

Научная статья

УДК 159.9.072

doi 10.46741/sjjournal.2026.20.1.010

Стратегии преодоления стрессовых ситуаций у молодых специалистов в области правоохранительной деятельности

ТАТЬЯНА НИКОЛАЕВНА КОЗЛОВСКАЯ

Оренбургский государственный университет, Оренбург, Россия,
kozlovskajtn@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-1984-7282>

ЛЯЙЛЯ РАХМАТУЛЛОВНА АПТИКИЕВА

Оренбургский государственный университет, Оренбург, Россия,
artikieva@inbox.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5616-298X>

ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА ТРОНЬ

Академия ФСИН России, Рязань, Россия, persik.83@list.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6268-3853>

Аннотация. Изучение социально-психологических характеристик копинг-стратегий для адаптации молодых специалистов в области правоохранительной деятельности актуально и важно из-за необходимости помощи молодым специалистам быстро и успешно влиться в рабочую среду, минимизируя количество стресса. В статье анализируются российские и зарубежные исследования в области копинг-стратегий и совладающего поведения в период адаптации к профессиональной деятельности. Выявлены ведущие стратегии преодолевающего поведения у молодых специалистов. Установлено, что индекс конструктивности стратегий преодолевающего поведения по всей выборке находится в диапазоне высокой конструктивности. У 62 % респондентов выявлен высокий интегральный показатель адаптации, у 30 % – средний, у 8% – низкий. Для выявления взаимосвязи адаптивности и стратегий совладающего поведения использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Определено, что преобладающими типами совладающего поведения в процессе адаптации у молодых специалистов в органах внутренних дел выступают ассертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки. В качестве причин затруднения в процессе адаптации были выявлены импульсивные действия, не прямые действия, асоциальные действия, агрессивные действия.

Ключевые слова: стресс; совладающее поведение; копинг-стратегии; адаптация; корреляционный анализ; правоохранительная деятельность.

5.3.9. Юридическая психология и психология безопасности.

Для цитирования: Козловская Т. Н., Аптикеева Л. Р., Тронь О. С. Стратегии преодоления стрессовых ситуаций у молодых специалистов в области правоохранительной деятельности // Всероссийский научно-практический журнал социальных и гуманитарных исследований. 2026. № 1 (20). С. 93–104. doi 10.46741/sjjournal.2026.20.1.010.

Original article

Young Law Enforcers' Strategies for Coping with Stressful Situations

TAT'YANA N. KOZLOVSKAYA

Orenburg State University, Orenburg, Russia, kozlovskajatn@mail.ru,
<https://orcid.org/0000-0002-1984-7282>

LYAILYA R. APTIKIEVA

Orenburg State University, Orenburg, Russia, aptikieva@inbox.ru,
<https://orcid.org/0000-0001-5616-298X>

OL'GA S. TRON'

Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia, Ryazan, Russia,
persik.83@list.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6268-3853>

Abstract. The relevance of the article lies in the fact that young specialists face significant problems at the stage of professional self-determination and during the period of employment. They are forced to adapt to new conditions of their professional environment. This requires them to apply stress coping strategies, that is, certain cognitive, emotional, and behavioral mechanisms. Studying socio-psychological characteristics of coping strategies for the adaptation of young professionals in the field of law enforcement is relevant and important because of the need to help young professionals quickly and successfully integrate into the work environment, minimizing the amount of stress. The purpose of the study is to consider strategies for coping with stressful situations during adaptation among young law enforcement professionals. The study covered 87 respondents (43 women and 44 men) aged 19–23 years. The following techniques were used as diagnostic material: Strategic Approach to Coping Scale by S. Hobfoll as adapted by N.E. Vodopyanova and E. S. Starchenkova; Scale of Socio-Psychological Adaptation by C. Rogers, R. Dymond as adapted by T. V. Snegireva, edited by A.M. Prikhozhan; the mathematical data processing method used in the study: Spearman's rank correlation coefficient. The article analyzes Russian and foreign research in the field of coping strategies and coping behavior during the period of adaptation to professional activity. The leading strategies of overcoming behavior among young professionals are identified. The index of constructiveness of coping behavior strategies for the entire sample is in the range of high constructiveness. 62% of the respondents have a high integral adaptation index, 30% – an average one, 8% – a low one. Spearman's rank correlation coefficient was used to identify the relationship between adaptivity and coping strategies. The predominant types of coping behavior of among young law enforcers in the adaptation process are assertive actions, entering into social contact, and seeking social support. The causes of the complicated adaptation process are impulsive actions, indirect actions, antisocial and aggressive actions.

Keywords: stress; coping behavior; coping strategies; adaptation; correlation analysis; law enforcement.

5.3.9. Legal psychology and accident psychology.

For citation: Kozlovskaya T.N., Aptikieva L.R., Tron' O.S. Young law enforcers' strategies for coping with stressful situations. *All-Russian Research and Practice Journal of Studies in Social Sciences and Humanities*, 2026, no. 1 (20), pp. 93–104. doi 10.46741/sjjournal.2026.20.1.010.

Исследование совладающего поведения представляет собой значимую область научной деятельности, привлекающую внимание как западных, так и отечественных ученых. Исследования Г. Селье, Р. Лазаруса, С. Фолкмана, Л. Мерфи, А. Биллингса, С. Хобфолла, Дж. Роттера, Н. Хаанга, Ф. Кохена, Р. Плутчика, Р. Мосса, Д. Амирхана [1–6] описывают особенности восприятия и реакции на стресс, общий адаптационный синдром, транзактную модель стресса как результат взаимодействия человека со средой через когнитивные, поведенческие и эмоциональные усилия, расширяют понимание копинга, особенно в контексте здоровья и благополучия.

В отечественной науке значительный вклад в изучение совладающего поведения внесли Л. И. Анцыферова, Е. Р. Исаева, И. С. Бусыгина, Т. Л. Крюкова [7; 8], Е. В. Распопин, В. А. Бодров, С. К. Нартова-Бочавер, К. Муздыбаев, Н. Е. Водопьянова и Е. С. Старченкова [4; 9–12]. Их работы способствуют углублению понимания механизмов совладания с жизненными трудностями и стрессовыми ситуациями.

Успешное вхождение молодых сотрудников в организационную структуру и эффективное выполнение ими профессиональных обязанностей никак нельзя рассматривать без процесса адаптации. Адаптация способствует быстрому освоению новых задач и формированию дружелюбной атмосферы в коллективе, что, в свою очередь, повышает уровень работы организации и удовлетворенность сотрудников [2; 13].

Адаптация включает несколько видов, которые играют важную роль в успешном вхождении сотрудника в новый коллектив: профессиональную, социальную и психологическую адаптацию.

По мнению В. А. Слостенина, профессиональная адаптация – это процесс вхождения человека в профессию и установление гармоничных взаимодействий его с профессиональной средой [14]. Данный вид адаптации включает обучение новым навыкам, знакомство с рабочими процессами и стандартами компании, в ходе чего новый сотрудник осваивает свои профессиональные обязанности и требования, связанные с его должностью.

По мнению Ф. Б. Березина, психологическая адаптация – это установление оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе жизнедеятельности человека. Психологическая адаптация включает работу с эмоциональным состоянием человека и создание условий для его психологического комфорта [13]. К этапам психологической адаптации относятся: оценка психологического состояния; создание благоприятной атмосферы; поддержка и консультирование (поддержка со стороны окружения или помощь психолога); регулярный мониторинг психологического состояния сотрудника и предоставление обратной связи.

Профессиональная адаптация является важным этапом успешного начала работы нового сотрудника. Она помогает ему быстро освоиться и начать эффективно выполнять свои трудовые обязанности, внося существенный вклад в работу компании.

А. М. Розенберг, изучая социальную адаптацию, определял ее как сложный и внутренне противоречивый процесс приспособления личности к социальной среде предприятия, к различным структурным элементам производственной среды для выполнения определенных социальных функций в данном производственном коллективе [15].

Г. М. Андреева рассматривает социально-психологическую адаптацию как взаимодействие личности и социальной среды, которое приводит к адекватным соотношениям целей и ценностей личности и группы. Адаптация, по ее мнению, происходит тогда, когда социальная среда способствует реализации потребностей и стремлений личности, служит раскрытию ее индивидуальности [13].

В отечественной психологической науке адаптация рассматривается как процесс разрешения внутренних конфликтов через активную деятельность индивида. А зарубежная психология акцентирует внимание на взаимодействии личности и социальной среды.

Адаптация сотрудников УИС представляет собой сложный и многогранный процесс, включающий психофизиологическую, социально-психологическую и профессиональную составляющие. Каждая из этих форм адаптации может сопровождаться различными трудностями и проблемами, которые требуют индивидуального подхода и разработки соответствующих стратегий.

Проблематика адаптации специалистов к службе в правоохранительных органах разрабатывалась с точки зрения личностных, социально-психологических и профессионально-организационных аспектов. Определенное внимание уделено изучению особенностей, способствующих или затрудняющих процесс адаптации молодых специалистов. Необходимо отметить работы Т. А. Басиной, А. М. Киселева, О. Д. Бочкаревой, Е. С. Лобановой, Д. П. Фукалова, Н. Р. Битяновой, М. Г. Дебольского, А. И. Папкина, В. М. Позднякова, А. И. Ушатикова, О. Н. Степановой, В. Н. Казанцева, Н. А. Тюгаевой, Т. Ю. Базарова, А. В. Пищелко, М. И. Кузнецова, С. А. Лузгина, А. В. Кокурина, А. В. Чечковой, Е. Е. Гавриной, Г. В. Протасовой, Ю. Н. Кравцовой, Р. Н. Киселевой, Н. Г. Соболева и др. [16–21].

Например, в работе О. Н. Степановой рассмотрена специфика адаптации молодых сотрудников. Выделяются факторы, способствующие и препятствующие процессу адаптации. Рассматриваются основные субъективные факторы наиболее значимые для профессиональной адаптации к службе в УИС [22].

Анализ исследований, проведенных среди сотрудников правоохранительных органов и УИС, показывает, что личностные качества, такие как уровень стресса, эмоциональная устойчивость и склонность к переживанию стресса, наличие социальной поддержки со стороны коллег и семьи, способствуют выбору более адаптивных копинг-стратегий [18; 20; 21]. Уровень профессионального опыта и предшествующий опыт в решении конфликтных ситуаций, воздействие стрессоров, с которыми сталкиваются сотрудники (например, взаимодействие с осужденными), влияют на выбор стратегий совладания. Данные факторы в совокупности формируют систему выбора копинг-стратегий, обеспечивая адаптацию сотрудников УИС к сложным профессиональным условиям. Главную роль в процессе адаптации сотрудников УИС играют правильно примененные копинг-стратегии, которые представляют собой совокупность поведенческих, когнитивных и эмоциональных механизмов, направленных на преодоление стрессовых ситуаций и достижение успешного приспособления к новым условиям. Данные стратегии совладающего поведения позволяют сотрудникам справляться с психоэмоциональным напряжением, адаптироваться к специфике профессиональной деятельности и поддерживать высокий уровень профессионализма. Однако специфика копинг-стратегий, используемых при адаптации сотрудников, принятых на службу в органы внутренних дел, остается недостаточно изученной.

В нашем исследовании основными методами являются опросный и диагностический методы: «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (S. Hobfoll et al.; Strategic Approach to Coping Scale, SACS) в адаптации Н. Е. Водопьяновой и Е. С. Старченковой; «Шкала социально-психологической адаптированности» (C. Rogers, R. Dymond; СПА) в адаптации Т. В. Снегиревой, редакции А. М. Прихожан.

Данное исследование проведено на репрезентативной выборке из 87 респондентов в возрастном диапазоне от 19 до 23 лет. Среди респондентов было 43 женщины и 44 мужчины.

Среди испытуемых выборки, составляющих группу молодых специалистов в области правоохранительной деятельности, были выявлены следующие показатели стратегии преодоления стрессовых ситуаций (табл. 1).

Значение общего индекса конструктивности стратегий преодолевающего поведения по всей группе находится в диапазоне высокой конструктивности – 68 % (59 чел.), что говорит о предпочтении большинства «здорового» преодоления стресса – активного и про-

социального, которое повышает стрессоустойчивость; средние показатели конструктивности имеются у 23 % (20 чел.), низкие показатели индекса конструктивности выявлены у 9 % группы опрошенных, что составляет 8 чел. из 87. Низкая конструктивность означает, что для преодоления трудностей группой чаще используются неконструктивные стратегии: избегание, асоциальные или агрессивные действия.

Таблица 1

Распределение количества респондентов по уровням выраженности шкал опросника «SACS» (%)

Шкала	Высокие значения	Средние значения	Низкие значения
Ассертивные действия	26	55	19
Вступление в социальный контакт	17	51	32
Поиск социальной поддержки	42	36	22
Осторожные действия	40	57	3
Импульсивные действия	30	43	27
Избегание	45	36	19
Непрямые действия	21	66	13
Асоциальные действия	45	30	25
Агрессивные действия	55	24	21
Индекс конструктивности	68	23	9

Высокие результаты по шкале «Поиск социальной поддержки» подтверждают важность социальных ресурсов в управлении стрессом. Это говорит о том, что респонденты осознают необходимость обращения за помощью и взаимодействия с окружающими для преодоления трудностей.

Общее благоприятное положение по использованию конструктивных стратегий указывает на положительный климат в рабочей среде, что является хорошим показателем психологической устойчивости группы.

Таким образом, результаты исследования показывают, что респонденты в целом предпочитают активные и конструктивные стратегии преодоления стресса, однако внимание к неконструктивным механизмам требует дальнейшего изучения и, возможно, внедрения коррекционных мероприятий.

На втором этапе мы проанализировали данные анкетирования и результаты, полученные по опроснику социально-психологической адаптации (СПА) Даймонда – Роджерса, в адаптации Т. В. Снегиревой, А. М. Прихожан.

На основе полученных результатов нами было выделено три уровня адаптации: высокий (адаптированный), средний (среднеадаптированный) и низкий (неадаптированный). Группа респондентов, занимающих большую долю (62 %), состоит из 54 чел., где 25 мужчин и 29 женщин. Высокий интегральный показатель адаптации свидетельствует о том, что респонденты демонстрируют высокую степень приспособленности к социальным условиям, эффективно справляются с требованиями социальной среды и успешно интегрируются в систему межличностных взаимодействий.

Средний интегральный показатель адаптации (30 %, 26 чел. – 12 мужчин, 14 женщин) указывает на нормальный ход процесса адаптации, однако может свидетельствовать о наличии некоторых сложностей или необходимости дополнительной поддержки для достижения полной социальной интеграции.

Группа респондентов, занимающих меньшую долю (8 %, 7 чел. – 4 мужчины и 3 женщины), характеризуется низким интегральным показателем адаптации и может служить индикатором значительных трудностей в процессе социальной адаптации, проявляющихся в проблемах с коммуникацией, принятием социальных норм и ценностей, что, в свою очередь, может приводить к возникновению конфликтных ситуаций и повышению уровня стресса.

Мы соотнесли показатели копинг-стратегий и показатели адаптации (высокий, средний, низкий). Респонденты прибегают чаще к ассертивным действиям (55 %), вступают в социальный контакт (51 %), находятся в поиске социальной поддержки (42 %), прибегают к осторожным действиям (57 %), импульсивным действиям (43 %), избеганию (45 %), непрямым действиям, то есть к манипулированию положением (66 %), асоциальным действиям (45 %), агрессивным действиям (55 %).

Исходя из результатов, можно сказать, что большая часть респондентов (62 %) умеет строить отношения в желаемом направлении, настойчивы, активны и уверены в себе; решают проблемные, трудные ситуации совместно с другими людьми, имеют потребность в межличностных отношениях; склонны к перестраховке, продолжительном анализе вариантов решения и возможных последствий; респондентам также свойственно оказывать скрытое воздействие на других для получения желаемого результата; могут нарушать права других тем, что пытаются доминировать, унижать или оскорблять.

На третьем этапе исследования мы провели корреляционный анализ с помощью критерия Спирмена (табл. 2, 3).

Таблица 2

Значимые коэффициенты корреляции Спирмена по данным методик по всем респондентам (положительные корреляционные связи)

		Адаптивность	Принятие себя	Внутренний контроль
Ассертивные действия	R	,215*		
	p	0,045		
	N	87		
Вступление в социальный контакт	R		,238*	
	p		0,026	
	N		87	
Поиск социальной поддержки	R	,388**	,299**	,246*
	p	0,000	0,005	0,022
	N	87	87	87
Индекс конструктивности	R	,504**		
	p	0,000		
	N	87		

«Ассертивные действия» и «Адаптивность» показали умеренную связь ($r = ,215^*$), так как способность гибко проявлять себя во взаимодействии, отстаивая свою позицию, напрямую зависит от гибкости и способности проявлять ассертивность. Шкалы «Вступление в социальный контакт» и «Принятие себя» также выявили умеренную корреляционную связь ($r = ,238^*$). Принятие себя напрямую зависит от самооценки человека, его самодостаточности и уверенности в себе. Все это способствует успешным социальным контактам.

Связь адаптивности и поиска социальной поддержки ($r = ,388$) можно объяснить тем, что социальная поддержка помогает человеку справиться с трудностями, снизить стресс и успешно адаптироваться к новым условиям. Социальная поддержка предоставляет ресурсы (уверенность, помощь), которые способствуют эффективному преодолению проблем, что напрямую связано с процессом социальной адаптации. Данная корреляция подчеркивает важность наличия поддержки для успешного преодоления стрессовых ситуаций.

Еще одна корреляционная связь, полученная в результате исследования – это «Поиск социальной поддержки» и «Принятие себя» ($r = ,299$). Социальная поддержка помогает справиться со стрессом, что облегчает процесс самопринятия, а принятие себя повышает самооценку и уверенность, делая человека более способным искать и принимать эту поддержку. Данная корреляция указывает на то, что поддержка окружения способствует позитивной самооценке.

Связь между индексом конструктивности и адаптивностью ($r = ,504$) заключается в том, что высокий ИК чаще всего ассоциируется с более высокой адаптивностью, поскольку конструктивные стратегии (например, сотрудничество и компромисс) позволяют гибко реагировать на стресс и конфликты, в то время как неконструктивные стратегии (такие как избегание или соперничество) могут быть неадаптивными в долгосрочной перспективе. Индекс конструктивности измеряет эффективность копинг-стратегий, а адаптивность – способность личности приспосабливаться к меняющимся условиям, что является результатом успешного применения конструктивных стратегий. Конструктивные стратегии поведения улучшают способность человека адаптироваться.

Таблица 3

Значимые коэффициенты корреляции Спирмена по данным методик по всем респондентам
(отрицательные корреляционные связи)

		Адаптив- ность	Неприня- тие себя	Неприня- тие других	Внутренний контроль	Домини- рование	Ведо- мость
Поиск социальной поддержки	R		-,272*				
	p		0,011				
	N		87				
Импульсивные действия	R	-,248*		-,250*		-,240*	
	p	0,021		0,019		0,025	
	N	87		87		87	
Непрямые дей- ствия	R	-,313**					
	p	0,003					
	N	87					
Асоциальные дей- ствия	R	-,296**					
	p	0,005					
	N	87					
Агрессивные дей- ствия	R	-,396**			-,356**		
	p	0,000			0,001		
	N	87			87		
Индекс конструк- тивности	R		-,248*				-,236*
	p		0,021				0,028
	N		87				87

Наиболее сильную отрицательную связь получили по шкале «адаптация» со шкалами «импульсивные действия» ($r = -,248$), «непрямые действия» ($r = -,313$), асоциальные действия» ($r = -,296$), «агрессивные действия» ($r = -,396$). Импульсивные действия – это необдуманные, внезапные поступки, которые совершаются под влиянием эмоций или внешних обстоятельств, без оценки последствий. На принятие решений, в свою очередь, влияет способность человека к самоконтролю и обдумыванию, поэтому импульсивность напрямую связана с принятием решений. В этом процессе импульсивные действия возникают вместо осознанного принятия решений. Импульсивные действия и непринятие других ($r = -,250$) тесно связаны: импульсивность часто проявляется как неспособность контролировать сильные эмоции, что приводит к необдуманным поступкам, которые могут причинить вред окружающим или спровоцировать конфликты. Непринятие других может быть как причиной, так и следствием импульсивности; например, негативная реакция на других людей может вызывать стресс, который, в свою очередь, усиливает импульсивность. Корреляция указывает на стремление к принятию менее продуманных решений.

Импульсивные действия и доминирование ($r = -,240$) могут быть связаны через эмоциональную неустойчивость и потребность контролировать ситуацию, что проявляется в агрессии, рискованном поведении и неспособности контролировать эмоции. Импульсивность часто приводит к необдуманным поступкам, а потребность в доминировании может

подталкивать к агрессивному поведению или нежеланию считаться с мнением других, что затрудняет социальную адаптацию и отношения.

Непрямые действия и адаптивность ($r = -,313$) тесно связаны: адаптивность является основой для успешного применения непрямых действий, так как требует способности быстро перестраивать стратегию и тактику в ответ на меняющуюся обстановку и действия противника. Способность к адаптации позволяет непрямым действиям быть гибкими и неожиданными, повышая их эффективность.

Адаптивность и асоциальное поведение ($r = -,296$) могут быть связаны: асоциальное поведение может быть формой неуспешной адаптации или способом приспособления к среде, но выгодным только самому человеку и вредным для общества. С одной стороны, высокая адаптивность может привести к асоциальности, если человек адаптируется к своей асоциальной среде и находит в ней выгоду, например к криминальной группировке. С другой стороны, низкая адаптивность может стать причиной асоциального поведения из-за неспособности справляться с трудностями и стрессом.

Агрессивные действия и адаптивность ($r = -,396$) тесно связаны: агрессия может быть как препятствием для адаптации (особенно деструктивная, разрушающая отношения), так и адаптивной реакцией в определенных условиях (например, защита своих границ). Способность адаптироваться часто предполагает умение использовать агрессивность в умеренных количествах, без чрезмерной эскалации, чтобы эффективно решать проблемы и защищать себя, а не наоборот.

Отрицательная связь между шкалами «Поиск социальной поддержки» и «Непринятие себя» ($r = -,272$) подтверждает значимость поддержки для формирования положительной самооценки.

Внутренний контроль и агрессивные действия в данной выборке имеют сильную отрицательную корреляционную связь ($r = -,356$). Это объясняется тем, что внутренний контроль – это способность индивида управлять своим поведением, эмоциями и импульсами, и чем он сильнее, тем ниже вероятность проявления агрессивных действий. Нарушения внутреннего контроля, вызванные, например, стрессом, психическими расстройствами или злоупотреблением психоактивными веществами, могут приводить к вспышкам агрессии. Таким образом, существует прямая связь: чем лучше развит внутренний контроль, тем меньше вероятность агрессии.

Связь между индексом конструктивности стратегий преодолевающего поведения и принятием себя ($r = -,248$) заключается в том, что низкий уровень индекса конструктивности коррелирует с принятием себя, а высокий – с принятием. Это означает, что люди с низким индексом конструктивности используют неэффективные способы совладания со стрессом и, как следствие, демонстрируют более выраженное принятие себя.

Индекс конструктивности стратегий преодолевающего поведения – это показатель, отражающий степень эффективности и адаптивности стратегий, которые человек использует для совладания со стрессом. Ведомость в данном контексте, скорее всего, является частью методики или теста, позволяющего рассчитать этот индекс, а также зафиксировать результаты его оценки. Таким образом, индекс конструктивности показывает, насколько конструктивно (то есть с какой долей позитивности и эффективности) человек справляется с трудностями, а ведомость – это инструмент для его расчета и фиксации. Взаимосвязь между данными шкалами ($r = -,236$).

В заключение можно сделать ряд выводов.

1. Изучение копинг-стратегий молодых специалистов правоохранительной деятельности необходимо для эффективной адаптации к стрессовым условиям службы, предотвращения выгорания и сохранения психического здоровья.

2. Значение общего индекса конструктивности стратегий преодолевающего поведения по всей выборке находится в диапазоне высокой конструктивности, то есть группа респон-

дентов использует адаптивные стратегии для преодоления стресса (например, поиск решения проблемы).

3. Высокий интегральный показатель адаптации выявлен у 68 % респондентов. Респонденты обладают хорошими психологическими и физиологическими механизмами приспособления.

4. Для выявления взаимосвязи адаптивности и стратегий совладающего поведения использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Выявлено, что преобладающими типами совладающего поведения в процессе адаптации у молодых специалистов в органах внутренних дел выступают ассертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки.

5. Были выявлены причины затруднения в процессе адаптации: импульсивные действия, непрямые действия, асоциальные действия, агрессивные действия.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Аскарова Г., Усманова Э. З. Основные подходы к изучению копинг-стратегий в трудных жизненных ситуациях // Scientific progress. 2021. № 5. С. 308–316. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-podhody-k-izucheniyu-koping-strategiy-v-trudnyh-zhiznennyh-situatsiyah> (дата обращения: 20.11.2025).
2. Волох В. А., Суворова В. А. Теоретические основы изучения проблем адаптации и интеграции мигрантов в Российский социум // Вестник университета. 2013. № 20. С. 202–208. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-osnovy-izucheniya-problem-adaptatsii-i-integratsii-migrantov-v-rossiyskiy-sotsium> (дата обращения: 13.10.2025).
3. Горбунова Я. Г. Развитие теории копинга // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2013. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-teorii-kopinga> (дата обращения: 20.11.2025).
4. Меркурьев Д. В. Совладающее поведение личности: обзор исследований // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. 2023. № 1 (21). С. 48–57. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovladayuschee-povedenie-lichnosti-obzor-issledovaniy> (дата обращения: 20.11.2025).
5. Сакнаева М. С. Копинг-стратегии: понятие, подходы к изучению, классификация // Актуальные исследования. 2024. № 25 (207). Ч. II. С. 89–92. URL: <https://apni.ru/article/9634-koping-strategii-ponyatie-podhody-k-izucheniyu-klassifikaciya> (дата обращения: 20.11.2025).
6. Човдырова Г. С., Пяткина О. А. Копинг-стратегии личности при адаптации к стрессу // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2021. № 1 (84). С. 41–47. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/koping-strategii-lichnosti-pri-adaptatsii-k-stressu> (дата обращения: 20.11.2025).
7. Крюкова Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения / под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М., 2008. С. 55–65.
8. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни : автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Кострома, 2005. 473 с.
9. Малиновская Е. Л. Совладающее поведение как предмет исследования психологии личности // Вестник Университета Российской академии образования. 2016. № 2. С. 134–138. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovladayuschee-povedenie-kak-predmet-issledovaniya-psihologii-lichnosti> (дата обращения: 13.10.2025).
10. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т. 18, № 5. С. 20–30.
11. Рассказова Е. И., Гордеева Т. О. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы // Психологические исследования: электронный научный журнал. 2011. № 3 (17). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 20.11.2025).
12. Рассказова Е. И., Гордеева Т. О., Осин Е. Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. № 1. С. 82–118.
13. Адаптация личности в современном мире : межвуз. сб. науч. тр. Саратов, 2011. Вып. 3. 110 с.

14. Психология и педагогика : учеб. для вузов / под общ. ред. В. А. Сластенина, В. П. Каширина. М., 2025. 520 с.
15. Константинов В. В. К вопросу о понятии «адаптация» // Проблемы социальной психологии личности. https://psyjournals.ru/nonserialpublications/sgu_socialpsy/contents/30306 (дата обращения: 20.11.2025).
16. Басина Т. А. Особенности совладания со стрессом сотрудников уголовно-исполнительной системы с учетом уровня их жизнестойкости // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2024. № 1. С. 121–130. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-sovladaniya-so-stressom-sotrudnikov-ugolovno-ispolnitelnoy-sistemy-s-uchyotom-urovnya-ih-zhiznestoykosti> (дата обращения: 20.11.2025).
17. Киселев А. М., Бочкарева О. Д. К вопросу адаптации личного состава при действиях в условиях повышенного риска // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2025. № 2-1 (101). С. 152–155. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-adaptatsii-lichnogo-sostava-pri-deystviyah-v-usloviyah-povyshennogo-riska> (дата обращения: 20.11.2025).
18. Лобанова Е. С., Фукалов Д. П. О возможностях рационально-эмотивно-поведенческой терапии в коррекции стратегий совладающего поведения сотрудников уголовно-исполнительной системы // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 60-3. С. 436–439. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-vozmozhnostyah-ratsionalno-emotivno-povedencheskoy-terapii-v-korreksii-strategiy-sovladayuschego-povedeniya-sotrudnikov-ugolovno> (дата обращения: 23.10.2025).
19. Рерке В. И., Портная Я. А. Изучение защитно-совладающего поведения у сотрудников правоохранительной системы // Вестник Омского университета. Серия: Психология. 2019. № 2. С. 42–48. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-zaschitno-sovladayuschego-povedeniya-u-sotrudnikov-pravoohranitelnoy-sistemy> (дата обращения: 20.11.2025).
20. Рогач В. Г., Фетищева Л. М. Характеристика стрессоустойчивости сотрудников уголовно-исполнительной системы, осуществляющих профессиональную деятельность в условиях постоянного взаимодействия с осужденными // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Т. 8, № 6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakteristika-stressoustoychivosti-sotrudnikov-ugolovno-ispolnitelnoy-sistemy-osuschestvlyayuschih-professionalnuyu-deyatelnost-v-viewer> (дата обращения: 23.10.2025).
21. Якимова З. В. Профессиональный стресс в правоохранительной деятельности: зарубежный и отечественный опыт исследования // Психолог. 2023. № 1. URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=39851 (дата обращения: 23.10.2025).
22. Степанова О. Н. Особенности профессиональной адаптации молодых сотрудников к службе в УИС // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2010. № 11-1. С. 226–231. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnoy-adaptatsii-molodyh-sotrudnikov-k-sluzhbe-v-uis> (дата обращения: 20.11.2025).

REFERENCES

1. Askarova G., Usmanova E.Z. Basic approaches to the study of coping strategies in difficult life situations. *Scientific Progress*, 2021, no. 5, pp. 308–316. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-podhody-k-izuchenyu-koping-strategiy-v-trudnyh-zhiznennyh-situatsiyah> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).
2. Volokh V.A., Suvorova V.A. Theoretical foundations of studying the problems of adaptation and integration of migrants into Russian society. *Vestnik universiteta = University Bulletin*, 2013, no. 20, pp. 202–208. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-osnovy-izucheniya-problem-adaptatsii-i-integratsii-migrantov-v-rossiyskiy-sotsium> (In Russ.). (Accessed October 13, 2025).
3. Gorbunova Ya.G. Development of the theory of coping. *Aktual'nye problemy gumanitarnykh i estestvennykh nauk = Actual Problems of the Humanities and Natural Sciences*, 2013, no. 3. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-teorii-kopinga> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).
4. Merkur'ev D.V. The personal coping behavior: research review. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta. Obrazovanie i zdavookhranenie = Bulletin of the Chelyabinsk State University. Education and Healthcare*, 2023, no. 1 (21), pp. 48–57. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovladayuschee-povedenie-lichnosti-obzor-issledovaniy> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).

5. Saknaeva M.S. Coping strategies: concept, approaches to study, classification. *Aktual'nye issledovaniya = Current Research*, 2024, no. 25 (207), pp. 89–92. Available at: <https://apni.ru/article/9634-koping-strategii-ponyatie-podhody-k-izucheniyu-klassifikaciya> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).
6. Chovdyrova G.S., Pyatkina O.A. Coping strategies of an individual when adapting to stress. *Psikhopedagogika v pravookhranitel'nykh organakh = Psychopedagogy in Law Enforcement*, 2021, no. 1 (84), pp. 41–47. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/koping-strategii-lichnosti-pri-adaptatsii-k-stressu> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).
7. Kryukova T.L. *Chelovek kak sub"ekt sovladayushchego povedeniya* [Person as a subject of coping behavior]. Ed. by Zhuravlev A.L., Kryukova T.L., Sergienko E.A. Moscow, 2008. Pp. 55–65.
8. Kryukova T.L. *Psikhologiya sovladayushchego povedeniya v raznye periody zhizni: avtoref. dis. ... d-ra psikhol. nauk* [Psychology of coping behaviors in different periods of life: Doctor of Sciences (Psychology) dissertation abstract]. Kostroma, 2005. 473 p.
9. Malinovskaya E.L. Coping behavior as a subject of personality psychology research. *Vestnik Universiteta Rossiiskoi akademii obrazovaniya = Bulletin of the University of the Russian Academy of Education*, 2016, no. 2, pp. 134–138. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovladayuschee-povedenie-kak-predmet-issledovaniya-psihologii-lichnosti> (In Russ.). (Accessed October 13, 2025).
10. Nartova-Bochaver S.K. "Coping behavior" in the system of concepts of personality psychology. *Psikhologicheskii zhurnal = Psychological Journal*, 1997, vol. 18, no. 5, pp. 20–30. (In Russ.).
11. Rasskazova E.I., Gordeeva T.O. Coping strategies in stress psychology: approaches, methods and perspectives. *Psikhologicheskie issledovaniya: ehlektronnyi nauchnyi zhurnal = Psychological Research: Electronic Scientific Journal*, 2011, no. 3 (17). Available at: <http://psystudy.ru> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).
12. Rasskazova E.I., Gordeeva T.O., Osin E.N. Coping strategies in the structure of activity and self-regulation: psychometric characteristics and possibilities of using the SORE methodology. *Psikhologiya. Zhurnal Vyshei shkoly ehkonomiki = Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 2013, no. 1, pp. 82–118. (In Russ.).
13. *Adaptatsiya lichnosti v sovremennom mire: mezhvuz. sb. nauch. tr.* [Adaptation of personality in the modern world: interuniversity collection of scientific papers]. Saratov, 2011. No. 3. 110 p.
14. *Psikhologiya i pedagogika: ucheb. dlya vuzov* [Psychology and pedagogy: textbook for universities]. Ed. by Slastenin V.A., Kashirin V.P. Moscow, 2025. 520 p.
15. Konstantinov V.V. On the issue of the concept of "adaptation". *Problemy sotsial'noi psikhologii lichnosti = Problems of Social Psychology of Personality*. Available at: https://psyjournals.ru/nonserialpublications/sgu_socialpsy/contents/30306 (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).
16. Basina T.A. Peculiarities of coping with stress of employees of the penal and correctional system taking into account their level of resilience. *Vestnik Gosudarstvennogo universiteta prosveshcheniya. Seriya: Psikhologicheskie nauki = Bulletin of the State University of Education. Series: Psychological Sciences*, 2024, no. 1, pp. 121–130. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-sovladaniya-so-stressom-sotrudnikov-ugolovno-ispolnitelnoy-sistemy-s-uchyotom-urovnya-ih-zhiznestoystki> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).
17. Kiselev A.M., Bochkareva O.D. On the issue of personnel adaptation when acting in high-risk environments. *Mezhdunarodnyi zhurnal gumanitarnykh i estestvennykh nauk = International Journal of Humanities and Natural Sciences*, 2025, no. 2-1 (101), pp. 152–155. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-adaptatsii-lichnogo-sostava-pri-deystviyah-v-usloviyah-povyshennogo-riska> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).
18. Lobanova E.S., Fukalov D.P. On the possibilities of rational-emotive-behavioral therapy in correcting strategies of coping behavior of employees of the penitentiary system. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya = Problems of Modern Pedagogical Education*, 2018, no. 60-3, pp. 436–439. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-vozmozhnostyah-ratsionalno-emotivno-povedencheskoy-terapii-v-korreksii-strategiy-sovladayushchego-povedeniya-sotrudnikov-ugolovno> (In Russ.). (Accessed October 23, 2025).
19. Rerke V.I., Portnaya Ya.A. Studying of protective-behavior among law enforcement officers. *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya: Psikhologiya = Bulletin of Omsk University. Series: Psychology*, 2019, no. 2, pp. 42–48. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-zaschitno-sovladayushchego-povedeniya-u-sotrudnikov-pravookhranitelnoy-sistemy> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).

20. Rogach V.G., Fetishcheva L.M. Characteristics of the stress tolerance of employees of the penal system who carry out professional activities in conditions of constant interaction with convicts. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya = World of Science. Pedagogy and Psychology*, 2020, vol. 8, no. 6. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakteristika-stressoustoychivosti-sotrudnikov-ugolovno-ispolnitelnoy-sistemy-osuschestvlyayuschih-professionalnuyu-deyatelnost-v/viewer> (In Russ.). (Accessed October 23, 2025).

21. Yakimova Z.V. Professional stress in law enforcement: foreign and domestic research experience. *Psikholog = Psychologist*, 2023, no. 1. Available at: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=39851 (In Russ.). (Accessed October 23, 2025).

22. Stepanova O.N. Features of professional adaptation of young employees to service in the penal correction system. *Psikhologiya i pedagogika: metodika i problemy prakticheskogo primeneniya = Psychology and Pedagogy: Methodology and Problems of Practical Applications*, 2010, no. 11-1, pp. 226–231. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnoy-adaptatsii-molodyh-sotrudnikov-k-sluzhbe-v-uis> (In Russ.). (Accessed November 20, 2025).

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

ТАТЬЯНА НИКОЛАЕВНА КОЗЛОВСКАЯ – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии и психологии личности Оренбургского государственного университета, Оренбург, Россия, kozlovskajatn@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-1984-7282>

ЛЯЙЛЯ РАХМАТУЛЛОВНА АПТИКИЕВА – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии и психологии личности Оренбургского государственного университета, Оренбург, Россия, aptikieva@inbox.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5616-298X>

ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА ТРОНЬ – кандидат педагогических наук, доцент кафедры социальной психологии, социальной работы и probation Академии ФСИН России, Рязань, Россия, persik.83@list.ru, <https://orcid.org/000-0001-6268-3853>

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

TAT'YANA N. KOZLOVSKAYA – Candidate of Sciences (Pedagogy), Associate Professor, associate professor at the Department of General Psychology and Personality Psychology of the Orenburg State University, Orenburg, Russia, kozlovskajatn@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-1984-7282>

LYAILYA R. APTIKIEVA – Candidate of Sciences (Pedagogy), Associate Professor, associate professor at the Department of General Psychology and Personality Psychology of the Orenburg State University, Orenburg, Russia, aptikieva@inbox.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5616-298X>

OL'GA S. TRON' – Candidate of Sciences (Pedagogy), associate professor at the Department of Social Psychology, Social Work and Probation of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia, Ryazan, Russia, persik.83@list.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6268-3853>

Статья поступила 24.11.2025