

УДК 159.9.072

## КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕ И СПЕЦИФИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮРИСТА

Сабилова Р.Ш., Умуркулова М.М.

*Карагандинский государственный университет им. Е.А. Букетова, Караганда,  
e-mail: sabirova.raihan@mail.ru, happiness770108@mail.ru*

Настоящее исследование посвящено изучению проблемы копинга в рамках юридической психологии, которая связана со спецификой деятельности работников юридической отрасли, которая протекает в специфических, порой чрезвычайных условиях. В исследовании приняли участие сотрудники отделений полиции (21 человек в возрасте от 27 лет до 51 года) и адвокаты, занимающиеся частной правозащитной деятельностью в г. Караганда (29 испытуемых от 34 до 48 лет). Для достижения указанной цели была использована методика «Способы совладающего поведения» Р.Лазаруса и С. Фолкман. В результате исследования авторы пришли к следующим выводам: 1) наиболее предпочтительными для сотрудников полиции являются стратегии «планомерное решение проблемы» и «положительная переоценка»; 2) реже всего полицейские прибегают к таким моделям поведения, как «принятие ответственности» и «дистанцирование»; 3) сотрудники частных адвокатских контор наиболее часто используют стратегии «самоконтроль», «принятие ответственности» и «поиск социальной поддержки»; 4) наименее предпочитаемыми являются копинги «положительная переоценка» и «избегание». Таким образом, значимость влияния различных психологических особенностей личности на уровень развития копинг-стратегии во многом зависит от специфики деятельности субъекта.

**Ключевые слова:** копинг-поведение, стратегия, адвокат, полицейский, юридическая психология.

## COPING BEHAVIOR AND SPECIFIC PROFESSIONAL ACTIVITIES OF LAWYER

Sabirova R.S., Umurkulova M.M.

*Acad. E.A. Buketov Karaganda State University, Karaganda,  
e-mail: sabirova.raihan@mail.ru, happiness770108@mail.ru*

The present study investigates the coping problems in frames of legal psychology, which is related to the specific activities of employees of the legal industry, which takes place in specific and sometimes extreme conditions. The study involved police departments (21 persons aged from 27 years to 51 years) and lawyers engaged in private human rights activities in Karaganda (34 to 48 years, 29 subjects). To achieve this goal was used the method of «Ways of coping behavior» by R.Lazarus and S. Folkman. The study authors concluded that: 1) the most preferred strategy for the police is the strategy of «a systematic solution to the problem» and «revaluation surplus»; 2) less likely the police resort to such behaviors as «acceptance of responsibility» and «distancing»; 3) employees of private law firms most frequently used «self-control» strategy, «acceptance of responsibility» and «search for social support»; 4) the least preferred coping strategies are «positive reappraisal» and «avoidance». Thus, the significance of the effect of different psychological characteristics of the individual to the level of development of coping strategies largely depends on the specific activity of the subject.

**Keywords:** coping behavior, strategy, lawyer, police, legal psychology

В последнее время в юридической психологии возрастает внимание к понятию «копинг-поведение», которое рассматривается в качестве фактора, влияющего на эффективность поведения и деятельности в разнообразных проблемных ситуациях. Это поведение, предполагающее знание и навык использования определенных личностных ресурсов для преодоления стресса.

Актуальность рассмотрения проблемы копинга в свете юридической психологии связана со спецификой деятельности работников юридической отрасли, которая протекает в специфических, порой чрезвычайных условиях [1]. Неумение сотрудника совладать со стрессом, управлять собственным поведением особых жизненных или служебных ситуациях понижает эффективность выполнения должностных обязанностей. Кроме того, повышается риск возникновения профессиональной де-

формации, психосоматических нарушений, различного рода служебных девиаций [6]. Профессии юридической направленности носят стрессогенный характер, требующий от сотрудника мобилизации всех имеющихся психологических ресурсов. Успешность адаптации к профессиональной среде и профессиональной деятельности зависит от уровня сформированности копинг-поведения личности. Впервые термин «копинг-поведение» появился в зарубежной психологической литературе в 1962 году. Изучая кризисы детского развития, Л. Мэрфи использовала данный термин для обозначения способа преодоления кризисной ситуации [1]. Р. Лазарус в своей книге «Psychological Stress and Coping Process» («Психологический стресс и совладание с ним») описал копинг как осознанную стратегию совладания со стрессом. Исследования копинг-поведения продолжили С. Фолкман, У. Лер,

С. Миллер, М. Грин, Дж. Амирхан, К. Карвер и др. [3].

Российские исследователи вместо понятия «копинг» используют понятия «совладание», «преодоление стресса», «совладающее поведение». В российской психологии первые исследования по проблеме копинга были проведены в работах В.М. Ялтонского, Н.А. Сироты [11]. Исследование копинг-поведения представителей экстремальных профессий было проведено И. Лебедевым [4]. Вопросы совладающего поведения исследуются в работах Л.И. Анцыферовой, Т.Л. Крюковой [4], С.К. Нартовой-Бочавер, С.А. Хазовой, Р.Р. Набиуллиной.

Стресс-преодолевающее поведение является одним из факторов обеспечения эффективности профессиональной деятельности в особых условиях. С другой стороны, уровень сформированности того или иного копинга определяется спецификой профессиональной деятельности [2].

Выделяют следующую общую классификацию копинг-стратегий: 1) стратегии, направленные на переоценку ситуации; 2) копинг-стратегии, направленные на снятие эмоционального напряжения; 3) модели поведения, направленные на воздействие на ситуацию; 4) успешный копинг – стратегии, приводящие к преодолению ситуации, вызывающей стресс; 5) неуспешный копинг – стратегии, которые препятствуют преодолению трудной ситуации [3].

Р. Лазарус и С. Фолкман описывают следующие стратегии копинг-поведения: «конфронтация», «дистанцирование», «самоконтроль», «поиск социальной поддержки», «принятие ответственности», «избегание», «планомерное решение проблемы», «положительная переоценка».

На сегодняшний день проблема копинга привлекает пристальное внимание в самых

разных сферах деятельности. Изучением копинг-поведения занимались В.И. Солдатов (изучение копинг-поведения в деятельности сотрудников полиции) [2], М.М. Калашникова (формирование копинг-моделей сотрудников оперативного состава МВД РФ), А.П. Шихова (исследования копинга сотрудников специализированных подразделений дознания). В Казахстане исследованием копинг-стратегий занимаются Е.И. Барабанова, С.Б. Абдеева, М.А. Шмидт., А.Д. Корнеева, Е.В. Дергачёва и др.

Однако вопрос взаимосвязи копинг-поведения работников юридической сферы труда с особенностями профессиональной деятельности остается малоизученным в отечественной психологии. Необходимо подчеркнуть, что стресс-преодолевающее поведение является одним из факторов обеспечения эффективности профессиональной деятельности в особых условиях. С другой стороны, уровень сформированности того или иного копинга определяется спецификой профессиональной деятельности [5].

С целью определения преобладающей стратегии копинг-поведения у работников юридической сферы и установления специфики их взаимосвязи с профессиональной деятельностью нами было проведено исследование, в котором приняли участие сотрудники отделений полиции (21 человек в возрасте от 27 лет до 51 года) и адвокаты, занимающиеся частной правозащитной деятельностью в г. Караганда (29 испытуемых от 34 до 48 лет). Для достижения указанной цели был использован методика «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкман.

В ходе проведенного исследования по опроснику Лазаруса нами были получены следующие результаты.

Таблица 1

Показатели выбора копинг-стратегий сотрудниками полиции

Копинг-стратегия	Т-баллы	Ранг
Конфронтация	47,5	3
Дистанцирование	43,5	8
Самоконтроль	47,3	4
Поиск социальной поддержки	47,06	5
Принятие ответственности	44,8	7
Избегание	45,9	6
Планомерное решение проблемы	52,9	1
Положительная переоценка	48,6	2

Как видно по результатам исследования, наиболее предпочтительными для испытуемых являются стратегии «планомерное решение проблемы» и «положительная переоценка». Наименее часто сотрудниками полиции используются копинг-стратегии «принятие ответственности» и «дистанцирование».

Результаты обследования второй группы респондентов, а именно выборки частных адвокатов, выглядят следующим образом.

проблемы на себя, к усилению самообвинения и самокритики. Описываемая модель копинг-поведения свидетельствует о стремлении сотрудников адвокатуры к анализу собственных поступков и их последствий, о готовности к рефлексии, к поиску внутренних проблем и противоречий. На третьей позиции расположилась стратегия «поиск социальной поддержки». Выяснилось, что адвокаты более эмоционально включаются в ситуацию, более остро нуждаются

Таблица 2

Показатели выбора копинг-стратегий адвокатами

Копинг-стратегия	T-баллы	Ранг
Конфронтация	48,4	5
Дистанцирование	33,5	6
Самоконтроль	64,8	1
Поиск социальной поддержки	57,9	3
Принятие ответственности	62,1	2
Избегание	30,2	8
Планомерное решение проблемы	49,9	4
Положительная переоценка	31,1	7

По таблице видно, что сотрудники частных адвокатских контор наиболее часто прибегают к стратегиям «самоконтроль», «принятие ответственности» и «поиск социальной поддержки». Наименее предпочитаемыми являются «положительная переоценка» и «избегание».

Проанализировав полученные данные по обеим группам испытуемых, можно сделать следующие выводы:

1. Наиболее предпочтительными для сотрудников полиции являются стратегии «планомерное решение проблемы» и «положительная переоценка». Это свидетельствует о том, что члены данной выборки разрешают возникающие трудности за счет активного и целенаправленного поиска всех возможных моделей поведения, поиска путей оптимального решения возникшей ситуации, планирования алгоритма действий с учетом реальных условий, имеющегося опыта и личностных ресурсов.

Копинг-стратегия «положительная переоценка» характеризуется стремлением к разрешению проблемных ситуаций за счет ее переосмысления в положительном ключе, обращения ее в стимул для личностного роста. Вместе с этим испытуемые могут недооценивать практические возможности разрешения ситуации.

2. Реже всего полицейские прибегают к таким моделям поведения, как «принятие

ответственности» и «дистанцирование». Результаты говорят о том, что испытуемые в недостаточной мере принимают на себя ответственность за возникновение и разрешение ситуации, менее склонны к самокритике и самообвинению. Сотрудники полиции не склонны к субъективному снижению значимости и серьезности проблемы, не обнаруживают чрезмерную эмоциональную вовлеченность в ситуацию. У них сохраняется эмоциональное равновесие, не наблюдаются осознанные усилия по устранению отрицательных впечатлений и переживаний, нет поведенческого дистанцирования от проблемы, эмоционального отстранения от ситуации.

3. Сотрудники частных адвокатских контор наиболее часто используют стратегии «самоконтроль», «принятие ответственности» и «поиск социальной поддержки».

Стратегия копинга «Самоконтроль» подразумевает активные рациональные усилия по сохранению самообладания, активация мыслительной деятельности и внимательности. У адвокатов обнаруживается усиление контроля за собственными высказываниями и поступками, сдерживание импульсивных проявлений, некоторая замкнутость и скрытность. Стратегия «принятия ответственности» приводит к адекватному, порой чрезмерному возложению ответственности за разрешение возникшей

в эмпатийном принятии, сочувствии, в поиске защиты и психологического комфорта. Данная копинг-стратегия приводит к поиску ответа на возникший проблемный вопрос за счет анализа внешних эмоциональных и информационных ресурсов, обращения к социальному окружению.

4. Наименее предпочитаемыми являются копинги «положительная переоценка» и «избегание». Адвокаты менее склонны рассматривать в ситуации лишь положительные моменты, более объективны в оценке себя и ситуации.

Данная группа испытуемых не склонна к избеганию проблемы, к переносу ответственности за собственные поступки. Сопреживание с неприятными переживаниями по типу отказа от признания ситуации, отвлечения от нее, ухода в фантазии, неоправданные ожидания и т.д. для них не свойственна.

5. Следует подчеркнуть, что значимость влияния различных психологических особенностей личности на уровень развития копинг-стратегии во многом зависит от специфики деятельности субъекта. Это подтверждают результаты проведенного мини-исследования.

Субординация в рядах полицейских и высокий уровень зависимости действий от решений вышестоящего руководства приводят к тому, что полицейские менее склонны к эмоциональному реагированию и к личному принятию ответственности. Это раскрывает для них возможность к планомерному обдумыванию решения служебных задач, что видно по полученным данным. Наряду с этим, уход к поиску исключительно положительных сторон возникшей проблемы не всегда позволяет объективно рассмотреть все стороны задачи для более эффективного ее решения.

Адвокаты в силу специфики своей деятельности более эмоционально вовлекаются в ситуацию, острее реагируют на ситуации неудачи. В большей степени принимают ответственность за исход событий на себя. Высокий уровень самоконтроля, скорее всего, связан с необходимостью полного личного контроля за развитием ситуации. Кроме того, дополнительным стрессогенным фактором в деятельности адвокатов является необходимость получения коммерческой прибыли и поддержания на должном уровне профессиональной репутации адвоката.

Наряду с этим публичный характер работы адвоката приводит к использованию стратегии «поиска социальной поддержки». По мнению исследователей, данная стратегия включает в себя информационный, эмо-

циональный и поведенческие компоненты. Поиск информационной поддержки в работе адвоката заключается в обращении за советом или экспертным мнением. Стремление быть выслушанным, понятым, получить эмпатийный отклик, разделить свои негативные переживания служит проявлением поиска эмоциональной поддержки. Поведенческий компонент рассматриваемой стратегии принимает форму потребности в конкретных действиях, либо в материальном стимулировании. Все эти особенности характерны для профессиональной деятельности частных адвокатов.

На основе эмпирических результатов проведенного исследования мы пришли к выводу, что уровень сформированности того или иного копинга определяется спецификой профессиональной деятельности работников юридического труда. Решение данной задачи не представляется возможным без улучшения качества психологического сопровождения полицейских и адвокатов.

Таким образом, проблема копинг-стратегии является актуальной и активно изучаемой в современной отечественной психологии. Выявление особенностей копинг-стратегий специалистов юридического труда выступает одним из важнейших направлений в юридической психологии.

Данные, полученные в ходе исследования могут найти практическое применение при отборе сотрудников в ряды правоохранительных органов, в процедуре определения профессиональной пригодности сотрудников юридических специальностей. Результаты исследования копинг-поведения способствуют своевременному выявлению и профилактике профессионального выгорания, профессиональной деформации и девиантного поведения сотрудников полиции.

#### Список литературы

1. Ашанина Е.Н., Рыбников В.Ю. Теория и практика психодиагностики копинг-поведения: монография. – СПб.: Ладога, 2011.
2. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни. – Кострома, 2005.
3. Лазарус Р. Совладание. – СПб.: Питер, 2003.
4. Лебедев И.Б. Психологические механизмы, стратегии и ресурсы стресс преодолывающего поведения (копинг-поведения) специалистов экстремального профиля (на примере сотрудников МВД России). – СПб.: Ладога, 2002.
5. Рябенко И.В. Психология совладающего поведения сотрудников ОВД // Педагогика в правоохранительных органах. – 2007. – № 2(29). – С. 59–61.
6. Фредди Франс Ф.-Б. «Coping»: психологические стратегии преодоления / Ф.-Б.Фредди Франс // Тез. междунар. науч.-практ. конф. «Психология XXI века». – СПб., 2000. – С. 15–16.