

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2021, №1, Том 9 / 2021, No 1, Vol 9 <https://mir-nauki.com/issue-1-2021.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/34PSMN121.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Баляев С.И., Морозова Н.Н., Никишов С.Н. Особенности копинг-поведения инженеров с различным уровнем локуса контроля // Мир науки. Педагогика и психология, 2021 №1, <https://mir-nauki.com/PDF/34PSMN121.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Balyaev S.I., Morozova N.N., Nikishov S.N. (2021). Characteristics of coping behavior of engineers with different levels of locus of control. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 1(9). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/34PSMN121.pdf> (in Russian)

УДК 159.922.4(=811.511.152); 159.923.33

ГРНТИ 15

Баляев Сергей Иванович

ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарёва»,
Саранск, Россия
Доцент кафедры «Психологии»
Кандидат психологических наук, доцент
E-mail: balyaevsi@mail.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=268380

Морозова Надежда Николаевна

ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарёва»,
Саранск, Россия
Доцент кафедры «Психологии»
Кандидат психологических наук, доцент
E-mail: nm2605@yandex.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=639928

Никишов Сергей Николаевич

ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарёва»,
Саранск, Россия
Доцент кафедры «Психологии»
Кандидат психологических наук, доцент
E-mail: serg-n79@yandex.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=618531

Особенности копинг-поведения инженеров с различным уровнем локуса контроля

Аннотация. Проблема психологии копинг-поведения занимает заслуженно одно из центральных мест в работах исследователей, однако вопросы, связанные с изучением совладающего поведения в контексте различных видов профессиональной деятельности по-прежнему вызывают немало споров и разногласий. В данной статье исследуются особенности копинг-поведения инженеров с различным уровнем локуса контроля. Авторами осуществлен подробный анализ научной литературы, рассматривающей вопросы копинг-поведения, его видов, закономерностей. Выделены особенности защитного поведения в контексте профессиональной деятельности, а также рассмотрены результаты эмпирических исследований копинг-поведения инженеров и студентов инженерных направлений подготовки. В эмпирическом исследовании приняло участие 24 человека, в возрасте от 25 до 42 лет, проживающие и работающие в городе Саранск. Стаж работы в инженерной сфере составлял от

1 года до 20 лет. Представленный диапазон инженерных специальностей: инженер-конструктор, инженер-исследователь, инженер-программист, инженер-рентгенолог, инженер по защите информации, инженер-проектировщик. Был использован комплекс диагностических методик: опросник уровня субъективного контроля Дж. Роттера, методика "Индикатор копинг-стратегий", опросник способов совладания Р. Лазаруса и С. Фолкман. В отношении копинг-поведения специалистов-инженеров выявлены прямая корреляция между стратегией дистанцирования и интернальностью в области достижений, а также отрицательная корреляция между интернальностью в области межличностных отношений и стратегией целенаправленного подавления и сдерживания эмоций. Выявлено, что чем большую личную ответственность берет на себя специалист-инженер в процессе совладания, тем с меньшей вероятностью он будет вовлекаться эмоционально в трудную ситуацию.

Ключевые слова: копинг; локус контроля; инженер; стрессоустойчивость; интернальность; экстернальность; стратегии копинга; профессиональные компетенции

Введение

Формирование личности профессионала следует рассматривать с позиции внутренних и внешних условий. В категорию внутренних условий входят: индивидуально-типологические свойства личности, особенности темперамента, базовый интеллект, перечень задатков, наличие условий, предопределяющих возможности профессионального развития, способность менять поведение в контексте принятия новых задач. Группу внешних условий составляют: наличие нетипичной ситуации развития и взаимодействие с выдающимися личностями, служащими примером для подражания, реализация потребности в самоактуализации, самосовершенствовании и самоуважении, преодоление трудностей, способствующих становлению личности, стрессовые ситуации как своеобразный стимул для роста. Новые глобальные угрозы, высокая значимость научно-технической составляющей современной жизни людей вызывают необходимость развития стрессоустойчивости и конструктивных копинг-стратегий современного инженера.

Столкновение со сложными ситуациями – данность и неизбежность в рамках разных профессий. Однако, важнейшим психологическим фактором, определяющим потенциал специалиста в решении стоящих перед ним задач, является тенденция искать причину происходящих событий или результатов своей деятельности во внешнем мире, либо объяснять причины значимым для себя обстоятельствам жизни как результат собственных усилий. Важно проанализировать особенности копинг-поведения инженеров с разным уровнем локуса контроля как представителей профессий "человек-техника".

Теоретический анализ литературы

Понятие «coping» было введено в 30-е гг. XX века психиатром и психоаналитиком Г. Гартманном при изложении механизмов функционирования «свободной от конфликтов зоны Я». В 40–60-х гг. XX века концепция совладания начала широко использоваться в контексте описания механизмов стресса американскими психологами Р. Лазарусом и С. Фолкман, а также в связи с изучением результативных методов терапии стрессовых состояний, обусловленных соматическими заболеваниями [1].

В 1966 году с публикацией работы Р. Лазаруса «Психологический стресс и процесс совладания» обосновывается одна из первых моделей совладания со стрессовой ситуацией – транзактная модель стресса. Данная модель объясняет стресс и возникающие эмоции как результат взаимодействия человека со стрессовой ситуацией (средовыми процессами).

Р. Лазарус и С. Козн выделяют следующие задачи совладания со стрессом: снижение пагубного влияния среды и повышение шансов на восстановление; адаптация к неблагоприятным обстоятельствам; поддержание положительной самооценки и эмоциональной стабильности; обеспечение поддержания удовлетворительных отношений с окружающими [1].

Уже в первых работах, посвященных копинг-поведению, различными авторами были отмечены копинг-стратегии, направленные на источник стресса с целью изменить или снизить интенсивность – проблемно-ориентированные стратегии. С другой стороны, выделяют стратегии, направленные на регуляцию эмоциональной сферы (эмоционально-ориентированные копинг-стратегии), что может достигаться, например, игнорированием источника стресса, когнитивной перестройкой [2].

Р. Моос и Дж. Шефер (1986) описали три вида копинга: оценочно-фокусированный копинг, проблемно-фокусированный копинг, эмоционально-фокусированный копинг, подразумевающий эффективное управление собственными эмоциями и чувствами, эмоциональную разгрузку и покорное принятие [3]. Степень эффективности той или иной стратегии стала предметом многочисленных исследований ввиду своей исключительной значимости для психического здоровья человека. В частности, в работах А. Либиной показывается, что эмоционально-ориентированные стратегии далеко не всегда являются неэффективными, и выделяются когнитивные совладающие и защитные стратегии и поведенческие совладающие и защитные стратегии [4]. Исследователи копинг-стратегий показали, что в изучении эффективности стратегий совладания со стрессом существует еще один значительный фактор, который следует принимать во внимание: степень управляемости ситуацией, провоцирующая стресс или тревогу.

М. Вестман и А. Широм в своей публикации «Формы копинг-поведения: концептуальная основа» предложили интересную классификацию копинг-стратегий, в которой различают два типа совладания со стрессом: оперативные стратегии и активные стратегии (как противоположность косвенным и пассивным), а также стратегии, соответствующие запросам среды [5]. В исследованиях А. Биллинга и Р. Мооса говорится о том, что упор на проблемно-ориентированные стратегии ассоциируется с более низким уровнем подавленности, а предпочтение эмоционально-ориентированных стратегий – с более выраженным депрессивным состоянием и другими индикаторами дисфункций [6]. Подходом, который совмещает традиционную концепцию решения проблем и стресс-ориентированный копинг, является проблемно-фокусированный стиль копинг-диапазона, разработанный П. Хеппнером в 2004 году [7]. Предполагаемая эффективность стратегии решения проблемы рассматривается как степень, в которой действия индивида способствуют либо препятствуют прогрессу в разрешении ситуации.

Одной из тенденций в исследованиях последнего времени является рассмотрение копинг-поведения в контексте профессиональной направленности и профессионально значимых качеств специалиста [8]. Инженерные профессии не являются исключением. Современные инженеры задействованы во всех этапах жизненного цикла объектов, систем и технологических процессов, которые могут относиться к различным категориям сложности. Многовариантность функциональных качеств современных инженеров предъявляет требования к развитию у специалистов конструктивных стратегий совладания со стрессом.

В своих работах советский и российский психолог В.Д. Шадриков выяснил, что в процессе профессионализации личности формируются общие интегративные ансамбли (симптомокомплексы) личностных свойств [9]. Для разных профессий характерны специфические ансамбли профессиональных особенностей. В иностранных источниках данные ансамбли определены как ключевые квалификации. К данной группе у инженеров можно отнести абстрактное теоретическое мышление, навыки прогнозирования комплексных

технологических процессов, элементы инженерного творчества, навык принятия индивидуальных решений, навык командной работы и кооперации и т. д. Важно отметить, что в дополнение к этому перечню в ряде отечественных исследований указывается значимая роль копинг-стратегии в профессиональной деятельности инженеров и технических специалистов. В частности, Е.В. Жукина, анализируя копинг-стратегии в профессионально трудных ситуациях в деятельности инженерно-технических работников с позиции когнитивной теории стресса и адаптации, установила, что в зависимости от возрастных этапов профессионализации в поведении инженера преобладают разные типы копинг-стратегий [10]. Спектр используемых стратегий совладения со стрессом изменяется по мере профессионального становления. Гибкое использование копинг-стратегий рассматривается как поведенческий ресурс, способствующий профессиональной адаптации [10].

С.К. Летягина, выявляя механизмы психологической защиты у сотрудников разной профессиональной направленности в условиях профессионального стресса, отмечает, что инженеры-проектировщики более склонны к отрицанию травмирующих обстоятельств, в отличие от врачей, предрасположенных к вытеснению и подавлению эмоций. Автор выяснил, что уровень стресса будет больше, если инженеры будут стремиться к вытеснению неприемлемых для их личности желаний, мыслей, чувств, вызывающих тревогу [11]. В целом, отмечает С.К. Летягина, психологическая защита включается в случае несогласованности внутренней психологической структуры личности и требований внешней среды и копинг поведение в профессиональной деятельности любой направленности во многом зависит от личностных качеств сотрудников и от того, насколько гармонично они взаимодействуют со своей профессией, насколько полно реализуют себя в ней [11].

Е.И. Бараева, Т.В. Томорович, изучая совладающее поведение студентов, выяснили, что в ситуации стресса студенты инженерных специальностей предпочитают субъективно ориентированные способы реагирования (эмоциональное переживание случившегося, вовлечение других в свои проблемы), а не проблемно ориентированные способы (рациональный анализ случившегося, поиск дополнительной информации, определение возможных вариантов решения проблемы) они используют незначительно [12]. Данный факт, на наш взгляд, может говорить о том, что именно постепенная профессионализация индивида, включенность его в специфические условия технических видов деятельности способствует выработке конструктивных способов психологической защиты.

Подводя итог вышеизложенному, необходимо подчеркнуть, несмотря на наличие значительного числа публикаций, немало аспектов данной проблемы остается спорным, дискуссионным и малоизученным, что объясняет наш интерес к эмпирическому исследованию копинг-поведения инженеров с различным локусом контроля. Выяснение различных сторон психологической защиты и совладания со стрессом технических специалистов позволяет комплексно представить модель профессиональных компетенций современного инженера и сформулировать общие особенности инженерной деятельности с практической целью адаптации полученных знаний к процессу подготовки будущих специалистов.

Методы и результаты исследования

Эмпирическое исследование проводилось в городе Саранск в 2020 году, на базе общества с ограниченной ответственностью «Центр безопасности информации «ГРИФ». Принимая во внимание специфику деятельности предприятия, а именно осуществление лицензируемых видов деятельности, в том числе жесткие лицензионные требования к специалистам (высшее техническое образование, определенный стаж работ в заявленной области), регулярное повышение квалификации составляет значимую долю расходов

предприятия. Кроме этого, тематика проводимых предприятием работ, предусматривающая взаимодействие с информацией ограниченного распространения, накладывает дополнительные требования к профессиональным и личностным качествам специалистов. В связи с этим осуществление грамотного профессионального отбора сотрудников представляется весьма важным, что обуславливает практическую значимость проведения данного исследования.

Членами экспериментальной выборки были 24 сотрудника организации в возрасте от 25 до 42 лет, проживающие и работающие в городе Саранск. Стаж работы в инженерной сфере составляет от 1 года до 20 лет. Представленный диапазон инженерных специальностей: инженер-конструктор, инженер-исследователь, инженер-программист, инженер-рентгенолог, инженер по защите информации, инженер-проектировщик. Диагностика проводилась анонимно в индивидуальной форме. Сотрудникам предлагались распечатанные комплекты опросников для заполнения. Время для заполнения бланков не ограничивалось.

На первом этапе исследования с помощью опросника уровня субъективного контроля Дж. Роттера [13] была проведена диагностика локализации контроля над значимыми событиями (уровень личной ответственности), результаты которой были сгруппированы по следующим шкалам: шкала общей интернальности, шкала интернальности в области достижений, шкала интернальности в области неудач, шкала интернальности в семейных отношениях, шкала интернальности в области производственных отношений, шкала интернальности в области межличностных отношений, шкала интернальности в отношении здоровья и болезни.

Обработка результатов данного этапа исследований позволила сделать важный вывод относительно общего уровня локализации контроля испытуемых: у всех специалистов, принимавших участие в исследовании, выявлена высокая степень интернальности (от 6 до 10).

Второй этап проведения исследования был посвящен диагностике сформированных в процессе жизнедеятельности базисных поведенческих стратегий, используемых для преодоления трудных жизненных ситуаций, с использованием индикатора копинг-стратегий Д. Амирхана (адаптирован психоневрологическим научно-исследовательским институтом им. В.М. Бехтерева. Н.А. Сиротой, В.М. Ялтонским (1994–1995)) [14]. Теоретическим обоснованием данного инструмента оценки выступает тезис, что поведенческие стратегии людей в стресс-ориентированных ситуациях можно разделить на следующие группы:

- Стратегия разрешения проблем – это способность использовать все личностные ресурсы в стрессовой ситуации.
- Стратегия поиска социальной поддержки – это способность активного поиска социальной поддержки в стрессовой ситуации.
- Стратегия избегания – тенденция уклоняться от решения существующих проблем путем избегания проблемной ситуации. Автор методики выделял пассивный и активный способ избегания проблемной ситуации.

Стратегия избегания, по мнению автора методики, характерна для поведения дезадаптированного индивида, находящегося на более низком уровне развития. Совладающее поведение представляет собой наиболее эффективное использование комбинации из трех описанных групп копинг-стратегий, в зависимости от стрессовой ситуации.

Вывод, который представляется возможным сделать до статистической обработки результатов, заключается в общей низкой степени использования стратегий избегания, демонстрируемой 100 % испытуемых. Уровень использования стратегий, направленных на поиск социальной поддержки, также преимущественно низкий (75 % опрошенных).

На третьем этапе проведения эмпирического исследования использовался адаптированный русскоязычный опросник способов совладания Р. Лазаруса и С. Фолкман [15]. Методика предназначена для изучения используемых человеком способов совладания с актуальной трудной ситуацией. Результаты диагностики сгруппированы по следующим шкалам: конфронтационный копинг (противостояние); дистанцирование; самоконтроль (подавление); поиск социальной поддержки; принятие ответственности; бегство (избегание); планирование решения проблемы; положительная переоценка.

Первым этапом анализа результатов исследования была выполнена проверка нормальности распределения данных. Принимая во внимание, что в исследовании принимали участие менее 50 человек, для проверки нормальности распределения был использован критерий Шапиро-Уилка. Данный критерий позволяет проверять соответствие распределения признаков известным законам распределения. Форма распределения – не менее важное ограничение для применения статистических методов, чем тип шкалы, в которой измерен признак, и если не учитывать связанные с ней ограничения, можно сделать некорректные статистические выводы. Результаты расчетов представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты диагностики уровня субъективного контроля с помощью опросника Дж. Роттера (эмпирические значения критерия Шапиро-Уилка)

Наименование шкал	Эмпирическое значение критерия	Уровень значимости
Интернальность в области достижений (Ио)	0,872	0,069
Интернальность в области неудач (Ин)	0,839	0,027*
Интернальность в семейных отношениях (Ис)	0,946	0,578
Интернальность в области производственных отношений (Ип)	0,891	0,123
Интернальность в области межличностных отношений (Им)	0,911	0,22
Интернальность в отношении здоровья и болезни (Из)	0,928	0,358
Стратегия разрешения проблем	0,897	0,146
Стратегия поиска социальной поддержки	0,832	0,022*
Стратегия избегания	0,945	0,56
Конфронтационный копинг	0,977	0,966
Дистанцирование	0,896	0,141
Самоконтроль	0,963	0,828
Поиск социальной поддержки	0,949	0,623
Принятие ответственности	0,910	0,215
Бегство-избегание	0,917	0,259
Планирование решения проблемы	0,946	0,579
Положительная переоценка	0,971	0,92

* – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$ (составлено авторами на основе полученных экспериментальных данных)

По шкале «Интернальность в области неудач» распределение данных отличается от нормального ($W = 0,839$, $p < 0,05$). По шкале «Стратегия поиска социальной поддержки» распределение данных отличается от нормального ($W = 0,832$, $p < 0,05$).

Количество шкал с нормальным распределением (15 шкал) больше, чем количество шкал с ненормальным распределением (2 шкалы), поэтому для дальнейшей обработки данных будет использованы параметрические методы, основывающиеся на оценке параметров (таких как среднее или стандартное отклонение) выборочного распределения интересующей величины.

Для анализа взаимосвязи между шкалами был использован корреляционный анализ с использованием коэффициент корреляции Пирсона (r -Пирсона). Данный метод применяется для исследования взаимосвязи двух переменных, измеренных в метрических шкалах на одной

и той же выборке, и позволяет определить, насколько пропорциональна изменчивость двух переменных. Другими словами, данный критерий характеризует существование линейной связи между двумя величинами.

При оценке силы связи коэффициентов корреляции (отражение силы связи) использовалась шкала Чеддока:

Данные расчета коэффициентов линейной корреляции Пирсона представлены в таблице 2.

Таблица 2

**Эмпирические значения корреляционного анализа
копинг-стратегий и уровня субъективного контроля инженеров (УСК)**

Стратегия / УСК	Ио	Ид	Ин	Ис	Ип	Им	Из
Стратегия разрешения проблем	-0,133	0,414	-0,362	-0,045	-0,443	0,314	-0,19
Стратегия поиска социальной поддержки	-0,461	0,122	-0,572	-0,411	-0,018	0,142	-0,677*
Стратегия избегания	0,341	0,376	-0,088	0,349	0,411	-0,161	-0,21
Конфронтационный копинг	-0,362	-0,155	-0,102	-0,149	-0,002	-0,308	-0,148
Дистанцирование	0,192	0,615*	-0,122	0,216	-0,265	0,4	-0,047
Самоконтроль	0,431	-0,208	0,247	0,351	0,344	-0,764**	0,367
Поиск социальной поддержки	-0,203	0,327	-0,515	0,083	0,004	0,113	-0,354
Принятие ответственности	0,004	0,207	0,145	0,218	0,083	-0,097	0,044
Бегство-избегание	0,017	0,259	-0,06	0,195	-0,053	0,051	0,004
Планирование решения проблемы	-0,364	-0,269	-0,522	-0,413	0,45	-0,328	-0,56
Положительная переоценка	-0,324	-0,136	-0,501	-0,152	0,254	-0,44	-0,483

* – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$ (составлено авторами на основе полученных экспериментальных данных)

Выявлены значимые средние положительные взаимосвязи между шкалой «Интернальность в области достижений» и шкалой «Дистанцирование» ($r = 0,615^*$, $p < 0,05$). С возрастом показатели по шкале «Интернальность в области достижений» также возрастают показатели по шкале «Дистанцирование». Такие психологические признаки как «величина контроля над эмоционально положительными событиями» и «ощущение того, что всего самого хорошего в своей жизни человек добился сам» и что он «способен с успехом идти к намеченной цели в будущем» положительно взаимосвязаны с попытками преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет субъективного снижения ее значимости и степени эмоциональной вовлеченности в нее, использованием интеллектуальных приемов рационализации, переключением внимания, отстранением, юмором, обесцениванием.

Прямая корреляция между дистанцированием и интернальностью в области достижений характеризует тот факт, что, чем большую личную ответственность берет на себя специалист в процессе совладания, тем с меньшей вероятностью он будет вовлекаться эмоционально в трудную ситуацию. Данная особенность также свидетельствует о рациональном складе ума, склонности к интеллектуализации, и подтверждает особенности технического мышления специалистов.

До определенной степени использование механизма снижения значимости и эмоциональной вовлеченности может обеспечить эффективное поведение в решении проблемы, возможность трезво оценить ситуацию. Однако, необходимо заметить, что частое использование стратегии дистанцирования может привести к обесцениванию собственных переживаний и недооценке значимости и возможных последствий ситуации. Кроме того, говоря о крайних ситуациях, следует затронуть такое состояние психики человека, как алекситимия, выражающееся в неспособности распознавать и описывать свои эмоции. По данным некоторых источников алекситимия является первопричиной таких соматических заболеваний, как астма и вегето-сосудистая дистония.

Между шкалой «Интернальность в области межличностных отношений» и шкалой «Самоконтроль» существуют значимые сильные отрицательные взаимосвязи ($r = -0,764^{**}$, $p < 0,01$). С возрастанием показателей по шкале «Интернальность в области межличностных отношений» снижаются показатели по шкале «Самоконтроль». Такие характеристики как «степень того, насколько человек чувствует себя способным вызывать уважение и симпатию других людей и за ситуацию, за свои отношения с окружающими» отрицательно коррелируют с попытками преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет целенаправленного подавления и сдерживания эмоций, минимизации их влияния на оценку ситуации, высоким контролем поведения, стремлением к самообладанию, стремлением скрывать от окружающих свои переживания, боязнью самораскрытия, чрезмерной требовательностью к себе.

Отрицательная корреляция между интернальностью в области межличностных отношений и стратегией целенаправленного подавления и сдерживания эмоций свидетельствует о том, что специалисты-инженеры обладают адекватной самооценкой, уверены в своей компетентности, способны контролировать свои формальные и неформальные отношения с другими людьми, вызывать к себе уважение и симпатию, что позволяет отказаться от сверхконтроля собственного поведения, чрезмерного подавления эмоций, скрытности и требовательности к себе.

Однако, несмотря на отрицательную корреляцию, следует отметить, что общая тенденция использования стратегии самоконтроля среди испытуемых специалистов-инженеров остается достаточно высокой, следовательно, уровень сдерживания эмоций и тенденция к переносу переживаний во внутренний план являются значимым показателем. Данный факт подтверждает вывод, сделанный в отношении уровня интернальности в области достижений и использованием стратегии дистанцирования.

Между шкалой «Интернальность в отношении здоровья и болезни» и шкалой «Стратегия поиска социальной поддержки» существуют значимые средние отрицательные взаимосвязи ($r = -0,677^*$, $p < 0,05$). С возрастанием показателей по шкале «Интернальность в отношении здоровья и болезни» снижаются показатели по шкале «Стратегия поиска социальной поддержки». Это показывает наличие отрицательной взаимосвязи между такими показателями как «величина того, что человек считает себя ответственным за свое здоровье», «уровень понимания того, что выздоровление зависит преимущественно от собственных действий» и «выраженность стремления поиска поддержки у окружающих для решения проблемы», ее обсуждение для принятия решения, поиск совета и успокоения, принятие сочувствия.

Отрицательная корреляция по данным параметрам вполне логично вписывается в общую картину всех выявленных корреляций в данной группе испытуемых. Стратегия поиска социальной поддержки предполагает стремление разрешить проблему за счет привлечения внешних ресурсов, поиска информационной, эмоциональной и действенной поддержки, в том числе обращения к специалистам. Однако, высокие показатели внутреннего локуса контроля в отношении здоровья и болезни свидетельствуют в пользу того, что человек, считая себя ответственным за свое здоровье и полагая, что выздоровление во многом зависит от его собственных действий, вряд ли будет разделять с кем-либо свои переживания. Принимая во внимание высокую степень интеллектуализации среди представителей данной группы, при возникновении соматических проявлений заболевания велика вероятность выбора самостоятельного лечения, нежели обращения за помощью к специалисту. Выбор стратегии «само пройдет» также вполне вероятен. Данная тенденция в совокупности с высокими показателями самоконтроля и дистанцирования создает предпосылки возникновения и развития психосоматических заболеваний, обусловленных стремлением подавлять свои

эмоции и усугубляемых низким уровнем использования стратегий поиска социальной поддержки.

Выводы

Проведенное эмпирическое исследование среди специалистов-инженеров позволило выявить некоторые закономерности уровня субъективного контроля и выбора поведенческих стратегий:

- прямая корреляция между стратегией дистанцирования и интернальностью в области достижений свидетельствует о том, что, чем большую личную ответственность берет на себя специалист в процессе совладания, тем с меньшей вероятностью он будет вовлекаться эмоционально в трудную ситуацию;
- отрицательная корреляция между интернальностью в области межличностных отношений и стратегией целенаправленного подавления и сдерживания эмоций подтверждает, что специалисты обладают адекватной самооценкой, уверены в своей компетентности, способны контролировать свои формальные и неформальные отношения с другими людьми, вызывать к себе уважение и симпатию, что позволяет отказаться от сверхконтроля собственного поведения, чрезмерного подавления эмоций, скрытности и требовательности к себе;
- отрицательная корреляция по шкалам «Интернальность в отношении здоровья и болезни» и «Стратегия поиска социальной поддержки» объединяет вышеизложенные закономерности и подтверждает склонность специалистов к низкой степени использования стратегии поиска социальной поддержки.

Основываясь на результатах интерпретации полученных данных, можно сделать вывод, что в фокусе дальнейшей работы по оптимизации стратегий совладания находится эмоциональный интеллект. Развитие эмоционального интеллекта у будущих инженеров будет способствовать повышению эффективности межличностного и внутриличностного взаимодействия специалистов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс / Под ред. Л. Леви – Л.: Медицина, 1990. – С. 178–208.
2. Гарбер А.Н. Совладающее поведение: аналитический обзор зарубежных исследований [Электронный ресурс] / А.Н. Гарбер // Актуальные вопросы современной психологии: материалы III Международной научной конференции (г. Челябинск, февраль 2015 г.). – Челябинск: Два комсомольца, 2015. – С. 17–19. – Режим доступа: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/157/7325/>. Дата обращения: 05.01.2021.
3. Moos R.H. Effects of work stressors and work climate on long-term care / R.H. Moos, J.A. Schaefer // Life Transitions and Crises: A Conceptual Overview / Eds. Coping with life crises: An integrated approach. – (3–28). – 1986. – P. 34–47.
4. Либина А.В. Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации / А.В. Либина – М.: Эксмо, 2008. – 450 с.

5. Westman M. Dimensions of coping behavior: A proposed conceptual framework / M. Westman, A. Shirom // *Anxiety, Stress, and Coping*. – 1995. – Vol. 8, № 2. – P. 87–100.
6. Wolff C.T. Relationship between psychological defenses and mean urinary 17-hydroxycorticosteroid excretion rates: I. A predictive study of parents of fatally ill children / C.T. Wolff, S.B. Friedman, M.A. Hofer [et al.] // *Psychosomatic Medicine*, – 1964. – Vol. 26(5). – P. 576–591.
7. Heppner P.P. The development and implications of a personal problem-solving inventory / P.P. Heppner, C.H. Petersen // *Journal of counseling psychology*. – 1982. – Vol. 29, № 1. – P. 66.
8. Татьянаенко С.А. Профессионально важные качества личности современного инженера / С.А. Татьянаенко // *Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. VII междунар. науч.-практ. конф. Часть II.* – Новосибирск: СибАК, 2011. – С. 110–116.
9. Шадриков В.Д. Новая модель специалиста: инновационная подготовка и компетентностный подход / В.Д. Шадриков // *Высшее образование сегодня*. – 2004. – № 8. – С. 26–31.
10. Жукина Е.В. Стратегии совладания со стрессом на разных этапах профессионализации инженеров / Е.В. Жукина // *Вестник Санкт-Петербургского университета*. – 2007. – Сер.6 Вып.2 – С. 177–183.
11. Летягина С.К. Механизмы психологической защиты у сотрудников разной профессиональной направленности в условиях профессионального стресса / С.К. Летягина // *Страховские чтения*. – 2020. – Вып. 28 – С. 13–20.
12. Бараева Е.И. Совладающее поведение студентов как психологическая проблема / Е.И. Бараева, Т.В. Томорович // *Вышэйшая школа: навукова-метадычны і публіцыстычны часопіс*. – 2013. – № 2 (94). – С. 63–65.
13. Ксенофонтова Е.Г. Исследование локализации контроля личности – новая версия методики «Уровень субъективного контроля» / Е.Г. Ксенофонтова // *Психологический журнал*. – 1999. – Т. 20, № 2. – С. 103–114.
14. Дубовицкая Т.Д. Диагностика уровня профессиональной направленности студентов / Т.Д. Дубовицкая // *Психологическая наука и образование*. – 2004. – № 2. – С. 82–86.
15. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – Ростов н/Д.: Изд-во «Феникс», 1996. – 512 с.

Balyaev Sergey Ivanovich

National research Ogarev Mordovia state university, Saransk, Russia
E-mail: balyaevsi@mail.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=268380

Morozova Nadezhda Nikolaevna

National research Ogarev Mordovia state university, Saransk, Russia
E-mail: nnm2605@yandex.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=639928

Nikishov Sergey Nikolayevich

National research Ogarev Mordovia state university, Saransk, Russia
E-mail: serg-n79@yandex.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=618531

Characteristics of coping behavior of engineers with different levels of locus of control

Abstract. The problem of the psychology of coping behavior is deservedly one of the central places in the works of researchers, however, issues related to the study of coping behavior in the context of various types of professional activity still cause a lot of controversy and disagreement. This article examines the features of coping behavior of engineers with different levels of the locus of control. The authors have carried out a detailed analysis of the scientific literature considering the issues of coping behavior, its types, patterns. The features of defensive behavior in the context of professional activity are highlighted, and the results of empirical studies of coping behavior of engineers and students of engineering training are considered. The empirical study involved 24 people, aged 25 to 42, living and working in the city of Saransk. Work experience in the engineering field ranged from 1 to 20 years. The range of engineering majors represented: design engineer, research engineer, software engineer, radiologist, information security engineer, design engineer. A complex of diagnostic techniques was used: the questionnaire of the level of subjective control by J. Rotter, the method "Indicator of coping strategies", the questionnaire of coping methods by R. Lazarus and S. Folkman. With regard to coping behavior of specialists-engineers, a direct correlation was found between the strategy of distancing and internality in the field of achievements, as well as a negative correlation between internality in the field of interpersonal relations and the strategy of purposeful suppression and containment of emotions. It was revealed that the more personal responsibility a specialist engineer takes in the coping process, the less likely he will be emotionally involved in a difficult situation.

Keywords: coping; locus of control; engineer; stress resistance; internality; externality; coping strategies; professional competencies