

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

2025, Том 13, № 5 / 2025, Vol. 13, Iss. 5 <https://mir-nauki.com/issue-5-2025.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/97PSMN525.pdf>

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Юсипова, А. Б. От избегания к переоценке: личностные предикторы стратегий совладания военнослужащих / А. Б. Юсипова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13. — № 5. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/97PSMN525.pdf>.

**For citation:**

Yusipova A.B. The three faces of coping: from self-control to flight and avoidance. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2025;13(5): 97PSMN525. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/97PSMN525.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

УДК 159.9

**Юсипова Александра Борисовна**

ООО «Онлайн Институт Смарт», Москва, Россия

Докторант

E-mail: [yusipovaab@mail.ru](mailto:yusipovaab@mail.ru)

## От избегания к переоценке: личностные предикторы стратегий совладания военнослужащих

**Аннотация.** Статья посвящена комплексному исследованию личностных особенностей военнослужащих с различными стилями совладающего поведения. Предметом исследования является взаимосвязь структурных компонентов личности военнослужащих со стилями совладающего поведения, проявляющимися в условиях военно-профессиональной деятельности. Для диагностики использовался пятифакторный личностный опросник, статистический анализ включал сравнение групп с определением уровня значимости различий при  $df=2$ . Выявлены системные различия 13 из 19 исследуемых показателей. В статье представлены диаграммы размаха показателей наиболее значимых различий в сравнении трёх групп переменной «Ведущий стиль совладающего поведения». Особый теоретический интерес представляет выявленный паттерн в группе «Бегство-избегание», где сочетаются высокая общительность и поиск впечатлений с избегающим типом поведения, что требует дальнейшего методологического осмысления. Полученные результаты эмпирического исследования свидетельствуют о глубокой взаимосвязи между структурой личности и выбором стратегий совладания. Практическая значимость работы заключается в возможности применения данных для совершенствования системы психологического отбора и распределения военнослужащих. Выявленные личностные профили позволяют не только прогнозировать эффективность адаптации к стрессогенным условиям службы, но и своевременно идентифицировать группы риска. Разработанные на основе исследования профильные характеристики могут служить основой для создания дифференцированных программ психологического сопровождения, тренингов развития ресурсных копинг-стратегий и целевой профилактики дезадаптационных состояний у личного состава, что в конечном итоге способствует укреплению психологической устойчивости подразделений.

**Ключевые слова:** личностные предикторы; копинг-стратегии; прогнозирование; современные военные конфликты; боевые действия

## Введение

В современной психологической науке, находящейся на стыке дисциплин, исследование механизмов совладающего поведения продолжает оставаться одной из наиболее актуальных и дискуссионных областей. Благодаря фундаментальным работам отечественных и зарубежных ученых, был накоплен значительный теоретический и эмпирический материал, раскрывающий общие закономерности формирования копинг-стратегий и их роль в процессе психологической адаптации. Особый теоретический и практический интерес данный вопрос приобретает при рассмотрении в контексте экстремальных видов профессиональной деятельности, где эффективность психологического преодоления стресса трансформируется из индивидуального ресурса в ключевой элемент оперативной надежности.

Сложившаяся научная традиция, обогащенная многочисленными исследованиями, создала прочный фундамент для более узкоспециализированных изысканий. Военнослужащие, как носители особой формы профессиональной деятельности, функционируют в условиях действия специфических стрессоров, что закономерно актуализирует проблему выявления устойчивых личностных предикторов, лежащих в основе выбора поведенческих стратегий. При этом, развивая и углубляя существующие научные представления, мы приходим к осознанию необходимости перехода от изучения изолированных корреляций к системному анализу целостных личностных профилей, ассоциированных с различными стилями совладания.

Совладающее поведение является ключевым психологическим ресурсом, определяющим успешность адаптации личности в условиях стресса. Особую значимость приобретает изучение личностных предикторов, поскольку именно они определяют эффективность адаптации к экстремальным нагрузкам военной службы.

## Обзор исследований по проблематике

Вопрос о взаимосвязи личности и копинга является центральным в современных исследованиях стресса. Теоретический анализ предполагает, что для рассмотрения этих конструктов в рамках единого адаптационного процесса необходимо соблюдение ряда условий: между ними должна наблюдаться устойчивая взаимосвязь; учитывая относительную стабильность личности, копинг также должен демонстрировать кросс-ситуативную устойчивость; а его вклад в итоговую адаптацию не должен полностью нивелироваться при учете влияния базовых личностных черт [1].

Развивая эту идею, исследователи подчеркивают, что влияние личности на совладание носит комплексный и опережающий характер, проявляясь еще до актуализации конкретных копинг-стратегий [2]. Согласно эмпирическим данным, нейротизм является предиктором повышенной подверженности стрессу и склонности оценивать события как катастрофические, а собственные ресурсы для их преодоления — как недостаточные [3]. В свою очередь, добросовестность, предсказывает низкую уязвимость к стрессу, что, вероятно, обусловлено склонностью к планированию и избеганию импульсивных действий [4].

Таким образом, личность влияет на процессы совладания множеством взаимосвязанных путей, формируя индивидуальный стиль восприятия вызовов и реагирования на них [5].

Проведенный анализ литературы позволяет констатировать, что, несмотря на обширную исследовательскую базу, посвященную проблеме личностных ресурсов, целостное понимание системных закономерностей, связывающих диспозиционные характеристики личности с копинг-стратегиями, остается неполным [6–9]. Таким образом, актуальной исследовательской задачей является преодоление фрагментарности существующих данных и установление ключевых механизмов, опосредующих связь между личностными детерминантами и выбором

копинг-стратегий. Психическое здоровье и высокая стрессоустойчивость личного состава являются прямым фактором боеспособности подразделений и национальной безопасности.

Современная социальная реальность, характеризующаяся процессами тотальной цифровизации, интенсификацией коммуникативных потоков и распространением социальных сетей, порождает повышенные требования к адапционным возможностям личности. Подобные изменения сопряжены со значительными затратами личностных ресурсов и актуализируют необходимость владения специфическими навыками и качествами, обеспечивающими эффективное совладание с возникающими трудностями [10]. Вероятно, специфика индивидуальных реакции на данные вызовы в значительной степени детерминирована таким комплексным, но пока еще недостаточно изученным качеством, как проактивность — способность к целеполаганию и расстановке приоритетов, основанная на осознанном планировании, а не на импульсивных реакциях [11].

Кравченко И.В., изучая ценностную сферу личности комбатантов с различным уровнем личного адаптационного потенциала, отмечает, что развитая система психологических особенностей, обуславливающая способность принимать решения в ситуациях неопределенности и управлять своим поведением, определяется шириной когнитивного, эмоционального и поведенческого репертуаров личности [12].

Крюкова Т.Л., в свою очередь, обращает внимание на то, что использование ресурсов — это один из компонентов целостного процесса совладания, при этом под совладающим поведением понимается поведение субъекта, осознанно осуществляющего выбор способов реагирования в стрессовой ситуации.<sup>1</sup> Мобилизация психологических ресурсов, понимаемых как совокупность внутренних и внешних возможностей личности, позволяет реализовать поведенческие программы, направленные как на предвидение, так и на преодоление жизненных трудностей.

Как отмечает В.А. Бодров, ключевую роль среди них играют личностные ресурсы, включающие устойчивые черты и установки, такие как самоконтроль, адекватная самооценка и чувство собственного достоинства, которые способствуют успешной регуляции поведения в стрессогенных ситуациях [13].

Эмпирические исследования подтверждают сложный характер взаимосвязи личностных характеристик и копинг-стратегий. Так, А.А. Осипова и Д.С. Тюрбеева выявили, что у военнослужащих только четыре стратегии совладающего поведения имеют устойчивые корреляционные связи с психологическими показателями, а именно:

- фронтальный копинг отрицательно связан с эмоциональной стабильностью и положительно — с практичностью;
- дистанцирование положительно коррелирует с высокой самооценкой и личностной тревожностью, но отрицательно — с подозрительностью;
- поиск социальной поддержки положительно связан с напряженностью;
- принятие ответственности отрицательно связано с эмоциональной стабильностью и нормативностью поведения [14].

В развитие этой мысли, другая группа отечественных авторов, считает, что локус контроля — представляется важным личностным ресурсом совладающего поведения, на основе которого происходит его формирование. От уровня развития этого ресурса зависит во многом выбор варианта стратегии совладающего поведения и, как следствие, адаптация к социальной среде и жизненный стиль личности [15].

<sup>1</sup> Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: дис. д-ра. ... психол. наук: 19.00.13: защищена 2005: — М., 2005. — 473 с.

Не менее значимым ресурсом выступает процесс когнитивной оценки стрессовой ситуации. Данный процесс представляет собой механизм, с помощью которого личность анализирует характер и степень угрозы стрессогенного воздействия. В его структуре, вслед за Р.А. Биденко, принято выделять три этапа:

1. Первичная оценка, в ходе которой индивид определяет значимость события и его характер (угроза, вызов, потеря).
2. Вторичная оценка, направленная на анализ имеющихся копинг-ресурсов и рассмотрение альтернативных стратегий преодоления.
3. Переоценка, которая представляет собой итог пересмотра значимости события и его последствий на основе полученного опыта.

Характер и результат этой многоуровневой оценки зависят от комплекса факторов, включающих накопленный опыт совладания, уровень развитости других психологических ресурсов, а также систему личностных ценностей и нормативных установок индивида [15].

Интеграция концепций локуса контроля и когнитивной оценки позволяет построить целостную модель процесса совладания. Локус контроля выступает системообразующим фильтром, который влияет на все этапы когнитивной оценки.

С нашей точки зрения, именно на этапе вторичной оценки происходит ключевое взаимодействие этих двух ресурсов. Личность с интернальным локусом контроля, оценивая ситуацию, склонна фокусироваться на поиске доступных ей внутренних ресурсов и стратегий (например, планирование, поиск инструментальной поддержки, самоконтроль). Напротив, экстернальный локус может смещать оценку в сторону восприятия ситуации как неконтролируемой, провоцируя выбор избегающих стратегий (например, «бегство-избегание»). Соответственно, локус контроля и когнитивная оценка образуют взаимосвязанный контур регуляции. Локус контроля задает общую установку на управляемость жизненных событий, а процесс когнитивной оценки обеспечивает ситуативную «привязку» этой установки к конкретным обстоятельствам. Это объясняет, почему у военнослужащих с высокими показателями социальной желательности и стремлением к независимости может наблюдаться сложная картина совладания: их стратегии являются результатом непрерывного оценочного процесса, в котором ценности безопасности и долга «взвешиваются» через призму воспринимаемого контроля над ситуацией. Переоценка, в данном контексте, выступает механизмом обучения и корректировки не только отношения к событию, но и всей системы личностных ресурсов.

### Методы исследования

Для выявления и описания статистически значимых различий в личностных профилях военнослужащих, было проведено анкетирование в формате полевого исследования. Эмпирическая база формировалась в ходе выезда к месту исполнения респондентами функциональных обязанностей, что позволило осуществить сбор данных в условиях их непосредственной профессиональной деятельности и обеспечить релевантность полученных результатов. В исследовании приняли участие 53 военнослужащих (N = 53): мужчины в возрасте до 45 лет, находящиеся в зоне действия специальной военной операции сроком до 1 года и способные выполнять задания в соответствии с инструкцией.

Методологическая строгость настоящего исследования обеспечена опорой на проверенный временем инструментарий пятифакторной модели личности (методика диагностики личностных факторов темперамента и характера (5PFQ) личностный опросник) и опросник способов совладающего поведения Р. Лазаруса, доказавших свою валидность в многочисленных психологических исследованиях. Для статистической обработки данных применялись методы сравнительного межгруппового анализа с расчетом показателей достоверности (p-value при  $df = 2$ ).

## Результаты и их обсуждение

Проведенный анализ продолжает и развивает научную традицию, предполагающую комплексное рассмотрение личности как системы взаимосвязанных характеристик. Применение данной модели к специфической выборке военнослужащих позволяет не только подтвердить универсальность известных закономерностей, но и выявить новые, профессионально-обусловленные аспекты их проявления.

Настоящее исследование, сохраняя преемственность с работами предшественников, направлено на углубленное изучение личностных основ совладающего поведения у военнослужащих. Его центральной задачей выступает системное сопоставление психологических профилей, характерных для носителей трех наблюдаемых ведущих стилей совладания.

В таблице 1 представлены результаты статистического анализа сравнения трёх групп переменной «Ведущий стиль совладающего поведения» по количественным показателям (средние  $\pm$  среднеквадратичные отклонения).

Таблица 1

### Сравнение трёх групп переменной «Ведущий стиль совладающего поведения» по количественным показателям (средние $\pm$ среднеквадратичные отклонения)

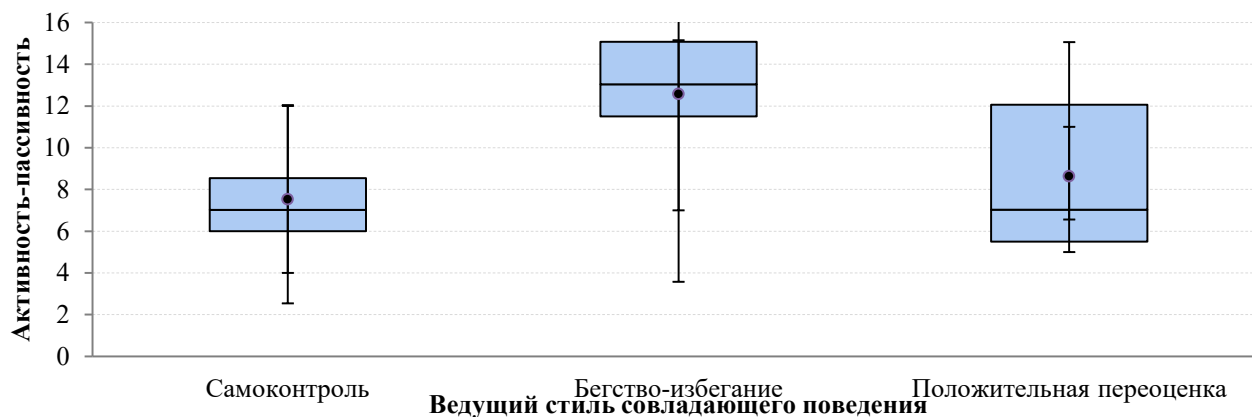
Показатель	Ведущий стиль совладающего поведения			Уровень Р (df = 2)
	самоконтроль (n = 23)	бегство- избегание (n = 19)	положительная переоценка (n = 11)	
Пятифакторный личностный опросник				
Активность-пассивность	7,52 $\pm$ 2,37	12,58 $\pm$ 2,52	8,64 $\pm$ 4,03	< 0,0001
Доминирование — подчиненность	11,91 $\pm$ 2,21	10,47 $\pm$ 1,68	11,64 $\pm$ 2,80	0,0521
Общительность — замкнутость	6,17 $\pm$ 1,80	10,53 $\pm$ 3,55	7,91 $\pm$ 3,62	0,0008
Поиск впечатлений — избегание впечатлений	6,70 $\pm$ 1,49	8,84 $\pm$ 2,22	7,64 $\pm$ 2,42	0,0060
Проявление — избегание чувства вины	7,30 $\pm$ 1,82	9,63 $\pm$ 2,41	8,45 $\pm$ 2,42	0,0097
Экстраверсия — интроверсия	39,61 $\pm$ 4,60	52,05 $\pm$ 9,59	44,27 $\pm$ 10,25	0,0005
Теплота — равнодушие	8,74 $\pm$ 1,84	7,89 $\pm$ 2,00	8,82 $\pm$ 1,83	0,3176
Сотрудничество — соперничество	10,35 $\pm$ 1,82	8,63 $\pm$ 1,92	9,82 $\pm$ 2,44	0,0237
Доверчивость — подозрительность	4,74 $\pm$ 1,42	3,89 $\pm$ 0,81	4,55 $\pm$ 1,69	0,1291
Понимание — непонимание	6,30 $\pm$ 1,26	6,16 $\pm$ 2,12	6,27 $\pm$ 2,90	0,9819
Уважение других — самоуважение	9,43 $\pm$ 0,66	8,84 $\pm$ 1,26	9,55 $\pm$ 0,93	0,2204
Привязанность — обособленность	39,57 $\pm$ 3,88	35,42 $\pm$ 5,50	39,00 $\pm$ 6,57	0,0270
Аккуратность — неаккуратность	12,04 $\pm$ 2,27	8,21 $\pm$ 2,12	10,45 $\pm$ 4,01	0,0006
Настойчивость — отсутствие настойчивости	14,22 $\pm$ 0,90	14,05 $\pm$ 1,03	13,73 $\pm$ 1,68	0,8560
Ответственность — безответственность	14,30 $\pm$ 0,63	13,37 $\pm$ 1,01	14,18 $\pm$ 1,25	0,0036
Самоконтроль поведения — импульсивность	11,70 $\pm$ 2,82	7,26 $\pm$ 2,16	10,82 $\pm$ 3,76	0,0002
Предусмотрительность — беспечность	14,26 $\pm$ 1,36	12,53 $\pm$ 1,17	13,36 $\pm$ 1,96	0,0003
Самоконтроль — импульсивность	66,52 $\pm$ 6,06	55,42 $\pm$ 5,17	62,55 $\pm$ 11,98	0,0002
Тревожность — беззаботность	10,09 $\pm$ 2,43	13,37 $\pm$ 0,96	10,73 $\pm$ 1,90	< 0,0001

Составлено и предложено автором

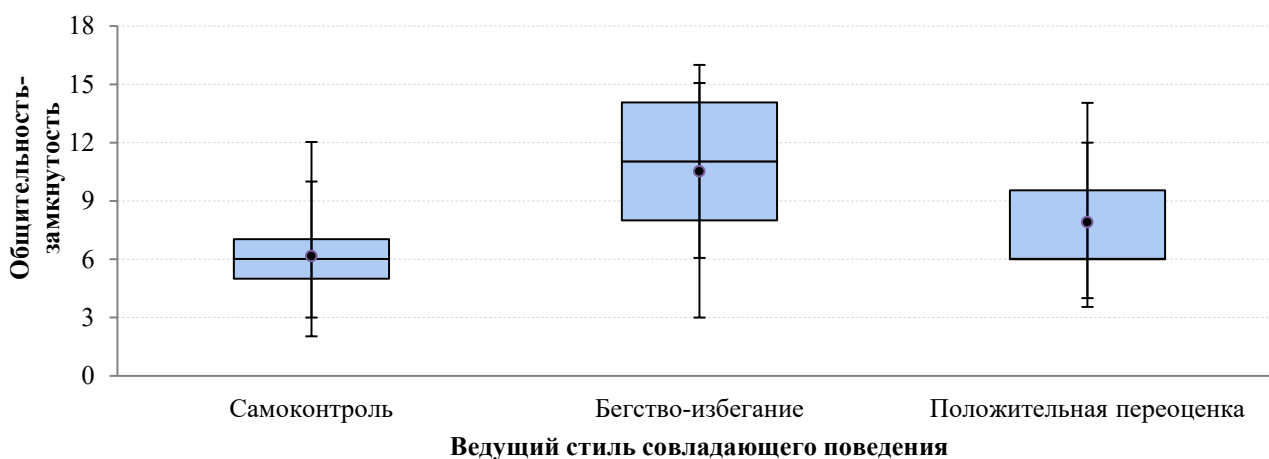
На основании таблицы 1 можно сделать вывод о том, что наиболее значимые различия обнаружены для показателя «Самоконтроль поведения — импульсивность» в группе «Самоконтроль» по отношению к группе «Бегство-избегание» (в среднем на 4,4;  $P = 0,0002$ ); показателя «Тревожность — беззаботность» в группе «Бегство-избегание» по отношению к группе «Самоконтроль» (в среднем на 3,3;  $P < 0,0001$ ); показателя «Активность-пассивность» в группе «Бегство-избегание» по отношению к группе «Самоконтроль» (в среднем на 5,1;  $P < 0,0001$ ). Наиболее однородные распределения между тремя группами наблюдаются у следующих показателей: «Теплота — равнодушие», «Настойчивость — отсутствие настойчивости» и «Понимание — непонимание» ( $P > 0,3176$ ), что свидетельствует о том, что данные универсальные

личностные черты не являются детерминантами в выборе конкретного ведущего стиля совладания, что сужает круг значимых предикторов и уточняет существующие модели.

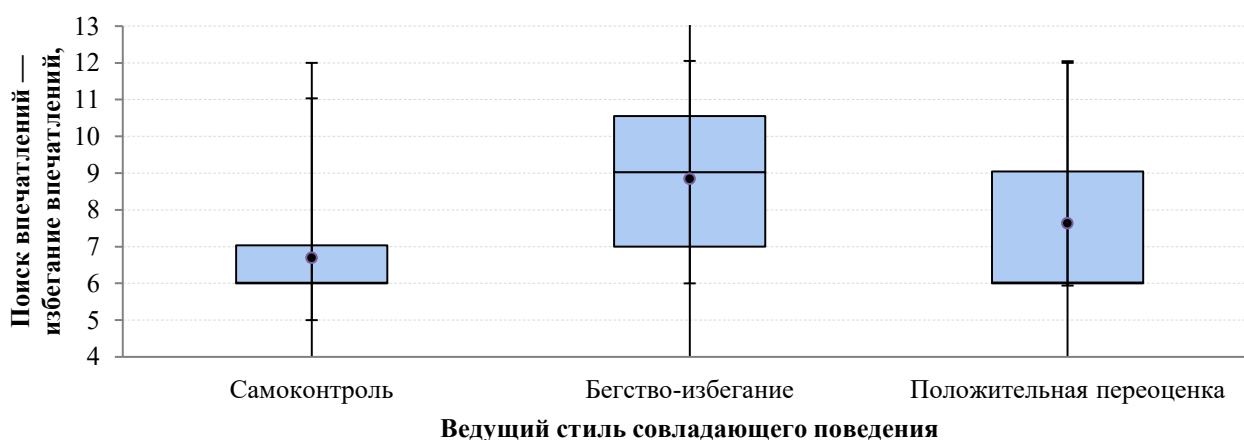
На рисунках 1–10 представлены диаграммы размаха показателей наиболее значимых различий в сравнении трёх групп переменной «Ведущий стиль совладающего поведения».



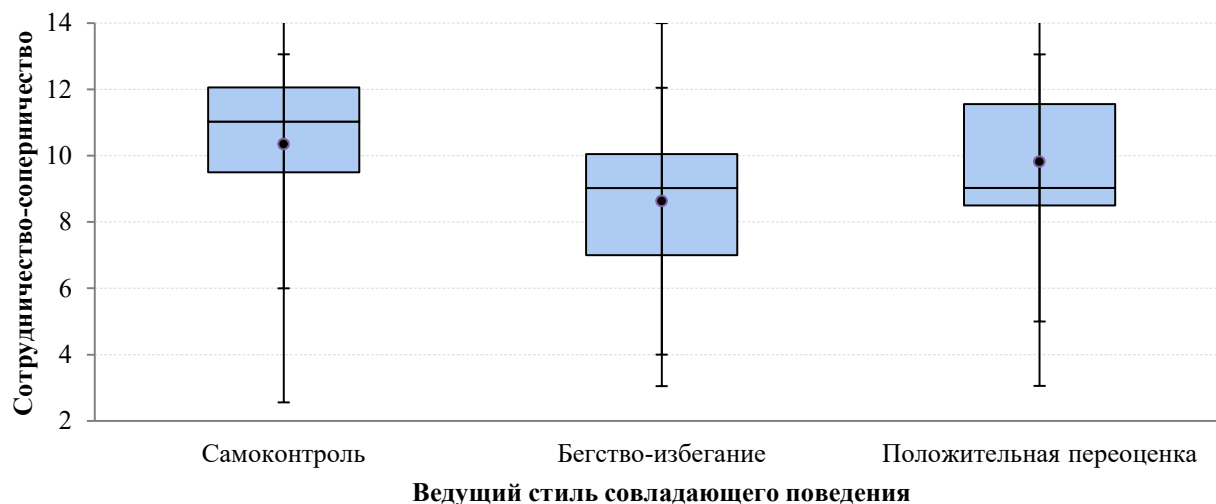
*Рисунок 1.* Диаграммы размаха по показателю «Активность-пассивность» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)



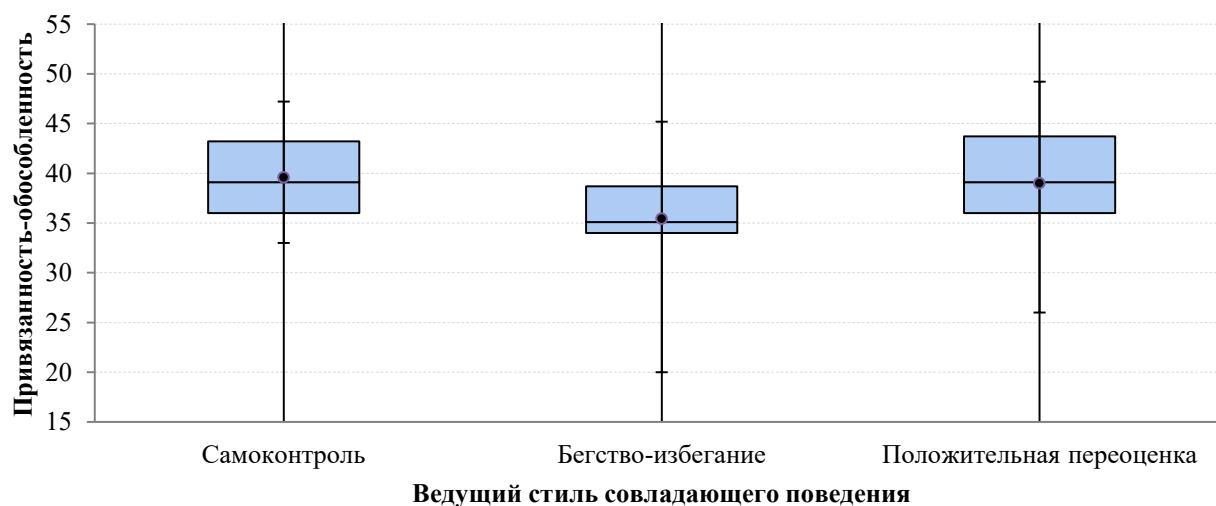
*Рисунок 2.* Диаграммы размаха по показателю «Общительность-замкнутость» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)



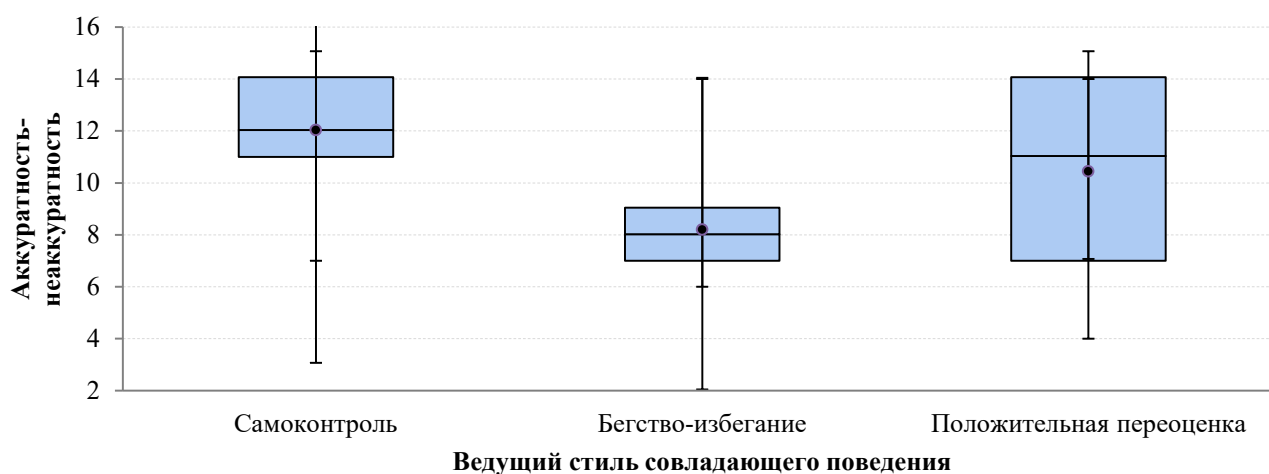
*Рисунок 3.* Диаграммы размаха по показателю «Поиск впечатлений — избегание впечатлений» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)



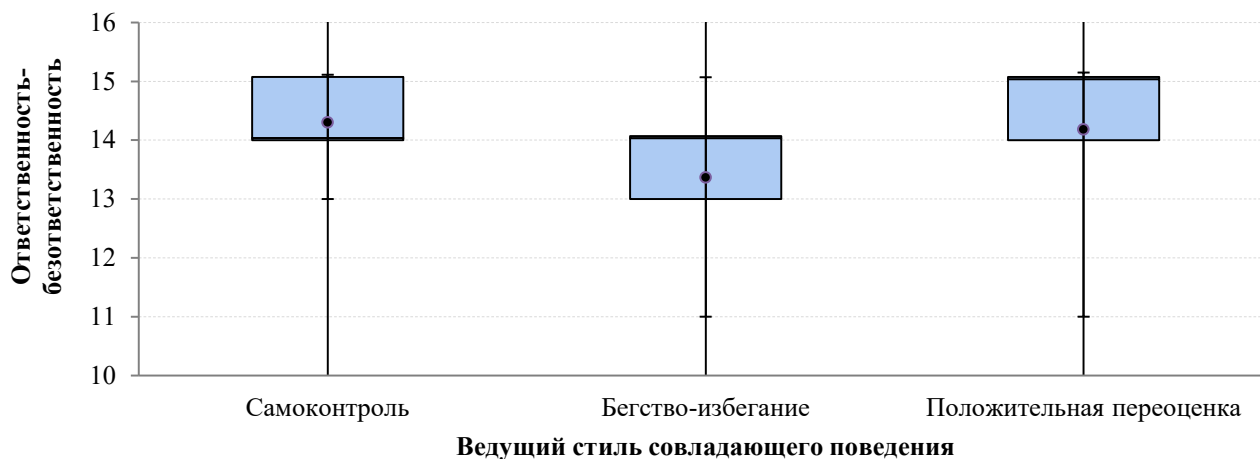
**Рисунок 4.** Диаграммы размаха по показателю «Сотрудничество-соперничество» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)



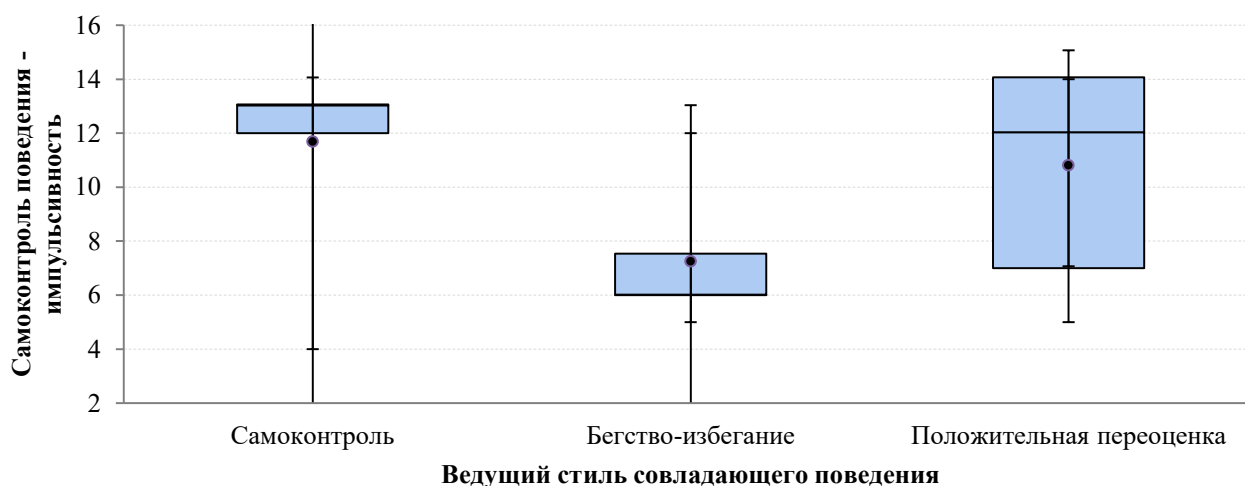
**Рисунок 5.** Диаграммы размаха по показателю «Привязанность-обособленность» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)



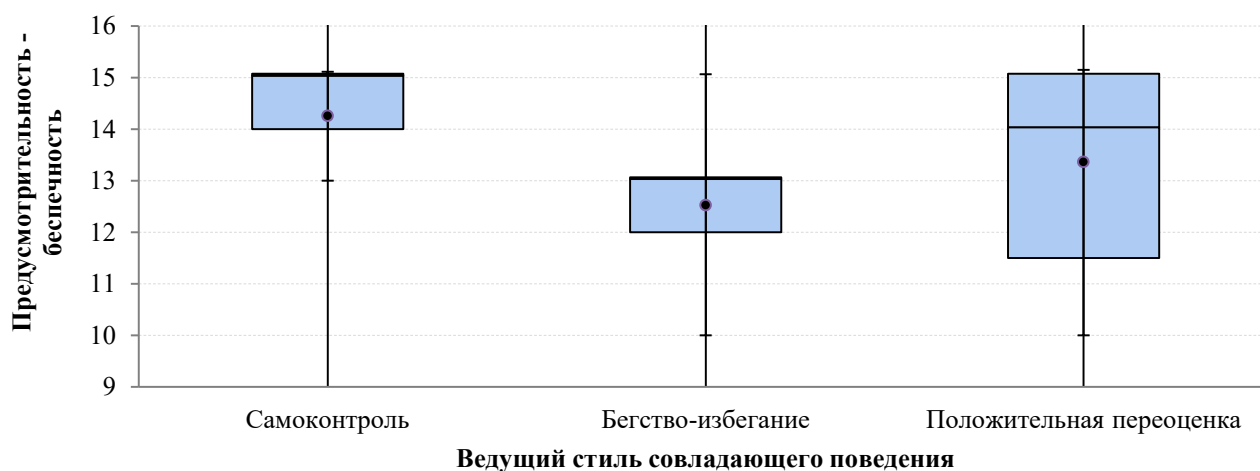
**Рисунок 6.** Диаграммы размаха по показателю «Аккуратность-неаккуратность» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)



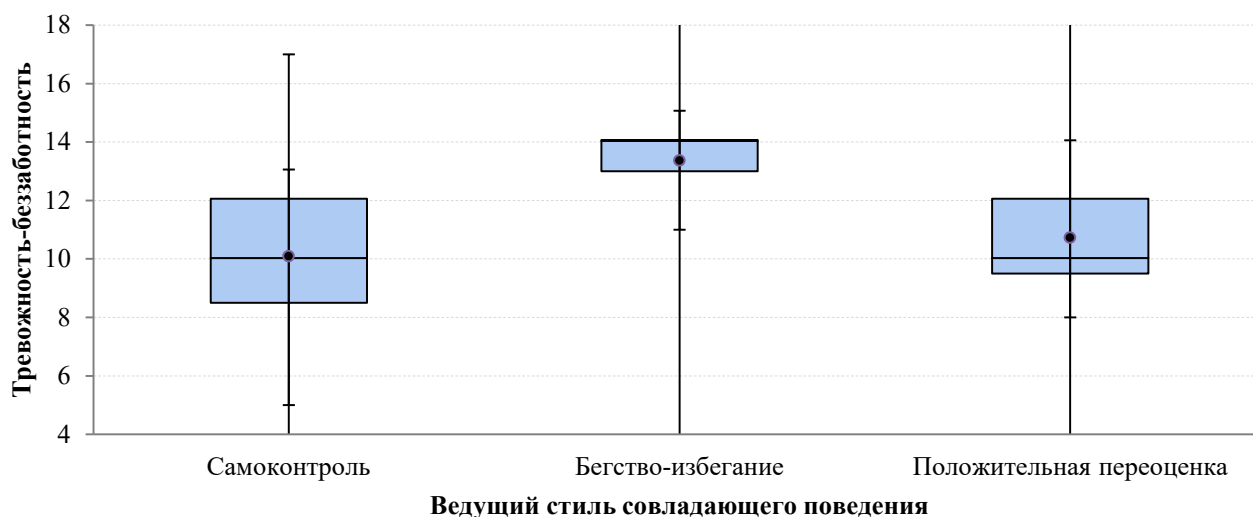
*Рисунок 7. Диаграммы размаха по показателю «Ответственность-безответственность» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)*



*Рисунок 8. Диаграммы размаха по показателю «Самоконтроль-импульсивность» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)*



*Рисунок 9. Диаграммы размаха по показателю «Предусмотрительность - беспечность» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)*



**Рисунок 10.** Диаграммы размаха по показателю «Тревожность-беззаботность» в группах сравнения «Ведущий стиль совладающего поведения» (составлен и предложен автором)

Таким образом у группы «Самоконтроль» ( $N = 23$ ) наблюдаются наивысшие баллы по шкалам «Самоконтроль поведения — импульсивность», «Аккуратность-неаккуратность», «Ответственность-безответственность» и «Предусмотрительность-беспечность». Наименьший балл по шкале «Тревожность-беззаботность» указывает на эмоциональную устойчивость и спокойствие. Низкие баллы по «Активности-пассивности» и «Общительности-замкнутости» свидетельствуют о склонности к выжидательной позиции и автономном совладании через внутренний контроль над своими эмоциями и поведением. Высокий балл по «Сотрудничество-соперничество» показывает склонность к кооперации и поиску компромиссов. Несмотря на то, что стратегия «Самоконтроль» является адаптивной, ее профиль (высокие баллы: самоконтроль —  $66,52 \pm 6,06$ , ответственность —  $14,30 \pm 0,63$ , предусмотрительность —  $14,26 \pm 1,36$ , низкие баллы: общительность —  $6,17 \pm 1,80$ , поиск впечатлений —  $6,70 \pm 1,49$ , т. е. избегание впечатлений) указывает на потенциальную психологическую ригидность и уязвимость к нестандартным ситуациям, не вписывающимся в заранее составленные планы. Такой самоконтроль может быть энергозатратным и вести к повышенному внутреннему напряжению.

В группе «Бегство-избегание» ( $N = 19$ ) обнаружены наивысшие баллы по «Тревожности-беззаботности», что свидетельствует о том, что это тревожные, склонные к переживаниям люди. Наименьшие баллы по всем шкалам, связанным с самоконтролем (самоконтроль поведения, аккуратность, ответственность) указывают на импульсивность и возможные трудности с управлением своим поведением в стрессе. Высокие баллы по «Общительности-замкнутости» и «Поиску впечатлений — избеганию» могут говорить о том, что такая поведенческая активность направлена на бегство от внутреннего дискомфорта, наименьший балл по «Привязанности — обособленности» свидетельствует о трудностях в установлении близких эмоциональных связей. Вероятно, высокая тревожность и низкий самоконтроль делают конфронтацию с проблемами слишком болезненной, в связи с чем стилем совладания становится избегание. Энергия и активность, не сдерживаемые самоконтролем, приводят к нецеленаправленному поведению и уходу от проблем.

Группа «Положительная переоценка» ( $N = 11$ ) занимает промежуточное положение между двумя другими группами. Их показатели по шкалам самоконтроля, ответственности и тревожности находятся между группой «Самоконтроль» и «Бегство-избегание», но ближе к первой. Это говорит о достаточно развитых регуляторных способностях. Способность использовать «Положительную переоценку» требует определенного уровня самоконтроля, чтобы не поддаваться панике, и достаточно низкой тревожности, чтобы найти в ситуации

позитивные стороны. Достаточный самоконтроль ( $10,82 \pm 3,76$ ) сочетается с умеренной общительностью ( $7,91 \pm 3,62$ ) и сбалансированными показателями по экстраверсии ( $44,27 \pm 10,25$ ) и сотрудничеству ( $9,82 \pm 2,44$ ). Самоконтроль здесь не является ригидным; он служит основой для интеграции различных поведенческих паттернов — от активного взаимодействия до взвешенной паузы для переосмысления ситуации. Личностный профиль данной группы демонстрирует способность к эффективному балансу между самостоятельным решением проблем и использованием социальных ресурсов, что обеспечивает адаптивность в меняющихся условиях и позволяет им не просто контролировать ситуацию (как первая группа), но и гибко переоценивать ее, находя новые смыслы и возможности.

Различия по шкалам, связанным с самоконтролем и тревожностью, являются ключевыми. Тот факт, что группы не различаются по «теплоте», настойчивости и пониманию также очень важен. Он означает, что все группы в равной степени способны к проявлению доброты и внимания к другим, все обладают сходным уровнем упорства в достижении целей.

Таким образом, данные убедительно демонстрируют, что выбор стратегии совладания со стрессом укоренен в структуре личности. «Бегство-избегание» выступает как маркер личностного неблагополучия, связанного с высокой тревожностью и низким самоконтролем, в то время как «Самоконтроль» и «Положительная переоценка» опираются на более зрелый личностный фундамент, различаясь степенью когнитивной гибкости и, возможно, уровнем развития рефлексии.

Соответственно, традиционно «сильные» черты, не будучи сбалансированы регуляторным контуром самоконтроля, могут способствовать выбору менее эффективных, избегающих стратегий совладания. Это указывает на то, что конструктивность совладающего поведения определяется не выраженностью отдельных личностных черт, а их конфигурацией и сбалансированностью. Как экстраверсия без самоконтроля, так и ригидный самоконтроль без гибкости, могут оказаться субоптимальными, в то время как интеграция разных регуляторных паттернов лежит в основе наиболее адаптивных стратегий.

### Заключение

Таким образом, результаты данного исследования, выраженные в комплексном описании специфических личностных констелляций, предопределяющих выбор фундаментальных стилей совладающего поведения, вносят вклад в разработку персонализированных моделей и адресных технологий психологической помощи и позволяют перейти от общих теорий к созданию конкретных инструментов для управления человеческим ресурсом в одной из наиболее стрессогенных сфер профессиональной деятельности, что имеет прямое значение для обеспечения национальной безопасности и сохранения психического здоровья общества в целом. Снижение уровня небоевых потерь, связанных с психологическими срывами, посттравматическими расстройствами и т. д. является важной социально-экономической задачей, а разработка научно обоснованных методов отбора, обучения и психологической поддержки на основе выявленных личностных детерминант напрямую способствует укреплению обороноспособности государства.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Murberg T.A., Bru E., Stephens P. Personality and coping among congestive heart failure patients // *Personality and Individual Differences*. — 2002. — Vol. 32, No. 5. — P. 775–784. — DOI: [doi.org/10.1016/s0191-8869\(01\)00081-2](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(01)00081-2).

2. Vollrath M. Personality and stress // *Scandinavian Journal of Psychology*. — 2001. — No. 42(4). — P. 335–347. — DOI: 10.1111 /1467-9450.00245.
3. Bolger N., Zuckerman A. A framework for studying personality in the stress // *Journal of personality and social psychology*. — 1995. — No. 69(5). — P. 890–902. — DOI: 10.1037//0022-3514.69.5890.
4. Lee-Baggley D., Preece, Delongis A. Coping with interpersonal stress framework for studying personality in the stress: role of Big Five Traits // *Journal of Personality*. — 2005. — No. 73(5). — P. 1141–1180. — DOI: 10.1111/j.1467-6494.2005.00345.x.
5. Skinner E., Zimmer-Gembeck M.J. The development of coping // *Annual Review of Psychology*. — 2007. — No. 58(1). — P. 119–144. — DOI: 10.1146/annurev.psych.58.110405.085705.
6. Большунова Н.Я., Кузнецов А.В. Мотивационноценностная составляющая внутриличностных ресурсов военнослужащих спортсменов // *Проблемы современного педагогического образования*. Сер.: Педагогика и психология. — Сб.: статей. Ялта: РИО ГПА, 2016. Вып. 51. Ч.4. 504 с. С. 398–407.
7. Воронина Ю.Г., Дарижапова М.Н. Копинг стратегии в ситуации посттравматического стресса у участников боевых действий // *Международный научный журнал «ВЕСТИК НАУКИ»*. — 2024 — № 4(73) Том 2. — С. 503–511. УДК 159.99.
8. Поветьев П.В., Жуков А.М. Взаимосвязь копинг стратегий с проявлениями тревожности у военнослужащих // *Человеческий капитал*. — 2023. — № 10(177). — С. 222–230. DOI: 10.25629/НС.2023.10.21.
9. Утюганов А.А. Ценностно-смысловой аспект изучения последствий боевого стресса // *Сибирский педагогический журнал*, 2009. — № 13, С. 345–352.
10. Секацкая Е.О. Исследование взаимосвязи проактивных копинг-стратегий с эмоциональным состоянием, временной перспективой и личностными характеристиками / Е.О. Секацкая // *Мир науки. Педагогика и психология* — 2024 — Т. 12 — №1. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/59PSMN124.pdf>.
11. Малюченко Г.Н. Влияние технических инноваций на боевые стрессоры и психологические реакции участников СВО // *Российский военно-психологический журнал*. — 2024. — №4. — С. 36–43. DOI: 10.25629/RMPJ.2024.04.04.
12. Кравченко И.В. Ценностная сфера личности комбатантов с различным уровнем личностного адаптационного потенциала // *Прикладная психология и педагогика*. — 2020. — № 1 Том 5 — С. 113–132. DOI: doi. org /10.127/2500-0543-2020-113-132.
13. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / М.: ПЕР СЭ, 2006 — 528 с.
14. А.А. Осипова, Тюрбеева Д.С. Психологические особенности совладающего поведения у военнослужащих // *Живая психология*. — 2023. — Т 10 № 1. — С. 15–23. DOI: 10.25855/24136522\_2023\_10\_1\_15.
15. Биденко Р.А. Интернальность как фактор совладающего поведения курсантов военного института Росгвардии // *СМАЛЬТА международный научно-практический и методический журнал № 2(2021)* <http://smalta-ckt.ru/article/view/117>.

**Yusipova Alexandra Borisovna**

Smart Online Institute, Moscow, Russia

E-mail: [yusipovaab@mail.ru](mailto:yusipovaab@mail.ru)

## **The three faces of coping: from self-control to flight and avoidance**

**Abstract.** The article is devoted to a comprehensive study of the personality characteristics of military personnel with different coping styles. The subject of the study is the relationship between the structural components of the personality of military personnel and the coping styles that manifest themselves in the context of military professional activity. A five-factor personality questionnaire was used for diagnosis, and statistical analysis included a comparison of groups to determine the significance level of the differences at  $df = 2$ . Systemic differences were identified in 13 of the 19 indicators studied. The article presents diagrams of the range of the most significant differences in the comparison of three groups of the variable «Leading Coping Style». Of particular theoretical interest is the identified pattern in the «Escape-Avoidance» group, which combines high sociability and a search for impressions with an avoidant type of behavior, which requires further methodological reflection. The results of the empirical study indicate a deep relationship between personality structure and the choice of coping strategies. The practical significance of the work lies in the possibility of using the data to improve the system of psychological selection and distribution of military personnel. The identified personality profiles allow not only to predict the effectiveness of adaptation to stressful conditions of service, but also to identify risk groups in a timely manner. The profile characteristics developed based on the research can serve as a basis for creating differentiated psychological support programs, training in the development of resource coping strategies, and targeted prevention of maladaptive conditions among personnel, which ultimately contributes to strengthening the psychological resilience of military units.

**Keywords:** personal predictors; coping strategies; forecasting; modern military conflicts; and combat operations