

УДК 159.9:316.6

ББК 88.5

С 56

З.Р. Совмиз

Аспирантка кафедры психологии Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма; E-mail: zarema83888@yandex.ru

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ И КОМАНДНЫХ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ С ЛИЧНОСТНЫМИ И СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ СУБЪЕКТОВ ГРУППОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(Рецензирована)

Аннотация. В статье обосновывается актуальность поиска личностных и социально-психологических ресурсов в применении конструктивных копинг-стратегий субъектами групповой деятельности. Исследование показывает, что изученные феномены обнаруживают различный характер взаимосвязей: эмоциональный интеллект снижает вероятность выбора дезадаптивных и деструктивных копинг-стратегий и повышает вероятность выбора адаптивных; социальный интеллект способствует снижению дезадаптивных способов преодоления стресса, а социально-психологические характеристики – повышению адаптивных, как индивидуальных, так и групповых; чрезмерно высокий уровень эмпатии нежелателен с точки зрения преодоления стресса.

Ключевые слова: индивидуальный и групповой субъект, эмоциональный и социальный интеллект, эмпатия, уровень развития группы.

Z.R. Sovmiz

Postgraduate student of the Department of Psychology, the Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism; E-mail: zarema83888@yandex.ru

THE RELATIONSHIP OF INDIVIDUAL AND TEAM COPING STRATEGIES WITH PERSONAL AND SOCIAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF SUBJECTS OF GROUP ACTIVITIES

Abstract. The paper substantiates the relevance of the search for personality and social-psychological resources, and use of constructive coping strategies by the subjects of group activities. The study shows that the studied phenomena reveal different nature of relationships: emotional intelligence reduces the probability of choosing the non-adaptive and destructive coping strategies and increases the likelihood of adaptive selection. Social intelligence contributes to the decrease in non-adaptive ways of coping with stress, and socio-psychological characteristics, to the increase of the adaptive individual and group ones. Excessively high level of empathy is undesirable from the point of view of coping with stress.

Keywords: individual and group subject, emotional intelligence, social intelligence, empathy, level of group development.

Проблема индивидуального и группового субъекта и его особенностей в ситуации стресса особенно актуальна в связи с теорией и практикой его преодоления. Стремительно растущий интерес к данной проблеме обоснован тем, что до сегодняшнего дня большое внимание уделялось особенностям преодоления стресса индивидуальным субъектом, а изучение внутриличностных ресурсов субъектов групповой деятельности, позволяющих более успешно бороться со сложностями, оставалось без должного внимания. А.Л. Журавлев описывает групповой субъект тремя характеристиками: взаимосвязанностью членов группы, совместной деятельностью и способностью к групповой саморефлексии [2: 76]. Выполнение совместной деятельности происходит не за счет суммирования действий каждого участника группы. Групповой копинг, как пишут Т.Л. Крюкова и М.В. Сапоровская на примере семьи как социальной группы, это не сумма копингов ее членов, а укрепление групповой сплоченности, стремление к внутригрупповому балансу, генерирующему личностный рост и развитие группового субъекта, в то время как индивидуальные копинг-стратегии есть не что иное как совокупность умственных и эмоциональных процессов субъекта, возникающих в ответ на стрессовую ситуацию [3: 76].

Данное исследование посвящено изучению внутриличностных особенностей членов спортивных команд как групповых субъектов и их социально-психологических характеристик. Исследование спортивных групп обосновано тем, что для командных видов спорта, помимо привычных стрессоров, таких, как изнурительные тренировки и выступления на соревнованиях, характерны проблемы, вызванные совместной деятельностью. Это, с одной стороны, создает спортсменам дополнительные психологические

нагрузки, с другой – является неким ресурсом в борьбе со сложностями путем системного противостояния субъектов групповой деятельности негативному источнику как извне, так и внутри группы. На наш взгляд, гибко реагировать на стрессовые факторы позволяет умение субъекта правильно интерпретировать эмоции как свои, так и окружающих, прогнозировать последствия будущих действий, находить общий язык с людьми, сохранять комфортную атмосферу для совместной деятельности в коллективе и т.д. Данные характеристики подпадают под определение таких личностных параметров, которые связаны непосредственно с реагированием субъекта на стресс. Это эмоциональный интеллект, социальный интеллект, эмпатия. Полагаясь на вышесказанное, мы рассматриваем перечисленные внутриличностные особенности и социально-психологические характеристики групп как возможные детерминанты в выборе конструктивных копинг-стратегий субъектами групповой деятельности.

Цель исследования – выявить особенности взаимосвязи групповых и индивидуальных копинг-стратегий с личностными особенностями и социально-психологическими характеристиками группы.

Методы исследования: диагностика копинг-стратегий во время кризиса [1], тест эмоционального интеллекта Д.В. Люсина, методика измерения социального интеллекта Дж. Гилфорда и М. Салливена, методика диагностики уровня развития малой группы, методика диагностики уровня эмпатии В.В. Бойко, методика оценки психологической атмосферы в коллективе по А.Ф. Фидлеру, методика диагностики групповой мотивации И.Д. Ладанова, индекс групповой сплоченности Сисшора. Обработка полученных данных проводилась с помощью коэффициента корреляции Пирсона. Выборку

исследования составили 76 спортсменов высокой квалификации г. Краснодара в возрастном диапазоне от 16 до 28 лет, из них члены женской команды по футболу «Кубаночка» и члены мужских команд по футболу «Краснодар», по гандболу «Скиф», по баскетболу «Локомотив», по регби (сборная команда Краснодарского края).

Изучение взаимосвязи эмоционального интеллекта и копинг-стратегий выявило наличие насыщенных корреляций между данными параметрами. Характер полученных взаимосвязей выражается в том, что все компоненты эмоционального интеллекта, кроме контроля экспрессии, положительно взаимосвязаны с адаптивными копинг-стратегиями как индивидуальными, так и командными и отрицательно с индивидуальными и командными дезадаптивными и деструктивными (таблица 1).

Подобные данные мы находим в работах D.M. Resurrecciy, J.M. Salguero, D. Ruiz-Aranda,

посвященных изучению роли эмоционального интеллекта в предотвращении дезадаптации в юношеском возрасте. Как пишут авторы, эмоциональный интеллект снижает вероятность дезадаптации, и объясняется это тем, что при высоком уровне эмоционального интеллекта субъекты применяют более конструктивные способы преодоления стресса [4: 471].

Менее насыщенные взаимосвязи выявлены между копинг-стратегиями и компонентами социального интеллекта: вероятность применения индивидуальных дезадаптивных копингов будет снижаться при высокой чувствительности к характеру взаимоотношений ($r=-0,27$; $p\leq 0,01$), командных дезадаптивных – при высоком уровне понимания речевой экспрессии ($r=-0,23$; $p\leq 0,05$) (субтест № 3 – Вербальная экспрессия), способности распознавать структуру межличностных ситуаций в динамике ($r=-0,32$; $p\leq 0,01$) (субтест № 4 – Истории с дополнением) и общем уровне

Таблица 1

Коэффициенты корреляции копинг-стратегий и эмоционального интеллекта субъектов групповой деятельности (n=76)

Компоненты эмоционального интеллекта	Копинг-стратегии				
	ИА	ИД	КА	КД	КДД
Понимание чужих эмоций	0,35**	-0,24*	0,28*	-0,30**	-0,26*
Управление чужими эмоциями	0,29*	-0,26*	0,29*	-0,27*	-0,33**
Понимание своих эмоций	0,37**	-0,22	0,28*	-0,26*	-0,30**
Управление своими эмоциями	0,43**	-0,13	0,38**	-0,13	-0,34**
Межличностный эмоциональный интеллект	0,37**	-0,26*	0,32**	-0,28*	-0,33**
Внутриличностный эмоциональный интеллект	0,41**	-0,20	0,39**	-0,26*	-0,38**
Понимание эмоций	0,38**	-0,28*	0,31**	-0,31**	-0,33**
Управление эмоциями	0,36**	-0,21	0,41**	-0,22*	-0,38**
Общий уровень эмоционального интеллекта	0,40**	-0,29*	0,39**	-0,33**	-0,40**

Примечание: ИА – индивидуальные адаптивные копинг-стратегии, ИД – индивидуальные дезадаптивные, КА – командные адаптивные, КД – командные дезадаптивные, КДД – командные дисфункциональные/деструктивные; * – корреляция значима на уровне 0,05; ** – корреляция значима на уровне 0,01

социального интеллекта ($r=-0,29$; $p\leq 0,01$). Требуется дальнейшего анализа парадоксальная, на первый взгляд корреляционная связь умения анализировать сложные ситуации взаимодействия людей (субтест № 4 – Истории с дополнением) и показателя адаптивных командных копингов ($r=-0,23$; $p\leq 0,05$). Взаимосвязь эмпатии со стратегиями преодоления стресса выражается в том, что вероятность применения командных дезадаптивных копинг-стратегий будет повышаться при высоком уровне рационального ($r=0,25$; $p\leq 0,05$) и эмоционального ($r=0,26$; $p\leq 0,05$) каналов эмпатии; вероятность применения командных дисфункциональных – повышаться при высоком уровне рационального канала ($r=0,26$; $p\leq 0,05$) и понижаться при высокой проникающей способности ($r=-0,26$; $p\leq 0,05$); индивидуальных дезадаптивных расти при высоком уровне эмоционального канала эмпатии ($r=0,23$; $p\leq 0,05$).

Социально-психологические характеристики группы взаимодействуют именно с адаптивными копинг-стратегиями (индивидуальными и командными), что проявляется в повышении вероятности их применения при наличии благоприятной атмосферы, групповой мотивации, сплоченности и уровня развития группы. Сплоченность команды способствует снижению вероятности

выбора командных дезадаптивных и деструктивных копингов (таблица 2).

Таким образом, эмоциональный интеллект, социальный интеллект, эмпатия и социально-психологические характеристики группы могут абсолютно по-разному проявляться в процессе преодоления стресса у групповых субъектов. Некоторые из перечисленных параметров повышают вероятность применения адаптивных копингов, другие же, наоборот, направлены преимущественно на снижение дезадаптивных. Немалую роль в данном вопросе играет уровень развития эмоционального интеллекта, так как именно его компоненты действуют в обоих направлениях, делая более вероятным применение конструктивных копинг-стратегий и менее вероятным – деструктивных. Социально-психологические характеристики группы, такие, как уровень ее развития, атмосфера, сплоченность, групповая мотивация, способствуют повышению адаптивных копингов, а вот компоненты социального интеллекта как одного из личностных параметров, наоборот, снижению дезадаптивных. Интересно то, что эмпатия во многих случаях может приводить к выбору неконструктивных копинг-стратегий, поэтому

Таблица 2

Коэффициенты корреляции копинг-стратегий и социально-психологических характеристик субъектов групповой деятельности (n=76)

Копинг-стратегии	Атмосфера в группе***	Групповая мотивация	Сплоченность	Уровень развития группы
Индивидуальные адаптивные	-0,28*	0,32**	0,35**	0,27*
Командные адаптивные	-0,38**	0,66**	0,43**	0,55**
Командные дезадаптивные	0,12	-0,19	-0,23*	-0,13

Примечание: * – корреляция значима на уровне 0,05; ** – корреляция значима на уровне 0,01; *** – низкие показатели по данной шкале наиболее благоприятны, следовательно, отрицательная корреляция в данном случае является хорошим признаком

ее повышение с точки зрения преодоления стресса групповыми субъектами нежелательно. Полученные данные свидетельствуют о том, что в работе с субъектами групповой деятельности стоит уделять значительное внимание развитию эмоционального интеллекта, который является существенным ресурсом в успешном преодолении стресса.

Примечания:

1. Агазаде Н. Копинг-стратегии во время кризиса // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2012. № 1. URL: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru) (дата обращения: 01.08.2016).

2. Журавлев А.Л. Коллективный субъект: основные признаки, уровни и психологические типы // Психологический журнал. 2009. Т. 30, № 5. С. 72-80.

3. Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В. Индивидуальные и групповые тенденции совладания с трудностями в российских семьях // Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2014. № 2. С. 71-77.

4. Resurrecciyn D.M., Salguero J.M., Ruiz-Aranda D. Emotional intelligence and psychological maladjustment in adolescence: A systematic review // Journal of Adolescence. 2014. № 37. P. 461-472.

References:

1. Agazade N. Coping strategies during the crisis // Medical psychology in Russia: electron. scientific journal. 2012. No. 1. URL: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru) (date of success: 01.08.2016).

2. Zhuravlyov A.L. A collective subject: basic features, levels and psychological types // Psychological journal. 2009. Vol. 30. No. 5. P. 72-80.

3. Kryukova T.L., Saporovskaya M.V. Individual and group tendencies of coping with the difficulties in Russian families // Pedagogy. Psychology. Social work. Juvenology. Sociokinetics. No. 2. 2014. P. 71-77.

4. Resurrecciyn D.M., Salguero J.M., Ruiz-Aranda D. Emotional intelligence and psychological maladjustment in adolescence: A systematic review // Journal of Adolescence. 2014. No. 37. P. 461-472.