

УДК 371.321:159.942.5+159.938.363

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У УЧИТЕЛЕЙ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ВЫРАЖЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Л.С. Павлова

Тверской государственный университет (филиал), г. Нелидово

Представлены результаты исследования, направленного на поиск взаимосвязей между показателями выраженности профессиональной деформации личности и особенностями защитно-совладающего поведения в профессиональной деятельности учителей.

***Ключевые слова:** кризисы профессионального становления, защитные механизмы личности, копинг-стратегии, профессиональная деформация личности.*

Проблема исследования совладающего поведения при переживании «психологического кризиса» является одной из актуальных в психологии, как в теоретическом, так и практическом аспекте. Феноменология совладающего поведения и психологической защиты нашла отражение в работах Э. Берна, З. Фрейда, К. Хорни, Э. Фромма, К. Роджерса, Г. Селье, Р. Лазаруса, С. Фолкмана, Л.И. Анцыферовой, Ф.Е. Василюка, Л.Г. Дикой, Э.Ф. Зеера, И.Г. Малкина-Пыха, А.В. Махнача, С.К. Нартова-Бочаверва, Р.Р. Набиуллиной, И.В. Тухтарова и др.

Сенситивными периодами образования профессиональной деформации личности являются кризисы профессионального становления. Это особая группа психологических кризисов, которые возникают на различных этапах профессионального пути личности, отражают его специфические закономерности, несводимые с закономерностями жизненного пути человека [4, с. 97]. Важной составляющей профессионального развития учителя выступают «моменты» преодоления кризисов профессионального становления. «Преодоление кризисных явлений требует от личности учителя профессионального поступка и психологически компетентного отношения к себе» [1, с. 71]. Не всякая личность может самостоятельно найти конструктивный выход из кризиса. Немаловажная роль при этом принадлежит стратегиям поведения учителя в значимых ситуациях, определяемых Э.Ф. Зеером как особые поведенческие синдромы, характеризующиеся актуализацией адаптивных механизмов психической саморегуляции [1, с. 71]. Неосознаваемое преодоление

кризисов профессионального становления, переживание сложных ситуаций профессионального развития обеспечиваются механизмами психологических защит («defence»), возникающими исключительно при негативных переживаниях, а сознательное преодоление («coping») опирается на стратегии совладающего поведения личности и связано с рациональными способами поведения.

В процессе проведенного нами эмпирического исследования на протяжении 2009–2011 гг., в котором участвовали 245 учителей школ Тверской области, была осуществлена комплексная психодиагностика совладающего поведения, в рамках которой мы рассматривали особенности защитно-совладающего поведения у учителей с разным уровнем выраженности профессиональной деформации личности (далее – ПДЛ). Исследование проводилось с помощью опросника «Индекс жизненного стиля» (LSI) Келлермана–Плутчика [3, с. 54], направленного на выявление преобладающих защитных механизмов личности; копинг-теста Р. Лазаруса, С. Фолкмана в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык, М.С. Замышляевой для определения доминирующих копинг - стрессовых поведенческих стратегий [2, с. 93–112]; методики MBI-HSS (К. Maslach, S. Jackson) в адаптации Н.Е. Водопьяновой для диагностики уровней выраженности профессиональной деформации личности учителей [5, с. 28-30].

По результатам качественного анализа выявлено две группы учителей: с высоким уровнем выраженности ПДЛ (далее – ВУПД) – 86 человек (35,1 %) и низким уровнем выраженности ПДЛ (далее – НУПД) – 97 человек (39,6 %).

Дальнейший анализ позволил установить репертуар и иерархию механизмов психологической защиты и копинг-стратегий в двух исследуемых нами группах учителей. Результаты качественного и количественного (корреляционного) анализа представлены в табл. 1 и 2.

Таблица 1

Репертуар предпочитаемых механизмов психологической защиты в группах учителей с ВУПД и НУПД личности

МПЗ	I группа – учителя с НУПД (n1= 97)			II группа – учителя с ВУПД (n2= 86)			Значимые различия: t-критерий Стьюдента
	Кол-во	%	Сред. балл	Кол-во	%	Сред. балл	
Отрицание	21	21.6	4.4	60	69.7	5,1	t= 2.42*
Вытеснение	11	11.3	4.2	19	22.1	3.9	-
Регрессия	11	11.3	3.7	17	19.8	3.8	-

МПЗ	I группа – учителя с НУПД (n1= 97)			II группа – учителя с ВУПД (n2= 86)			Значимые различия: t-критерий Стьюдента
	Кол-во	%	Сред. балл	Кол-во	%	Сред. балл	
Компенсация	46	47.4	4.7	24	27.9	5.0	-
Проекция	19	19.6	4.7	51	59.3	5.7	t= 3.84**
Замещение	21	21.6	3.5	49	56.9	3.4	-
Рационализация	28	28.9	4.2	79	91.2	4.1	t= 3.12**
Гипер- компенсация	74	76.3	5.58	21	24.4	5.49	-

Примечание. В таблице использованы следующие обозначения: МПЗ – механизмы психологической защиты; НУПД – низкий уровень выраженности профессиональной деформации личности; ВУПД – высокий уровень выраженности профессиональной деформации личности; ** – $p < 0,01$; * – $p < 0,05$.

Анализ табл. 1 наглядно демонстрирует, что все восемь изучаемых нами механизмов психологических защит используются учителями как в группе с НУПД, так и в группе с ВУПД. Наиболее предпочитаемыми МПЗ в группе лиц с ВУПД являются «Рационализация» и «Отрицание» – 79 человек, что составляет 91,2 % и 60 человек 69,7 % соответственно от всей выборки. Затем следуют такие механизмы психологической защиты, как «Проекция» и «Замещение» – 51 человек (59,3 %) и 49 человек (56,9 %). Замыкают список предпочтений «Компенсация» и «Гиперкомпенсация» – по 24 человека (27,9 %) и 21 человеку (24,4 %) соответственно, «Вытеснение» и «Регрессия» по 19 человек (22,1 %) и 17 человек (19,8 %). В группе педагогов с НУПД предпочитаемыми МПЗ являются: «Гиперкомпенсация» – 74 человека (76,3 %) и «Компенсация» – 46 человек (47,4 %), затем «Рационализация» – 28 человек (28,9 %), «Отрицание» – 21 человек (21,6 %) и «Замещение» – 21 человек (21,6 %). Замыкают список предпочтений «Проекция» – 19 человек (19,6 %), «Регрессия» и «Вытеснение» по 11 человек (11,3 %).

Следует также отметить, что в группе учителей с ВУПД в сравнении с группой учителей с НУПД, репертуар (количество типов защит) и частота реализуемых испытуемыми МПЗ больше и разнообразнее (больше 35 % встречаемости случаев). Так, в группе учителей с ВУПД личности репертуар представлен 6 механизмами защит из 8, это такие, как «Рационализация», «Отрицание», «Проекция», «Замещение», «Компенсация», «Гиперкомпенсация». В группе учителей с НУПД репертуар представлен всего лишь тремя механизмами защит из восьми: «Гиперкомпенсация», «Компенсация» и «Рационализация». Это может косвенно свидетельствовать о внутриличностном конфликте

учителей с ВУПД, т.е. дезадаптированные индивиды используют защиты в большей степени, чем адаптированные испытуемые.

Установлено, что достоверно чаще учителя с ВУПД используют МПЗ «Отрицание» ($p < 0,05$), «Проекция» ($p < 0,001$), «Рационализация» («Интеллектуализация») ($p < 0,01$).

Последующий анализ позволил выявить репертуар предпочтений той или иной копинг-стратегии в двух исследуемых нами группах учителей с разным уровнем выраженности ПДЛ (табл. 2).

Для оценки различий в использовании совладающих стратегий в группах учителей с ВУПД и НУПД применялся U критерий Манна-Уитни. В результате были найдены различия по показателям (в скобках следует указание группы, у которой уровень признака выше): «Дистанцирование» – группа учителей с ВУПД; «Самоконтроль» – группа учителей с НУПД; «Планирование решения проблемы» – группа с НУПД; «Конфронтующее поведение» – группа с ВУПД; «Принятие ответственности» – группа с НУПД; «Бегство-уход» – группа с ВУПД; «Положительная переоценка» – группа с НУПД.

Таблица 2

Репертуар предпочитаемых копинг-стратегий в группах учителей с ВУПД и НУПД личности

Стратегии совладания	I группа – учителя с НУПД (n=97)			II группа – учителя с ВУПД (n=86)			Значимые различия: U критерий Манна-Уитни
	Кол-во	%	Ср.балл	Кол-во	%	Ср.балл	
Дистанцирование	24	24.7	5.7	47	54.6	13.2	U=120**
Самоконтроль	37	38.1	12.8	29	33.3	10.3	U=162 **
Поиск социальной поддержки	26	26.8	10.3	21	24.4	9.7	-
Принятие ответственности	54	55.7	11.8	23	26.7	5.4	U=441*
Бегство-избегание	13	13.4	11.2	39	45.3	13.1	U=151*
Планирование решения проблемы	49	50.5	12.2	19	22.1	6.0	U=273**
Положительная переоценка	56	57.7	13.5	18	20.9	5.9	U=217**
Конфронтация	24	24.7	7.3	54	62.8	13.5	U=201**

Примечание. В таблице использованы следующие обозначения: ** – $p < 0,01$; * – $p < 0,05$; НУПД – низкий уровень выраженности профессиональной деформации личности; ВУПД – высокий уровень выраженности профессиональной деформации личности.

Анализ табл. 2 позволил установить, что наиболее предпочитаемыми копинг-стратегиями в группе учителей с НУПД являются «Положительная переоценка» и «Принятие ответственности» – 56 человек, что составляет 57,7 %, и 54 человека 55,7 % соответственно от всей выборки. Затем следуют такие стратегии, как «Планирование решения проблемы» и «Самоконтроль» – 49 человек (50,5 %) и 37 человек (38,1 %). Установлено также, что достоверно чаще учителя с НУПД применяют данные конструктивные и относительно конструктивные копинг-стратегии.

Для учителей с ВУПД характерно меньшее использование конструктивных стратегий совладающего поведения по сравнению с неконструктивными (табл. 2). Наиболее предпочитаемыми являются «Конфронтация» – 54 человека (62,8 %), «Дистанцирование» – 47 человек (54,6 %) и «Бегство-избегание» – 45,3 %, что существенно препятствует получению обратной связи и социальной поддержки. Сама по себе профессиональная деятельность с опорой на внутренние регуляторы приносит все меньше морального удовлетворения. Так, попытки сотрудничать с коллегами часто сопровождаются усилением неосознаваемого чувства агрессии по отношению к окружающим, открытым конфликтам с учениками и их родителями. Данные стратегии поведения учителя рассматриваются как противостояние сложившейся ситуации, применяемые как агрессивный ответ на определенные обстоятельства, т. е. учитель воспринимает ситуацию враждебно и отвечает на неё враждебно («Конфронтация»). Кроме того, учителем прилагаются когнитивные усилия, чтобы отделиться от ситуации и уменьшить её значимость («Дистанцирование»), поведенческие усилия и мысленное стремление, направленные к бегству от проблемы или избеганию ее («Бегство-избегание»). Повышение интенсивности использования данных копингов происходит одновременно со снижением уровня самопринятия, усилением чувства вины и обвинением окружающих.

Анализ корреляционных связей между показателями МПЗ, копинг-стратегиями и уровнями выраженности авторитарности и доминантности, агрессии и демонстративности свидетельствует о том, что значимые корреляции были выявлены в обеих группах. Однако сила и направленность этих связей в каждой из групп особая, а значит, имеются существенные различия в системе регуляции поведения у обследованных групп учителей.

Психологическая защита «Отрицание» значимо коррелирует с дезадаптивными копинг-стратегиями «Конфронтация» ($r=0.31$; $p<0.05$), «Дистанцирование» ($r=0.36$; $p<0.01$) и «Бегство-избегание» ($r=0.38$; $p<0.05$). Психологическая защита «Вытеснение» обнаруживает корреляционные связи с теми же копингами, что и механизм

«Отрицание», а именно с «Конфронтацией» ($r=0.34$; $p<0.05$), «Дистанцированием» ($r=0.41$; $p<0.01$) и «Бегством-избеганием» ($r=0.44$; $p<0.01$), что свидетельствует о тесной взаимосвязи между психологическими защитами «Отрицание» и «Вытеснение». Выраженность в структуре личности учителей таких защитных механизмов приводит к использованию преимущественно дезадаптивных копингов, направленных не на конструктивное решение проблемы, а на избегание, дистанцирование и уменьшение их значимости. Психологическая защита «Компенсация» связана с дезадаптивной стратегией «Конфронтация» ($r=0.32$; $p<0.05$) и может свидетельствовать о тесной её взаимосвязи с проявлениями педагогами агрессивных реакций. Это подтверждается установленной положительной корреляцией данного МПЗ с проявлением такой профессиональной деформации личности, как «Агрессия педагогическая» ($r=0.49$; $p<0.05$). Сочетание вышеупомянутой психологической защиты и «Конфронтационного копинга» обуславливает то, что учителя данной группы не достигают целей, к которым стремятся, при этом появляется чувство бессилия, беспомощности, а нарастание эмоционального напряжения находит свою разрядку в многочисленных, но бесплодных попытках выхода из ситуации. Психологическая защита «Проекция» обнаруживает корреляционные связи с «Конфронтацией» ($r=0.47$; $p<0.01$) и проявлением «Авторитарности и демонстративности» учителей с ВУПД ($r=0.43$; $p<0.05$). Данный механизм МПЗ связан с переносом неприемлемых чувств и желаний на других (учеников, коллег и т. д.) с целью перекладывания на них ответственности за происходящее. Вероятно, такой способ защитного поведения частично снижает психическую напряженность учителей, но не является эффективным для разрешения сложной ситуации. Обращает на себя внимание отрицательный характер корреляционной связи ($r=-0.49$; $p<0.05$) между копингом «Положительная переоценка» и проявлениями «Авторитарности и доминантности», «Агрессии» в группе учителей с ВУПД. Очевидно, чем меньше стремление учителя видеть в любой сложившейся ситуации положительные стороны, усилия по извлечению жизненного урока из происходящего события, тем чаще он реализует свои потребности во власти и единоначалии, в безоговорочном подчинении, в подавлении других и самоутверждении за счет учащихся.

Данные корреляционного анализа свидетельствуют о том, что механизмы психологической защиты «Реактивное образование», «Компенсация» в группе учителей с НУПД значимо коррелируют с копинг-стратегиями «Самоконтроль» ($r=0.42$, $p<0.05$), «Принятие ответственности» ($r=0.34$, $p<0.05$) и «Планирование решения проблемы» ($r=0.44$, $p<0.01$). В этом случае можно говорить о склонности учителей к

произвольным проблемно-фокусированным усилиям по изменению ситуации, что возможно благодаря сохранению самоконтроля в трудных ситуациях и признанию своей роли в проблеме с сопутствующими попытками её решения. Психологическая защита «Рационализация» обнаруживает положительные связи с такими копинг-стратегиями, как «Положительная переоценка» ($r=0.47$, $p<0.01$) и «Самоконтроль» ($r=0.54$, $p<0.01$) и отрицательные корреляции с такими проявлениями профессиональной деформации, как «Агрессия» ($r=-0.69$, $p<0.05$), «Авторитарность и доминантность» ($r=-0.73$, $p<0.05$) и «Демонстративность» ($r=-0.66$, $p<0.05$). Очевидно, действие МПЗ «Рационализация», проявляющееся в основанном на фактах «умственном» способе преодоления конфликтной или фрустрирующей ситуации без переживаний, обеспечивается благодаря стремлениям учителей к позитивной оценке происходящего, усилиям на сохранение самообладания и регуляцию собственных чувств. Подобный вариант совладания, вероятно, является достаточным для успешного функционирования данных учителей в условиях жизненных и профессиональных трудностей. Подчеркнем, что для учителей с НУПД в сложных ситуациях характерен выбор именно сознательного совладающего поведения, направленного на активное взаимодействие субъекта с ситуацией. Отрицательный характер корреляционной связи между МПЗ «Вытеснение» и копингом «Положительная переоценка» ($r=-0.69$, $p<0.05$) в группе учителей с НУПД может свидетельствовать о том, что чем больше сфокусированы усилия учителя на росте собственной личности, позитивной переоценке и самоанализе, тем менее типична для него ситуация, когда содержательная сторона психотравмирующего события не осознается и человек вытесняет сам факт какого-либо неблагоприятного поступка или личностного качества (например, завистливость, недоброжелательность, неблагодарность и т. п.). В группе учителей с НУПД интересна корреляция между копингом «Конфронтация» и МПЗ «Проекция», имеющая компенсаторный характер ($r=-0.54$, $p<0.05$). Это означает, что у учителей с НУПД, по нашим данным, часто использующих конфронтрующий копинг при разрешении проблем, минимальна вероятность переноса ответственности за происходящее в их жизни на окружающий мир и приписывания другим людям каких-либо неблагоприятных поступков. Они склонны к обдуманному, самостоятельному принятию решения в трудных жизненных ситуациях.

Таким образом, подводя итоги проведенного эмпирического исследования можно сделать следующие выводы:

1) по результатам корреляционного анализа обнаружены значимые статистические связи между показателями выраженности проявлений ПДЛ (авторитарностью, доминантностью,

демонстративностью и агрессией) и способами их преодоления, которые свидетельствуют об участии механизмов психологических защит и копинг-стратегий в процессе развития профессиональной деформации личности учителя;

2) по результатам качественного анализа установлено, что репертуар, частота и качество способов преодоления сложных жизненных и профессиональных ситуаций у представителей групп учителей с ВУПД и НУПД различны. Так, представители первой группы (ВУПД) чаще всего выбирают непродуктивные стратегии поведения: «Дистанцирование», «Бегство-избегание», «Конфронтация». Среди механизмов психологических защит в данной группе репертуар представлен такими видами защит, как «Рационализация», «Отрицание», «Проекция», «Замещение», «Компенсация», «Гиперкомпенсация». В группе учителей с НУПД репертуар представлен тремя видами защит: «Гиперкомпенсация», «Компенсация» и «Рационализация».

Таким образом, можно заключить, что устойчивое и частое использование различных механизмов психологической защиты и непродуктивных копинг-стратегий приводит к отказу от реализации активных, конструктивных способов поведения при разрешении сложных ситуаций и формированию профессиональной деформации личности учителя.

Список литературы

1. Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э. Психология профессиональных деструкций: учеб. пособие для вузов. М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2005. 240 с.
2. Крюкова Т.Л., Куфтык Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журн. практического психолога. М., 2007. № 3 С. 93–112.
3. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция). Казань: «ИП Тухтаров В.Н.», 2003. 93 с.
4. Поваренков Ю.П. Психология профессионального становления личности // Основы психологической концепции профессионализации. Курск: КГПИ, 1991. 132 с.
5. Полякова О.Б. Психогигиена и профилактика профессиональных деформаций личности. М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008. 304 с.

**INTERACTION OF COPING-STRATEGIES AND MECHANISMS OF
PSYCHOLOGICAL PROTECTION OF TEACHERS WITH
DIFFERENT LEVEL OF PROFESSIONAL DEFORMATION**

L.S. Pavlova

Branch of the Tver State University, Nelidovo

The article presents the results of research aimed at finding the intercommunication between indices of the professional deformation of personality and characteristics of protective-controllable behavior in the professional activities of teachers.

Keywords: *crises of professional formation, protective mechanisms of personality, coping-strategies, professional deformation of personality.*

Об авторах:

ПАВЛОВА Людмила Станиславовна – директор, филиал ГОУ ВПО «Тверской государственный университет» (172523, Тверская область, г. Нелидово, ул. Карбышева, д.14А), e-mail: pavlovalyudmila@gmail.com