

СТРУКТУРА ЗАЩИТНОГО И СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ

Г.С. Корытова (Иркутск)

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования структуры механизмов защитного и совладающего поведения в профессиональной деятельности педагогических работников. Обсуждаются особенности проявления механизмов психологической защиты и копинг-стратегий у различных категорий педагогов. В качестве механизма психологической защиты, актуализирующегося в условиях чрезмерного или хронического профессионального стресса, рассматривается эмоциональное выгорание.

Ключевые слова: профессиональный стресс, механизмы психологической защиты, совладание, копинг-поведение, эмоциональное выгорание.

Последнее десятилетие XX и начало XXI столетия в отечественной психологической науке ознаменовались повышенным исследовательским и практическим интересом к проблеме стрессоустойчивости и совладания (копинг-поведения) в профессиональной деятельности (Л.Г. Дикая, В.А. Бодров, А.Б. Леонова, Г.С. Никифоров, А.А. Баранов и др.). Безусловно, это вызвано целым рядом причин, среди которых в первую очередь следует назвать действие неблагоприятных социально-экономических факторов, резко меняющиеся условия жизни, специфику профессиональной деятельности, а также актуальные запросы социальной практики. По данным массовых скрининговых исследований, продолжавшихся в нашей стране на протяжении почти тридцати лет, отмечается отчетливая тенденция к увеличению социально-стрессовых расстройств у работающих лиц [1, 5, 7]. Международная организация труда (ILO) провела в США общенациональные долгосрочные исследования, которые показали, что уровень профессионального стресса постоянно нарастает. Так, в 1982 г. 55% людей еженедельно сталкивались со стрессом на рабочем месте. В 1992 г. уже каждый третий работник испытывал стресс ежедневно или несколько раз в неделю, что на 20% больше, чем десять лет назад. Признавая тот факт, что профессиональный стресс свойствен не только благополучным американцам, Всемирная организация здравоохранения называет его «болезнью двадцать первого века», поскольку этот вид стресса встречается практически в любой профессии и принял размеры «глобальной эпидемии» во всем мире. Европейское исследование в 1996 г. обнаружило, что профессиональный стресс является основной проблемой, беспокоящей людей на рабочем месте. Так, более половины британских учителей приняли решение сменить профессию, чтобы избежать испытываемого ими сильнейшего напряжения на рабочем месте; 75% шведских учителей считают, что психологические требования к их деятельности слишком высоки, а результатом повышенных требований к работе является хронический профессиональный стресс. Вывод, который был сделан в результате европейского исследования: стресс на работе – всеобщая проблема, которая требует особого внимания [8].

Вместе с тем профессиональная деятельность является одним из важнейших аспектов повседневной жизнедеятельности человека. Если обратиться к Большой российской энциклопедии, то там профессиональная деятельность рассматривается как род трудовой активности человека, владеющего комплексом специальных теоретических знаний и практических навыков, приобретенных в результате специальной подготовки, опыта работы. В профессиональной деятельности происходит развитие основных когнитивных процессов, развиваются способности, совершенствуются навыки, приобретаются знания, реализуются основные потребности и мотивы человека, т.е. происходит дальнейшее развитие личности в целом.

Вполне очевидно, что проблема стрессоустойчивости является весьма актуальной для тех социально-демографических групп населения, чья профессиональная деятельность проходит в условиях повышенных социально-психологических требований. Чаще всего в таких условиях протекает деятельность представителей социологических (по А.Н. Леонтьеву) профессий, где предметом труда является взаимодействие людей. К их числу, безусловно, относятся так называемые «помогающие» профессии, специфика которых связана с умственным и психоэмоциональным перенапряжением и требует от работников больших резервов самообладания и саморегуляции. «Помогающие» профессии относятся к профессиям типа «человек – человек», которые, согласно Е.А. Климову (1993), определяются довольно большим перечнем индивидуально типизированных качеств и характеристик. Среди них наряду с профессиональной компетентностью и коммуникативно-познавательной активностью существенными для профессиональной пригодности (предрасположенности) выступают высокая степень саморегуляции и умение решать нестандартные ситуации в условиях психоэмоционального стресса и повышенных социопсихологических требований [11].

Педагогические работники представляют одну из самых массовых «помогающих» профессий системы «человек – человек», связанную с многочисленными повседневными стрессогенными ситуациями. Помимо этого, профессиональная деятельность педагога часто

выступает как многофункциональная деятельность в системе «человек – оператор», поскольку связана с необходимостью одновременного выполнения определенного числа различных функций и действий при неоптимальных для работы внешних условиях. От учителя, преподавателя, воспитателя требуется методически, дидактически, лексически аргументированно подавать учебный материал в течение строго регламентированного временного интервала в больших по численности группах учащихся, что рассматривается рядом авторов как аналог полифункциональной операторской деятельности с большим числом объектов внимания. По мнению Л.И. Вассермана, М.А. Беребина, российское учительство может выступать как адекватная репрезентативная популяционная модель напряженной психоэмоциональной и интеллектуальной профессиональной деятельности в социально-экономических условиях, препятствующих реализации актуальных жизненных потребностей, провоцирующих нарушения психической адаптации [5].

Педагогическая деятельность сложная и многокомпонентная. Труд учителя требует высокой квалификации, связан с необходимостью соответствовать высокому уровню социальных ожиданий окружающих, постоянно овладевать новыми знаниями, с высокой степенью ответственности за результаты работы, но при этом педагоги постоянно встречаются с множеством конфликтных ситуаций в течение рабочего дня. На эффективность данного вида деятельности оказывает влияние необходимость постоянного и интенсивного межличностного взаимодействия. В целом педагогическую деятельность следует относить к категории напряженного труда как по критериям умственной деятельности, режима труда и социально-гигиенических условий, так и по критерию работы с информацией. Кроме того, в ходе проводимых в стране социально-экономических преобразований, эта профессиональная группа оказалась одной из самых социально незащищенных. Последнее обстоятельство приводит к уменьшению социального престижа профессии, к вынужденной сверхнормативной работе всех категорий педагогов в ущерб своему здоровью и семье.

Работа, требующая от человека больших физических и психологических затрат, постепенно приводит к социально-стрессовым расстройствам и нарушениям соматического здоровья, к истощению эмоциональных ресурсов, к активизации компенсаторных функций организма и выработке различных механизмов психологической защиты. Одним из таких защитных механизмов является профессиональное (эмоциональное) выгорание. Сегодня общепризнанным является тот факт, что эмоциональное выгорание – это неблагоприятная реакция на чрезмерный или хронический стресс на рабочем месте. Стрессовый процесс профессионального выгорания педагогов характеризуется обычно медленным, почти незаметным течением. Тем не менее он имеет

континуум сильных негативных последствий от тревожно-депрессивной симптоматики, неудовлетворенности собой, избранной профессией на начальных стадиях выгорания до эмоциональной и личностной отстраненности, деперсонализации, полной утраты интереса к субъекту профессиональной деятельности, до проявляющихся на уровне физического и психического самочувствия психосоматических и психовегетативных нарушений спустя некоторое время после начала профессиональной деятельности в социальной сфере (по данным разных авторов, этот временной отрезок может длиться от нескольких месяцев до десятков лет). Переход реакций с уровня эмоций на уровень психосоматики свидетельствует о том, что психологическая защита в форме эмоционального выгорания самостоятельно уже не справляется с нагрузками. Таким образом организм спасает себя от разрушительной мощи эмоциональной энергии.

Следует заметить, что хотя за выгоранием стоят серьезные психологические и психофизиологические реакции, имеющие свои причины, формы проявления и последствия, в психологической литературе это явление, по всей видимости, вследствие его относительной «новизны» зачастую освещается несколько упрощенно и размыто, хотя ни одно из пониманий эмоционального выгорания, по мнению Ф.Е. Василюка, не противоречат друг другу [4]. Пожалуй, наиболее адекватное научное определение данного феномена было дано В.В. Бойко, который определяет эмоциональное выгорание как «выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций (понижения их энергетики) в ответ на избранные психотравмирующие воздействия» [3, с. 4].

Однако несмотря на то, что сегодня существует достаточно большое количество публикаций по данной проблеме, в подавляющем большинстве выполненных за рубежом (H.J. Freudenberg, C. Maslach, S.E. Jackson, M.P. Leiter, A. Pines, G.A. Roberts, T. Ronginska, W.B. Schaufell и др.), отечественными учеными «интегрированной, обобщенной, общепризнанной модели эмоционального выгорания, подкрепленной систематическими научными исследованиями... до сих пор не создано. Данные, которые являются основными при обсуждении синдрома эмоционального выгорания, не столько результат экспериментальных исследований, сколько подтверждение очевидной популярности и полезности понятия, а также результат наблюдений, накопленных практиками, работающими в организационной сфере» [10, с. 68]. Безусловно, говоря о роли психологических факторов в генезе профессиональной дезадаптации и эмоционального выгорания, прежде всего следует выделить влияние актуальных интрапсихических конфликтов личности, связанных с индивидуальными механизмами психологической защиты и копинг-поведения. Вероятно, именно эти механизмы определяют успешность личностно-средового взаимодействия и адаптации в профессиональной сфере.

Первоначальные представления о психологической защите, открытие и описание ее механизмов – в основном достижение представителей глубинной психологии (S. Freud, A. Freud, K. Horney, M. Klein, G.S. Sullivan, F. Alexander). Согласно классическим представлениям, психологическая защита является врожденной, запускается в экстремальных ситуациях и выполняет функцию снятия внутреннего напряжения, т.е. выступает как средство разрешения конфликта между сознанием и бессознательным [6]. Большинство современных исследователей признают реальное существование этого феномена, полагая, что он может плодотворно изучаться независимо от теоретических воззрений психоаналитиков (Ф.В. Бассин, В.А. Ташлыков, Б.Д. Карвасарский, В.И. Журбин, И.М. Никольская, Р.М. Грановская, В.А. Штроо и др.). Аналитические обзоры научных публикаций по исследуемой проблеме позволяют сделать вывод о том, что содержательная наполненность понятия «психологическая защита» варьирует от глубоких теоретических описаний до эмпирических исследований, от вдумчивого проникновения в психические процессы до нерелевантного прикладного использования. Оно применяется по отношению к континууму феноменов от интраличностной динамики до межличностных и даже межгрупповых отношений.

Вместе с тем многие авторы отмечают неоднозначность психологической защиты, содержащей в себе центральное противоречие между стремлением человека сохранить психическое равновесие и теми потерями, к которым ведет избыточное вторжение защит. Сегодня, констатирует А. Якубик, по-прежнему актуальным остается вопрос систематизации знаний о психологической защите личности, отсутствуют общепринятые определения, единые мнения по поводу количества механизмов психологической защиты, критериев их разделения и дифференцированности на нормальные и патологические, понимания роли в формировании расстройств личности и невротических симптомов [16].

Не претендуя на всестороннюю полноту и глубину формулировки, В.А. Штроо предлагает следующее определение: «Психологическая защита – система процессов и механизмов, направленных на сохранение однажды достигнутого (или на восстановление утраченного) позитивного состояния субъекта» [15, с. 58]. При этом агентом психологической защиты является некоторый субъект (независимо от уровня его рассмотрения – индивидуальный, межличностный, групповой), предметом – состояние субъекта, оцениваемое как позитивное, объектом – все, что угрожает нарушением или препятствует восстановлению этого состояния. Способ и тип средств защиты, избираемых в данном конкретном случае, составляют конкретный защитный механизм. Психологическая специфика обуславливается природой предмета защиты (субъективное состояние), а также средств как символических действий, производящих изменения не столько в реальном предметном, вещ-

ном мире, сколько в мире субъективных значений и смыслов.

Как категория, близкая к психологической защите, в научной литературе рассматривается понятие совладания (синоним «копинг-поведение»). Термин «копинг» является калькой с английского «coping» (от «to cope» – совладать, справляться, преодолевать). Он успешно существует на перекрестке всех выраженных тенденций современной психологической науки, что и объясняет его широкую востребованность. В многоуровневой системе психической адаптации преимущественно неосознаваемые механизмы психологической защиты тесно связаны с совладающим поведением, под которым понимаются стратегии действий, предпринимаемые сознательно и активно с целью преодоления стрессовых состояний, негативных переживаний и решения проблем, связанных с ними.

Успешность адаптации личности к стрессам определяется уровнем развития у нее копинг-поведения, которое регулируется посредством применения собственных поведенческих стратегий (копинг-стратегий) на основе имеющегося у нее личностного опыта и средовых копинг-ресурсов. Копинг-стратегии рассматриваются как актуальные ответы личности на воспринимаемую угрозу, как способ управления стрессором. Их развитию способствуют копинг-ресурсы, являющиеся относительно стабильными личностными и социальными характеристиками людей, обеспечивающие психологический фон для преодоления стресса [12]. Если в предыдущие несколько десятилетий интерес ученых был сосредоточен на стрессе как таковом, то в последние 10–15 лет исследовательское внимание фокусируется на том, как люди преодолевают стресс. Исходя из представлений об интрапсихических защитных механизмах было очень сложно аргументированно доказать, почему под воздействием стрессоров в одних и тех же условиях среды одни люди проявляют дезадаптивное поведение, а другие – нет. «Поиск ответов на этот вопрос, – пишет Н.А. Сирота, – привел к выводу о том, что в промежутке между стрессором и ответом организма, личности лежат определенные процессы, опосредованные опытом ответов на стрессовые ситуации» [13, с. 6].

Так появилось понятие «копинг» – преодоление стресса, совладание с ним, и стало ясно, что способность преодолевать стресс в большинстве случаев более важна, чем природа и величина стрессора, частота его воздействия. Соответственно, в психологической науке возникла проблема совладания личности с трудными ситуациями, которой в настоящее время в разных странах посвящено значительное количество эмпирических и теоретических исследований. Как зарубежные, так и отечественные психологи все чаще начинают работать над выявлением конструктивных, неконструктивных и самопоражающих стратегий в драматических жизненных условиях. По мнению Л.И. Анцыферовой, в современной исторической ситуации возникло много труд-

норазрешимых проблем, с которыми люди не сталкивались ранее, поэтому «...самым неотложным и актуальным является изучение того, каким образом человеку удастся справиться с жизненными трудностями, с неожиданными негативными событиями, к каким стратегиям прибегают люди, чтобы совладать с ними или предотвратить порождаемые ими эмоциональные нарушения» [2, с. 4].

В психологии был предпринят ряд попыток разграничить механизмы психологической защиты и копинг-поведение. Обычно в этих попытках механизмы защиты обозначаются как «неудачные», в лучшем случае основывающиеся на самообмане или искажении реальности, в худшем – ведущие к патологии; а копинг-поведение видится как «удачное», ведущее к совладанию со стрессовой ситуацией. Защитные механизмы представляют собой ригидные, автоматические, вынужденные и произвольные процессы, действующие нереалистично, без учета целостной ситуации и долговременной перспективы. Совладающее поведение рассматривается как целенаправленное, подчиненное внутренней реальности и логике субъекта, разнообразное и гибкое. Если в результате применения защиты субъект приходит к дезинтеграции поведения или неврозу, то в результате копинг-поведения происходит развитие и совершенствование личности. При сопоставлении копинг-поведения и механизмов психологической защиты Е.И. Чехлатый отмечает, что копинг-поведение неустойчиво, целесообразно, нацелено на действительность, оно способствует адекватному кратковременному возбуждению организма. Защитные психологические механизмы являются вынужденными, негативными, устойчивыми реалиями, зависимыми от интрапсихической действительности, они допускают скрытые влечения и способствуют выжидательному моменту, при котором тревога может быть преодолена без обязательного решения проблемы [14].

Вместе с тем многими авторами подчеркивается сложность разделения этих процессов на практике. В реальной действительности они имеют одинаковые цели, поскольку и психологическая защита, и копинг-поведение начинают действовать для преодоления субъективно трудных для личности ситуаций. Разграничение механизмов защиты и совладания представляет собой значительную методическую и теоретическую трудность, дискуссии по проблеме соотношения копинг-поведения и психологической защиты продолжаются и по настоящее время. Единство мнений по данному вопросу отсутствует, а точки зрения колеблются от признания только психологической защиты, подразделяемой на активную и пассивную, признания параллельного существования психологической защиты и копинг-механизмов до рассмотрения психологической защиты в качестве пассивного вида копинг-поведения.

В нашем исследовании понятия «механизмы совладания» (копинг-поведение) и «механизмы психологичес-

кой защиты» полагаются как дополняющие друг друга важнейшие формы адаптационных процессов и реагирования индивида на стрессовые ситуации. Определяя различие между механизмами совладания и механизмами психологической защиты, будем в дальнейшем опираться на подход, принятый многими отечественными и зарубежными исследователями, согласно которому первые используются индивидом сознательно и направлены на активное изменение ситуации, а вторые – неосознаваемы, пассивны и направлены на смягчение психического дискомфорта.

Для изучения особенностей структуры функционирования защитного и совладающего поведения в профессиональной педагогической деятельности нами было проведено эмпирическое исследование 350 педагогических работников (школьных учителей, педагогов-психологов, преподавателей высших и средних специальных учебных заведений, воспитателей детских дошкольных учреждений и др.). Выборка является репрезентативной; по половому составу представлена в соотношении 78,4% женщин и 21,6% мужчин; по национальному составу – 57,6% русских и 42,4% лиц других национальностей (буряты, эвенки, татары и др.); по месту работы – 67,6% городских и 32,4% сельских жителей. В исследовании применялась методика «Индекс жизненного стиля» – адаптированный в лаборатории клинической психологии Санкт-Петербургского НИПНИ им. В.М. Бехтерева вариант опросника «Life Style Index» (LSI), разработанного R. Plutchik & H. Kellerman в 1979 г., направленный на диагностику механизмов психологической защиты. Для изучения особенностей эмоционального выгорания как одного из видов психологической защиты использовался опросник MBI (авторами которого являются С. Maslach & S. Jackson) в отечественной адаптации Н.Е. Водопьяновой (СПбГУ). Стили совладающего поведения диагностировались с помощью методики «Индикатор копинг-стратегий» (CSI) J. Amirkhan (1990), также прошедшей адаптацию в Санкт-Петербургском НИПНИ им. В.М. Бехтерева.

Математико-статистическая обработка полученных показателей с помощью χ^2 -критерия Пирсона, проведенная с целью выявления достоверности различий между распределениями механизмов психологической защиты по восьми позициям (механизмы психологической защиты: «отрицание», «вытеснение», «регрессия», «компенсация», «проекция», «замещение», «интеллектуализация», «реактивные образования») в зависимости от степени выраженности показала, что χ^2 эмпирическое в выборке испытуемых значительно выше χ^2 критического для $p = 0,01$. Это позволило сделать вывод о достоверности различий в распределении механизмов психологической защиты в зависимости от степени выраженности, что свидетельствует о правомерности выделения доминирующих и слабовыраженных в структуре психологической защиты ее отдельных механизмов. Сопоставление эмпирического распределения механизмов

психологической защиты по восьми позициям в зависимости от степени выраженности с теоретическим (равномерным) позволило выявить механизмы психологической защиты, распределение которых достоверно или значимо отличается от равномерного, и на основе полученных данных определить доминирующие (занимающие в структуре психологической защиты первое место), значимые (располагающиеся на 1–3-й по степени выраженности позиции) и слабовыраженные (занимающие 1–2 последних позиции) механизмы защиты. Обнаружено, что в общей выборке педагогических работников в 24,4% случаев доминирует механизм «отрицания», а в 21,7% – «реактивные образования». При этом «отрицание» в большей степени свойственно респондентам бурятской и других национальностей, а «реактивное образование» – русским. На значимых позициях в структуре психологической защиты у педагогов располагается механизм «рационализации» («интеллектуализации»). В 63,4% случаев он выходит на 1–3-ю позиции. Наиболее не характерны для учителей, воспитателей, преподавателей и других категорий педагогических работников защитные механизмы «регрессия» и «замещение». В 51,9 и 59,3% случаев соответственно они располагаются на последнем и предпоследнем местах. При этом у русских специалистов на последних позициях чаще всего располагается «регрессия», а у бурят и лиц других национальностей – «замещение». У сельских жителей в структуре защиты доминирует «вытеснение», а у горожан – «реактивные образования». Также значимое место в структуре психологической защиты у данной категории испытуемых занимают механизмы «интеллектуализации» и «отрицания»; наименее характерными выступают «замещение» и «компенсация».

Сравнительный анализ степени напряженности психологической защиты у различных категорий педагогов (школьные учителя, преподаватели средних специальных и высших учебных заведений, воспитатели детских дошкольных учреждений, педагоги-психологи), взятых попарно, проводился по U-критерию Манна – Уитни. Во всех парах выборок, сравниваемых между собой, кроме последней (педагоги-психологи), были получены значения U-эмпирическое, превышающее значение U-критическое для $p = 0,05$, что говорит о недостоверности различий между выборками. Отсюда следует вывод, что степень напряженности защиты у школьных учителей, преподавателей средних специальных и высших учебных заведений, воспитателей детских дошкольных учреждений значимо отличается от напряженности защиты у школьных психологов, принимая более высокие значения у всех по сравнению с последними. Также нами был проведен расчет коэффициента корреляции для показателей «стаж профессиональной деятельности» и «степень напряженности защиты» по объединенной выборке. Полученные результаты репрезентируют наличие прямой тесной связи (коэффициент линейной корреляции равен 0,78), что в свою очередь свидетель-

ствует об определенной зависимости между данными показателями, а именно об увеличении степени напряженности психологической защиты в профессиональной деятельности во времени (с увеличением стажа профессиональной деятельности).

Сформированность и выраженность защитного механизма «эмоциональное выгорание» оценивались по трем субшкалам методики МБИ: «эмоциональное истощение», «деперсонализация», «редукция профессиональных обязанностей». Высокая степень эмоционального выгорания обнаружена практически у каждого третьего педагога (у 39% общей выборки). При этом частотные распределения для всех трех шкал свидетельствуют о преобладании «редукции профессиональных обязанностей» в общей выборке испытуемых (33 балла против 18 и 10 по шкалам «эмоциональное истощение» и «деперсонализация» соответственно). Статистически достоверных отличий между группами мужчин и женщин по шкалам «эмоциональное истощение» и «редукция профессиональных обязанностей» не обнаружено, вместе с тем по шкале «деперсонализация» женщины-педагоги имеют более высокие показатели, чем их коллеги-мужчины. Средние значения и стандартные отклонения результатов по суммарному показателю «эмоциональное выгорание», обработанные с помощью процедуры дисперсионного анализа ANOVA при разбиении на интервальные группы по длительности работы по педагогической специальности, не показали, что с увеличением стажа усиливаются проявления эмоционального выгорания. Среди интервальных групп сравнению подверглись две из них: с продолжительностью стажа до 10 лет и свыше 30 лет. Минимальное среднее значение суммарного показателя эмоционального выгорания в первой группе (до 10 лет) составляет 76,1 балла, максимальное во второй группе (свыше 30 лет) – 87,2 балла, однако статистическая гипотеза о равенстве средних значений в этих группах при $p = 0,05$ не может быть отвергнута. Гипотеза о том, что длительность профессиональной деятельности влияет на подверженность работника эмоциональному выгоранию, не подтвердилась.

Выявление структуры совладающего поведения у всех категорий испытуемых обнаружило отчетливое доминирование той или иной базисной копинг-стратегии, диагностируемой при помощи методики «Индикатор копинг-стратегий» («разрешение проблем», «поиск социальной поддержки», «избегание проблем»). Оценка индивидуальных копинг-стратегий проводилась по следующим показателям: а) определение степени выраженности стратегии (в баллах); б) определение удельного веса каждой из копинг-стратегий в структуре совладающего поведения (в %); в) определение индекса соотношения активных и пассивных стратегий. В общей выборке испытуемых наиболее выраженной является стратегия «разрешение проблем» (43% общей структуры базисных стратегий), также достаточно от-

четливо проявляется (33%) стратегия «поиск социальной поддержки». Соответственно, частота использования стратегии, направленной на избегание стрессовых ситуаций в профессиональной деятельности, получилась равной 24%. Таким образом, присущий педагогическим работникам стиль копинг-поведения может быть выражен следующей формулой: «высокая степень выраженности разрешения проблем – средняя степень выраженности поиска социальной поддержки – низкая степень выраженности избегания проблем». Индекс соотношения активных («разрешение проблем», «поиск социальной поддержки») и пассивных стратегий («избегание проблем») составил 3,17. Эти данные свидетельствуют о преобладании активных копинг-стратегий в структуре совладающего поведения у педагогов. Таким образом, результаты проведенного исследования обнаружили высокую степень напряженности механизмов психологической защиты у большинства рассмотренных нами категорий педагогических работников, что может кос-

венно свидетельствовать о наличии актуальных проблем и стрессовых ситуаций в профессиональной деятельности. Специфика педагогического труда способствует, а зачастую просто провоцирует формирование у него защитного поведения по типу эмоционального выгорания. Вместе с тем умение использовать активные копинг-стратегии в совладании со стрессовыми ситуациями может оказывать позитивное воздействие на профессиональное самочувствие работников образовательных учреждений. Серийный анализ по отдельным категориям испытуемых (школьные учителя, преподаватели средних специальных и высших учебных заведений, воспитатели детских дошкольных учреждений, педагоги-психологи, воспитатели детских домов), сравнение их с данными психодиагностического обследования студентов педагогических специальностей и контрольной группы, а также интерпретация полученных результатов составят содержание следующего этапа проводимого исследования.

Литература

1. Александровский Ю.А. Состояния психической дезадаптации и их компенсация. М., 1976.
2. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–17.
3. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб., 1999.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М., 1984.
5. Вассерман Л.И., Березин М.А. Факторы риска психической дезадаптации у педагогов массовых школ. СПб., 1997.
6. Вассерман Л.И., Ерышев О.Ф., Клубова Е.Б. и др. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. СПб., 1999.
7. Вилинский М.П. Скрининг в массовых профилактических осмотрах. М., 1987.
8. Гринберг Д. Управление стрессом. СПб., 2004.
9. Доценко Е.Л. Психология манипуляции: Феномены, механизмы и защиты. СПб., 2003.
10. Залевский Г.В., Галажинский Э.В., Умняшкина С.В. Синдром эмоционального выгорания как проблема самоактуализации личности (в сфере помогающих профессий) // Сибирский психологический журнал. 2001. № 14–15. С. 68–71.
11. Климов Е.А. Развивающийся человек в мире профессий. Обнинск, 1993.
12. Лапин И.П. Плацебо и терапия. СПб., 2000.
13. Сирота Н.А. Копинг-поведение в подростковом возрасте: Дис. ... д-ра мед. наук. Бишкек, 1994.
14. Чехлатый Е.И. Личностная и межличностная конфликтность и копинг-поведение у больных неврозами и их динамика под влиянием групповой психотерапии: Дис. ... канд. мед. наук. СПб., 1994.
15. Штроо В.А. Защитные механизмы: от личности к группе // Вопросы психологии. 1998. № 4. С. 54–61.
16. Якубик А. Истерия: Методология. Теория. Психопатология. М., 1982.

STRUCTURE OF DEFENSE AND COPING BEHAVIOR IN PROFESSIONAL ACTIVITY OF PEDAGOGICAL WORKERS
G.S. Korytova (Irkutsk)

Summary. The results of empirical research of defense and coping behavior mechanisms structure in professional activity of pedagogical workers are presented. Features of display of psychological defense mechanisms and coping-strategy at pedagogical workers are discussed. Emotional burnout as the psychological defense mechanisms satirized in conditions of excessive or chronic work-related stress, is considered.
Key words: work-related stress, psychological defense mechanisms, coping, coping-behavior, emotional burnout.