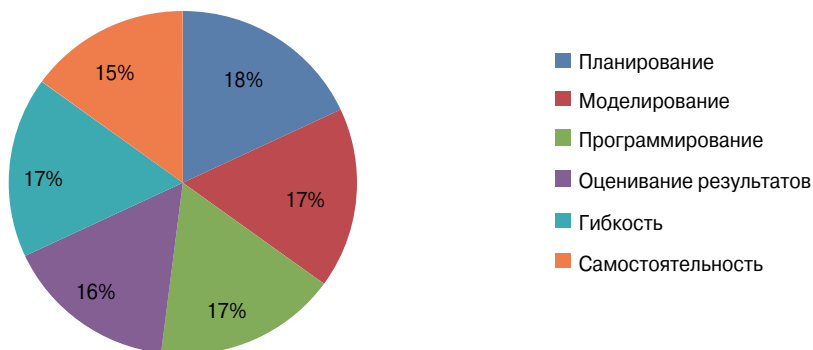


Рисунок 6. Компоненты саморегуляции, %

Испытуемые, у которых в саморегуляции преобладает «планирование», характеризуются потребностью в осознанном планировании деятельности. Испытуемые, у которых в саморегуляции на высоком уровне преобладает такой компонент, как «моделирование», умеют определять необходимые условия в достижении целей, не только в текущих ситуациях, но и в дальнейшей перспективе. Преобладание у испытуемых в саморегуляции «программирования» свидетельствует о сложившейся у них необходимости к продумыванию способов собственных действий и поведения для достижения намеченных результатов, детализированности и четкой продуманности разработываемых программ. У испытуемых с развитым компонентом саморегуляции «гибкость» проявляется пластичность всех регуляторных процессов. Высокие баллы по шкале «оценивание результатов» говорят нам об адекватной самооценке респондентов, сформированной и устойчивой системе критериев оценивания получения намеченных итогов. Данные сотрудники способны к адекватному оцениванию как самого факта несоответствия полученных результатов с целями деятельности, так и причин, которые привели к нему, гибко подстраиваясь к изменяющимся условиям. Преобладание у испытуемых в саморегуляции такого компонента, как «самостоятельность» указывает на автономность в организации собственной деятельности, способность самостоятельно разрабатывать не только планы деятельности, но и собственное поведение.

Гендерный анализ. Также в рамках эмпирического исследования был проведен анализ по всем методикам и сравнение результатов по гендерным признакам. Так, среднее значение уровня эмоционального интеллекта у женщин составляет 189, а у мужчин – 181. Анализируя общий уровень эмпатии можно отметить, что у женщин среднее значение равно 15, а у мужчин – 17. В результате сравнения полученных данных общего уровня саморегуляции видно, что у женщин среднее значение – 34, а у мужчин – 30.

Полученные сравнительные данные свидетельствует о том, что и у женщин, и у мужчин на достаточно высоком уровне развит эмоциональный интеллект, что характеризуется непредвзятостью и беспристрастным отношением к окружающим. Заниженный уровень развития эмпатии говорит о том, что такие мужчины и женщины сконцентрированы в основном на себе, на своих целях и желаниях, совсем неохотно проявляя интерес к чувствам и эмоциям других людей. У женщин высоко развитый уровень саморегуляции проявляется в их способности к эффективной компенсации личностных, характерологических

особенностей, которые препятствуют достижению поставленной цели, а у мужчин он средний, они стараются всё планировать, тщательно выбирая способы и очередность своих действий.

По результатам сравнения средних значений по преобладающим стратегиям поведения у мужчин и женщин мы можем сказать, что у мужчин преобладающими стратегиями совладающего поведения являются «планирование решения проблемы», «принятие ответственности» и «конфронтационный копинг», женщины в свою очередь прибегают к использованию таких копинг-стратегий, как «положительная переоценка» и «поиск социальной поддержки» (см. рис. 7).

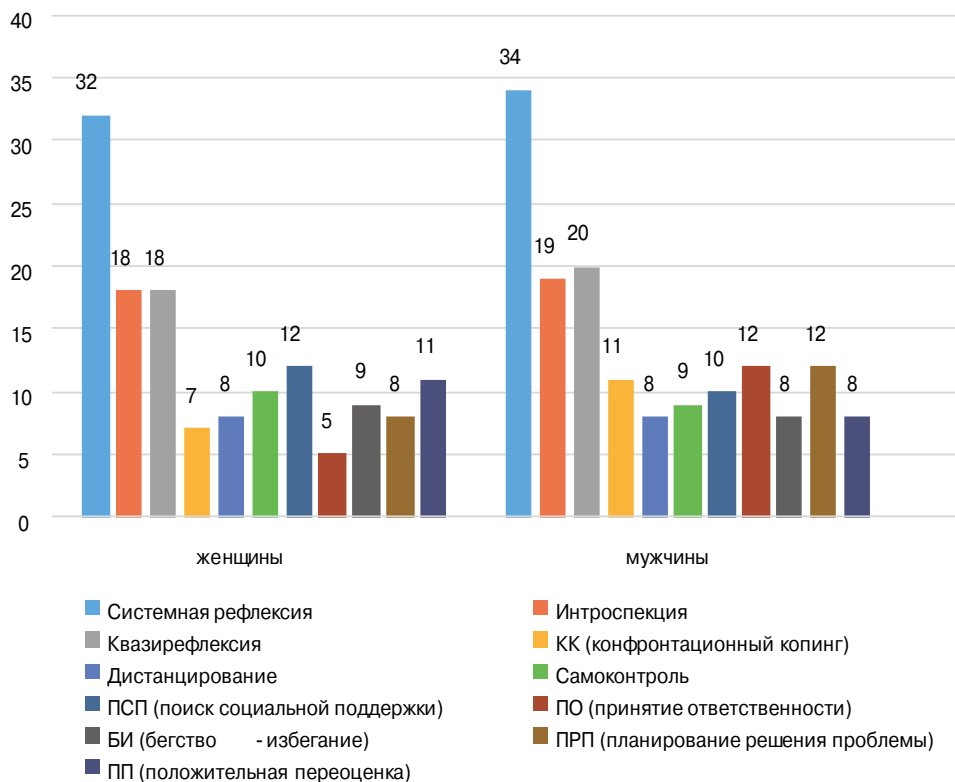


Рисунок 7. Результаты сравнения полученных средних значений у мужчин и женщин по опроснику «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса, опроснику «Дифференциальный тип рефлексии» (Д. А. Леонтьев, Е. М. Лаптева, Е. Н. Осин, А. Ж. Салихова), %

Говоря о преобладающих стратегиях поведения у женщин и мужчин, заметим, что мужчины предпринимают произвольные, ориентированные на проблему усилия с целью изменения возникшей сложной ситуации, включая свои аналитические способности; основную роль в решении проблемы берут на себя; но в таких условиях могут быть агрессивными, несколько враждебными, готовясь к риску. Женщины, которые сталкиваются с трудными ситуациями, в свою очередь, стремятся найти информационную, действенную и эмоциональную поддержку; основное внимание уделяют положительной стороне ситуации с акцентом на саморазвитие.

Сравнивая полученные данные по типу рефлексии, можно сделать вывод, что различий в преобладающем типе рефлексии у мужчин и женщин нет, и тем, и другим присуща системная рефлексия.

Зависимость стратегии от должностной позиции. Также было проведено сравнение полученных данных между испытуемыми, занимающими разные должности и находящимися в разных профессиональных позициях. Так у начальников отделов наиболее развит эмоциональный интеллект (среднее значение 209) и общий уровень саморегуляции (36), у оперуполномоченных ОО среднее значение эмоционального интеллекта равно 190, а уровень саморегуляции – 29, далее по развитости эмоционального интеллекта идут инспекторы отдела безопасности, среднее значение в данной группе испытуемых равно 181, а уровень саморегуляции – 31, и менее развитым эмоциональный интеллект оказался у инспекторов отдела охраны (среднее значение 178), уровень саморегуляции у данных испытуемых имеет среднее значение 30. В свою очередь общая эмпатия у испытуемых разных должностей находится на одинаковом уровне, где среднее значение равно 30. Это говорит о том, что уровень эмпатии испытуемых не зависит от занимаемой должности.

Далее, сравнивая стратегии совладающего поведения у испытуемых, занимающих разные должности, мы видим, что у начальников отделов преобладающей копинг-стратегией являются «планирование решения проблемы»; оперуполномоченные ОО, в свою очередь, предпочитают в сложных ситуациях прибегать к использованию таких копинг-стратегий, как «положительная переоценка» и «самоконтроль»; у инспекторов отдела охраны преобладающими копинг-стратегиями являются «самоконтроль», «планирование решения проблемы» и «положительная переоценка»; инспекторы отдела безопасности наиболее часто выбирают такую стратегию совладающего поведения, как «самоконтроль» (см. рис. 8).

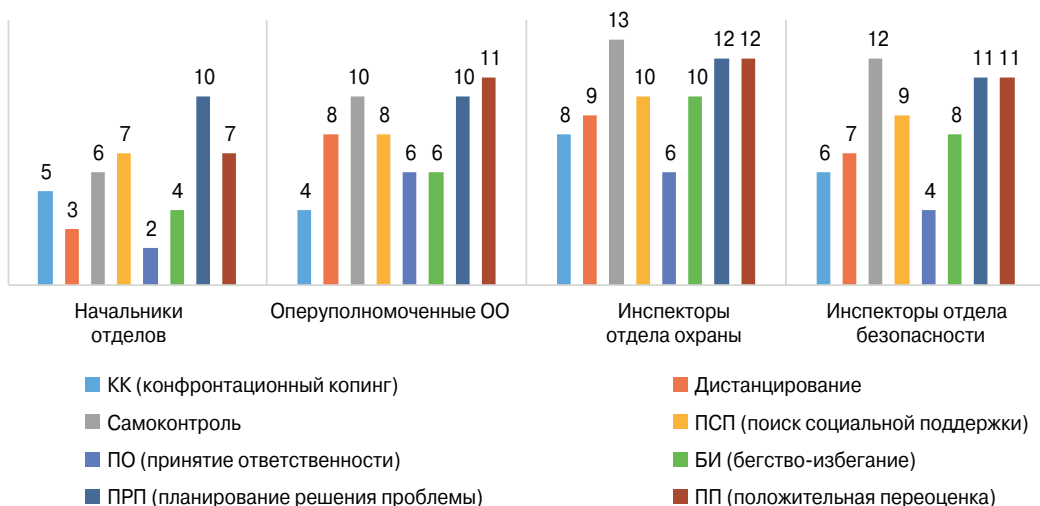


Рисунок 8. Результаты сравнения полученных средних значений у испытуемых, занимающих разные должности по опроснику «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса, %

Мы можем сделать вывод, что оперуполномоченные и инспектора в сложных ситуациях чаще всего прибегают к копинг-стратегии «самоконтроль». Из-за особенностей профессиональной деятельности, они сдерживают свои чувства и эмоции, стараясь оставаться в трезвом уме и памяти с целью решения возникшей ситуации. В свою очередь, начальники отделов предпочитают копинг-стратегию «планирование решение проблемы», можно предположить, что это связано с осознанием возложенной на них ответственности, поэтому в непростых ситуациях стараются более детально проанализировать её, выбрав наиболее конструктивный вариант решения.

Проведя сравнение преобладающего типа рефлексии, у испытуемых, мы видим, что вне зависимости от занимаемой должности, всем сотрудникам в наибольшей степени присуща системная рефлексия (см. рис. 9).

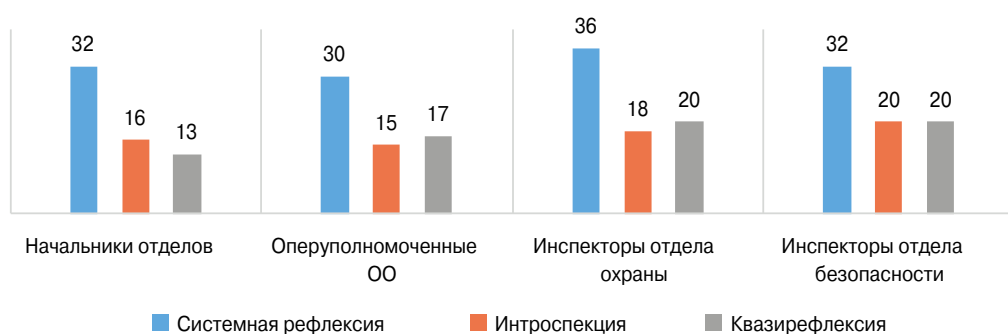


Рисунок 9. Результаты сравнения полученных средних значений у испытуемых, занимающих разные должности по опроснику «Дифференциальный тип рефлексии» (Д. А. Леонтьев, Е. М. Лаптева, Е. Н. Осин, А. Ж. Салихова), %

Можно предположить, что в силу особенностей профессиональной деятельности и условий труда, вне зависимости от занимаемой должности, все испытуемые стараются анализировать как своё собственное поведение, глядя на себя со стороны, так и поведение окружающих людей, на основании чего формируют решения о дальнейших действиях, ведь работа в Управлении Федеральной службы исполнения наказаний – это огромная ответственность не только за себя, но и за тех, кто находится рядом.

Заключение. Рассматривая стратегии совладающего поведения специалистов экстремального профиля, мы отметили, что они используют поведенческие, когнитивные и эмоциональные стратегии преодоления экстремальных ситуаций. Выбор конкретных стратегий совладания влияет на успешность профессиональной деятельности специалистов экстремальных профессий и помогает справиться с непростыми условиями деятельности. При этом стратегии копинга могут быть как адаптивными, неадаптивными и относительно адаптивными, в зависимости от эмоционального интеллекта личности специалистов экстремального профиля.

Учитывая психологические особенности, влияющие на выбор стратегии совладающего поведения, мы выявили структуру эмоциональной компетентности, которая состоит из эмоционального интеллекта, рефлексии, эмпатии и саморегуляции поведения. Выбор стратегии совладающего поведения у специалистов

экстремального профиля – это принятие решений, состоящих из последовательных этапов, где каждый из компонентов эмоциональной компетентности имеет определенные функции и специфику.

Проведя эмпирическое исследование, мы выявили, что наибольшее количество респондентов обладают средним и высоким уровнем эмоционального интеллекта, то есть они с легкостью могут воспринимать и понимать не только своё внутреннее эмоциональное состояние, но и эмоции своих партнеров, что говорит о развитости межличностного эмоционального интеллекта. У испытуемых данной группы на хорошем уровне развита системная рефлексия, позволяющая видеть взаимодействие во всех его аспектах, учитывая имеющиеся альтернативные возможности. Такое видение позволяет открывать для себя новые качества, которые могут являться предпосылками к самопознанию и саморазвитию. Но здесь же стоит отметить, что достаточно большое количество респондентов имеют несколько заниженный уровень эмпатии, хотя межличностный эмоциональный интеллект у них развит достаточно неплохо, они сталкиваются с трудностями в построении межличностного взаимодействия, не могут осознанно проявлять сопереживание и сочувствие по отношению к другому, но в данном исследовании, учитывая особенности профессиональной деятельности испытуемых, это является для них положительной характеристикой, так как позволяет четко выполнять свои должностные обязанности. У большого процента испытуемых наблюдается также неплохо развитый уровень саморегуляции, что характеризует их как людей самостоятельных и умеющих планировать собственные действия, проявляя гибкость не только в общении, но и в выполнении профессиональных обязанностей. Поэтому анализируя наиболее предпочитаемые способы совладающего поведения, мы можем сказать, что выбор каждой из стратегий поведения во многом зависит от условий, в которых находится сотрудник, по средствам анализа, обобщения, моделирования и планирования сотрудники стараются прибегать к использованию того копинга, который будет более эффективным в сложившейся ситуации.

Применение в исследовании корреляционного анализа с помощью γ -критерия Пирсона и непараметрического анализа с использованием H -критерия различий Краскела–Уоллиса позволяет нам говорить о том, что уровень развития эмоциональной компетентности оказывает влияние на выбор стратегий совладающего поведения, и предопределяется преобладающим каналом эмпатии, параметрами саморегуляции поведения, а также гендерными особенностями.

Библиографический список

1. Юсупова, Г. В. Состав и измерение эмоциональной компетентности : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Юсупова Гузель Валимухаметовна. Казань, 2006. 166 с. EDN [NNTTEOL](#).
2. Андреева, И. И. Об истории развития понятия «эмоциональный интеллект» // Вопросы психологии. 2008. № 5. С. 83-95. EDN [NBEWFT](#).
3. Мавлянова, О. В. Эмоциональная компетентность и целенаправленность поведения детей младшего школьного возраста с разными формами проявления агрессии : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Мавлянова Оксана Владимировна. Москва, 2011. 27 с. EDN [QNTCOL](#).
4. Киселева, Т. С. Эмоциональный интеллект как жизненный ресурс и его развитие у взрослых : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Киселева Татьяна Сергеевна. Москва, 2015. 26 с. EDN [ZPPOZZ](#).
5. Манойлова, М. А. Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и учащихся. Псков : ПГПИ, 2004. 140 с. ISBN 5-87854-330-3.
6. Fteiha, M., Awwad, N. Emotional intelligence and its relationship with stress coping style // Health Psychology Open. 2020. № 7(2). DOI [10.1177/2055102920970416](https://doi.org/10.1177/2055102920970416).

7. Lazarus, R. S., Folkman, S. Stress, appraisal and coping. New York : Springer Publ. Co., 1984. 445 p.
8. Родина, Н. В. Глубинно-психологические детерминанты копинг-поведения менеджеров среднего звена в кризисных ситуациях // Наука и общество. 2006. № 5-6. С. 81-85.
9. Прикладная юридическая психология / И. И. Аминов, А. И. Афиногенов, А. Г. Гельманов [и др.]. Москва : Изд-во «Юнити-Дана», 2001. 639 с. ISBN 5-238-00200-9. EDN [YPHEDX](#).
10. Устинова, Л. Г., Султанова, М. В. Личная профессиональная безопасность сотрудников ОВД: структура и содержание // Мир науки, культуры, образования. 2018. № 2(69). С. 437-438. EDN [UORKQZ](#).
11. Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие // Материалы IV Междунар. науч. конф. (Кострома, 22–24 сентября 2016г.) / Отв. ред. Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова. Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2016. 340 с. ISBN 978-5-7591-1561-8. EDN [UZXJHY](#).
12. Климентова, О. А. Механизмы психологической защиты // Вестник Науки и Творчества. 2018. № 12(36). С. 36-38. EDN [VRQKRR](#).
13. Данилова, А. В. Обзор психологической литературы по проблеме совладающего поведения // Молодой ученый. 2021. № 43(385). С. 61-63. EDN [TDUBGM](#).
14. Тихонова, Е. А. Подходы к изучению понятия совладающего поведения в отечественных и зарубежных научных исследованиях // Психолог. 2021. № 6. С. 1-11. DOI [10.25136/2409-8701.2021.6.37005](#). EDN [JJYUMF](#).
15. Бергфельд, А. Ю., Мокрушина, А. А., Денисова, А. Ф. Субъективная оценка соматического здоровья и совладающее поведение работников экстремальных профессий // Социальные и гуманитарные науки: теория и практика. 2019. № 1(3). С. 531-541. EDN [ZRMCNB](#).
16. Канунникова, Н. В., Седелкова, В. А., Беспалова, В. А., Демченко, А. С. Особенности синдрома профессионального выгорания среди специалистов экстремального профиля // Вестник СМУС Челябинской области. 2016. Т. 2, № 1(12). С. 30-32. EDN [VWVHNP](#).
17. Тулитбаева, Г. Ф., Лапкина, Е. В., Яннирова, В. А. Факторная структура личностных качеств и копинг-стратегий у сотрудников правоохранительных органов // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2022. Т. 27, № 1(88). С. 24-32. DOI [10.24412/1999-6241-2022-188-24-32](#). EDN [RPXRDE](#).
18. Земскова, А. А., Кравцова, Н. А. Стратегии совладающего поведения у сотрудников МЧС России и у курсантов Дальневосточной пожарно-спасательной академии МЧС России // Научно-аналитический журнал «Вестник Санкт-Петербургского университета Государственной противопожарной службы МЧС России». 2015. № 2. С. 173-179. EDN [UGYEGJ](#).
19. Люсин, Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3-22. EDN [VZMIFN](#).
20. Лазарус, Р. С. Индивидуальная чувствительность и устойчивость к психологическому стрессу // Психологические факторы на работе и охрана здоровья. Москва; Женева, 1989. С. 121-126.
21. Куповых, Ж. Г., Лабныцева, И. С., Лызь, Н. А., Эксакусто, Т. В. Практикум по психологии управления личностными ресурсами: учебно-методическое пособие. Таганрог : Изд-во Южного федерального университета, 2017. 178 с.
22. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Ред.-сост. Д. Я. Райгородский. Самара : Бахрах-М, 2015. 672 с. ISBN 978-5-94648-092-5.
23. Моросанова, В. И., Коноз, Е. М. Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. 2000. № 2. С. 118-127. EDN [ZDQRNR](#).

Дата поступления в редакцию: 19.07.2022.

Дата поступления финальной версии: 26.08.2022.

Принята к печати: 06.09.2022.

Сведения об авторе:

Елена Александровна Тутынина, магистр психологии,
профиль «Психология экстремальных и чрезвычайных ситуаций»,
Северо-Кавказский федеральный университет.

Ставрополь, Россия.

e-mail: tutininaelena@mail.ru

E. A. Tutinina^{1*}

¹ North-Caucasus Federal University, Stavropol, Russia.

THE IMPACT OF EMOTIONAL COMPETENCE ON THE COPING STRATEGIES AMONG SPECIALISTS OF EXTREME JOBS

Abstract. The authors discuss specifics of coping strategies which representatives of extreme jobs tend to demonstrate in stressful conditions; we examine coping strategies through various parameters, including channels of empathy, self-regulation, and emotional intelligence. A coping strategy aims at effective adaptation to the requirements of the complicated situation, allowing to soften, avoid or get used to them, and minimize the stressful influence on the decision-making. At the same time, coping strategies help the employees of extreme professions to maintain their physical and mental health and satisfy their need for social relationships. The extreme jobs also include penal system representatives, such as guards, execution controllers, inspectors of the security department, and operational department servicemen working in conditions of growing stress. In order to identify the features of choosing the strategies of coping behavior by this category of specialists, we tested representatives of the Office of the Federal Penitentiary Service for the Stavropol Region (Stavropol), using a comprehensive methodology including the Emin Emotional Intelligence Questionnaire (D. V. Lyusin), the questionnaire "Methods of coping behavior" (by R. Lazarus), the questionnaire "Differential type of reflection" (D. A. Leontiev, E. M. Lapteva, E. N. Osin, A. J. Salikhova), "Diagnosis of the level of empathy" (developed by V. V. Boiko), the questionnaire "Style of behavior-SSP-98" developed by V. I. Morosanova. As a result of the study, we found out that most respondents have a well-developed interpersonal emotional intelligence, systemic reflection, high level of self-regulation and, together with that, quite low level of empathy.

Keywords: emotional competence, specialists of extreme professions, emotional intelligence, self-regulation, coping strategies, reflection, empathy.

For citation: Tutinina E. A. (2022) *The impact of emotional competence on the coping strategies among specialists of extreme jobs. Science. Culture. Society. Vol. 28. No. 3. Pp. 165-180. DOI 10.19181/nko.2022.28.3.12*

References

1. Yusupova, G. V. (2006) *Composition and measurement of emotional competence*. Candidate (Psych.) Degree Thesis. Kazan. 166 p. (in Russ.).
2. Andreeva, I. N. (2008) On the development of the notion "emotional intellect". *Voprosy Psichologii*. No. 5. Pp. 83-95 (in Russ.).
3. Mavlyanova, O. V. (2011) *The emotional competence and purposefulness of the behavior of children of primary school age with different forms of manifestation of aggression*. Abstract of Candidate (Psych.) Degree Thesis. Moscow. 27 p. (in Russ.).
4. Kiseleva, T. S. (2015) *Emotional intelligence as a life resource and its development in adults*. Abstract of Candidate (Psych.) Degree Thesis. Moscow. 26 p. (in Russ.).
5. Manoilova, M. A. (2004) *Akmeologicheskoe razvitie emotsional'nogo intellekta uchitelei i uchashchikhsya [Acmeological development of the emotional intelligence of teachers and students]*. Pskov, PGPI Publ. 140 p. ISBN 5-87854-330-3 (in Russ.).
6. Fteiha, M., Awwad, N. (2020) Emotional intelligence and its relationship with stress coping style. *Health Psychology Open*. Vol. 7. Issue 2. DOI [10.1177/2055102920970416](https://doi.org/10.1177/2055102920970416) (in Eng.).
7. Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984) *Stress, Appraisal and Coping*. New York, Springer Publ. Co. 445 p. (in Eng.).
8. Rodina, N. V. (2006) Deep-psychological determinants of coping behavior of middle-level managers in crisis situations. *Nauka i obshchestvo*. No. 5-6. Pp. 81-85 (in Russ.).

* Academic coordinator – Arthur V. Atanesyan, Doctor of Political Sciences, Professor, Yerevan State University (Yerevan, Armenia). E-mail: atanesyan@yandex.ru

9. Aminov, I. I., Afinogenov, A. I., Gel'manov, A. G. [et al]. (2001) *Prikladnaya yuridicheskaya psikhologiya [Applied legal psychology]*. Moscow : Unity-Dana Publ. 639 p. ISBN 5-238-00200-9 (in Russ.).
10. Ustinova, L. G., Sultanova, M. V. (2018) Personal professional security of ATS-staff: structure and contents. *The world of science, culture and education*. No. 2(69). Pp. 437-438 (in Russ.).
11. Kryukova, T. L., Saporovskaya, M. V., Khazova, S. A. (eds) (2016) *Psychology of stress and coping behavior: resources, health, development*. Materials of the IV Intern. Scient. Conf. (Kostroma, September 22–24, 2016). Kostroma, KSU. 340 p. ISBN 978-5-7591-1561-8 (in Russ.).
12. Klimontova, O. A. (2018) Mechanisms of psychological protection. *Vestnik Nauki i Tvorchestva*. No. 12(36). Pp. 36-38 (in Russ.).
13. Danilova, A. V. (2021) Review of psychological literature on the problem of coping behavior. *Young scientist*. No. 43(385). Pp. 61-63 (in Russ.).
14. Tikhonova, E. A. (2021) Approaches towards studying the concept of coping behavior in Russian and foreign scientific research. *Psychologist*. No. 6. Pp. 1-11. DOI [10.25136/2409-8701.2021.6.37005](https://doi.org/10.25136/2409-8701.2021.6.37005) (in Russ.).
15. Bergfeld, A. Yu., Mokrushina, A. A., Denisova, A. F. (2019) Subjective assessment of somatic health and coping behavior of workers of extreme professions. *Social Sciences and Humanities: Theory and Practice*. No. 1(3). Pp. 531-541 (in Russ.).
16. Kanunnikova, N. V., Sedelkova, V. A., Bepalova, V. A., Demchenko, A. S. (2016) Features burnout among professionals extreme profile. *Vestnik SMUS Chelyabinskoi oblasti*. Vol. 2. No. 1(12). Pp. 30-32 (in Russ.).
17. Tulitbaeva, G. F., Lapkina, E. V., Yannurova, V. A. (2022) Factor Structure of Law Enforcement Officers' Personal Qualities and Coping Strategies. *Psychopedagogy in Law Enforcement*. Vol. 27. No. 1(88). Pp. 24-32. DOI [10.24412/1999-6241-2022-188-24-32](https://doi.org/10.24412/1999-6241-2022-188-24-32) (in Russ.).
18. Zemskova, A. A., Kravtsova, N. A. (2015) Strategies coping behavior among employees of the MES of Russia and the cadets of the Far East fire and rescue academy of the MES. *Scientific and Analytical journal "Bulletin of St. Petersburg University of the State Fire Service of the MES of Russia"*. No. 2. Pp. 173-179 (in Russ.).
19. Lucin, D. V. (2006) New Technique for Measuring Emotional Intelligence: EmIn Questionnaire. *Psikhologicheskaya diagnostika*. No. 4. Pp. 3-22 (in Russ.).
20. Lazarus, R. S. (1989) Individual sensitivity and resistance to psychological stress. *Psikhologicheskie faktory na rabote i okhrana zdorov'ya [Psychological factors at work and health protection]*. Moscow; Geneva. Pp. 121-126 (in Russ.).
21. Kupovykh, Zh. G., Labyntseva, I. S., Lyz', N. A., Eksakusto, T. V. (2017) *Praktikum po psikhologii upravleniya lichnostnymi resursami [Workshop on the psychology of personal resources management]*. Taganrog, Southern Federal University Publ. 178 p. (in Russ.).
22. Raigorodsky, D. Ya. (ed.) (2015) *Prakticheskaya psikhodiagnostika. Metodiki i testy [Practical psychodiagnostics. Methods and tests]*. Samara, Bahrah-M Publ. 672 p. ISBN 978-5-94648-092-5 (in Russ.).
23. Morosanova, V. I. (2000) Style self-regulation of human behavior. *Voprosy Psikhologii*. No. 2. Pp. 118-127 (in Russ.).

The article was submitted on July 19, 2022.
The final version arrived on August 26, 2022.
Accepted on September 6, 2022.

Information about the author:

Elena A. Tutinina, Master of Psychology, profile "Psychology of extreme and emergency situations", North-Caucasus Federal University. Stavropol, Russia.
e-mail: tutininaelena@mail.ru