

даже такого интегративного, как производственное обучение. Это возможно при объединении педагогических усилий всего профессионально-педагогического персонала образовательного учреждения.

УДК 37.015.3
ББК Ю 940

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ОБУСЛОВЛЕННЫХ ДЕСТРУКЦИЙ ПЕДАГОГОВ

**Э. Э. Сыманюк,
Н. О. Садовникова**

Профессиональное развитие происходит неравномерно и гетерохронно. Противоречия профессионального развития порождают психологическую разбалансированность в структуре субъекта деятельности и в самой деятельности.

Это порождает состояние неустойчивости, неравновесности профессионального развития. Возникает состояние флуктуации (переход от равновесия к неравновесию, от упорядоченности структуры к ее неопределенности). Небольшие флуктуации, обусловленные недовольством собой, неудовлетворенностью профессиональной деятельностью, могут стать началом новой траектории развития. Сильные флуктуации способствуют образованию точек бифуркации. В точках бифуркации, то есть критических, пороговых точках, поведение системы становится неустойчивым и может эволюционировать к нескольким альтернативам [4]. В процессе профессионального развития личности в качестве критических точек правомерно выделение профессионально обусловленных кризисов, т. е. периодов кардинальной перестройки структуры сознания, профессиональной деятельности и личности. Переживание кризисов сопровождается неудовлетворенностью собой и своей профессиональной деятельностью, сознательным или бессознательным поиском путей преодоления психологического дискомфорта. Преодоление кризиса открывает перед человеком новые, вариативные траектории развития.

Кризису характерно нарушение психологического будущего, смысла и целостности жизни. Как любая система личность стремится к восстановлению равновесия, что приводит к смене состояний индивида. Вместе с тем, возможны различные варианты достижения целостности личности. Первый путь – формирование профессиональной направленности. В этом случае происходит интеграция личности в профессии. Личность согласовывает свои про-

фессиональные интересы, склонности, ценностные ориентации, мотивацию с требованиями профессиональной среды. Профессиональная интеграция предполагает гармоничное объединение и развитие профессионально обусловленной структуры личности.

Второй путь возникает в ситуациях, когда человек не может самостоятельно преодолеть кризис профессионального становления, при этом состояние психического напряжения продолжает нарастать. В этом случае можно выделить четыре стадии его протекания:

- первичный рост напряжения, стимулирующий привычные способы решения проблем;
- дальнейший рост напряжения в условиях, когда эти способы оказываются безрезультатными;
- еще большее увеличение напряжения, требующее мобилизации внешних и внутренних источников;
- если все оказывается тщетным, наступает четвертая стадия, характеризующаяся повышением тревоги и депрессии, чувствами беспомощности и безнадежности, дезорганизацией личности [5].

В работах А. Г. Амбрумовой, исследующей психологические кризисы, обосновываются связи определенной ситуационной реакции с типом личности. Автор указывает ряд личностных параметров, которые существенно влияют на формирование таких реакций: динамические и энергетические условия протекания эмоциональных процессов (уровень их лабильности или торпидности, стеничности или астеничности, а также степень интеллектуального контроля и характеристики коммуникативной сферы данной личности) [1].

У людей с ситуативной жизненной стратегией процесс переживания кризиса сопровождается установлением мрачной окраски мировоззрения, с переструктурированием системы ценностей. Восприятие окружающей действительности и своего внутреннего мира искажается, преобладают «черные» тона. Стойкое снижение уровня оптимизма, по мнению А. Г. Амбрумовой, преграждает путь к продуктивному планированию деятельности в будущем. Реальное планирование уступает место мрачным прогнозам с рассмотрением событий, условий и анализом динамики ситуации как бы со стороны. Динамика развития кризиса рассматривается при этом восприятии действительности как не допускающая активного вмешательства заинтересованного лица. Любые сильные эмоциональные нагрузки воспринимаются как удары судьбы, сопротивления которым не может быть оказано. Такая скованность собственной воли, «якобы наступающая неконтролируемость сменяющихся условий и событий, вызывают снижение самооценки, ощущение незначительности и маловажности собственных возможностей» [1, с. 109]. Это вызывает снижение конструктивных тенден-

ций в психике человека, разумное планирование деятельности теряет свою значимость и в конце концов в некоторых ситуациях исчезает вообще.

У людей с активной жизненной стратегией психика беспрепятственно включает имеющуюся у индивида систему личностной психологической защиты и на том или ином уровне совершенства корригирует поведение человека. Это способствует наилучшей адаптации личности к процессу переживания кризиса и приводит к снижению интенсивности отрицательной гаммы эмоций, к более оптимистичному восприятию действительности. С этой точки зрения кризис у людей с активной жизненной стратегией чаще разрешается конструктивно. Это свидетельствует о том, что психологические защиты нивелируют негативные стороны переживания кризиса, устраняя чувства тревоги и внутреннего дискомфорта, позволяют сохранить чувство собственного достоинства и самооценку.

На рисунке 1 показана схема действия психологических защит. Отсюда – защита есть зеркальное отражение возможного, но не реализованного личностью процесса мотивации или отражение неосуществленных, но в прошлом желаемых целей. Непродуктивность действия психологических защит связана с несовпадением целей и средств их достижения в поведении человека или нарушением меры в соотношении мотива и сил, затраченных на его реализацию, или поведением человека прямо противоположным целям.

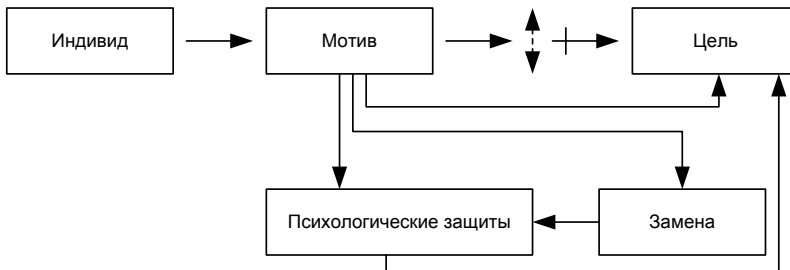


Рис. 1. Схема действия психологических защит личности

Рассмотрим типологи психологических защит:

- клиническая – с опорой на ведущую симптоматику тех или иных нервно-психических расстройств (используется в психиатрии и психотерапии);
- онтогенетическая – по срокам формирования отдельных защит (при этом выделяются примитивные и высшие психологические защиты);
- эволюционно-эмоциональная – по принципу контроля за отдельными базисными эмоциями, имеющими эволюционно-приспособительный характер.

Наиболее ценным, на наш взгляд, является подход к классификации психологических защит, основанный на представлении о связях конкретных

эмоций и специфических эго – защитных механизмов, – который был предложен американскими психологами Р. Плутчиком и Х. Конте. Они рассматривают психологическую защиту как особый механизм, действующий по принципу отрицательной обратной связи. Включение этого механизма способствует ослаблению излишне интенсивной эмоциональной реакции для сохранения своего «Я-образа» и поддержания социально-адекватных отношений.

В концепции рассматриваются восемь основных эмоций, присущих всем людям, и соответствующие им восемь вариантов психологической защиты: удивление – регрессия, гнев – замещение, принятие – отрицание, страх – вытеснение, отвращение – проекция, уныние, тоска – компенсация, радость – гиперкомпенсация, чувство предвосхищения – рационализация.

Как примитивные, так и высшие психологические защиты регулируют переживание, экспрессию и поведение на базе эмоций и, следовательно, лежат в основе формирования определенных черт личности (табл. 1).

Таблица 1

Черты личности, формируемые психологическими защитами

Вид защиты	Базовая эмоция	Черта личности
Регрессия	Удивление	Наивность и непоследовательность
Замещение	Гнев	Агрессивность
Отрицание	Принятие	Социальность и доверчивость
Вытеснение	Страх	Неуверенность
Проекция	Отвращение	Подозрительность
Компенсация	Уныние и тоска	Депрессивность
Гиперкомпенсация	Радость	Общительность
Рационализация	Чувство предвосхищения	Рациональность и любознательность

При этом стоит отметить, что психологическая защита лишь до некоторого момента выступает как своего рода барьер. Превышение «порога» способствует тому, что психологическая защита перестает выполнять положительную функцию и ее действие приобретает деструктивный характер.

Одинаковое поведение в определенных социальных ситуациях с интенсивным использованием одной и той же психологической защиты приводит к искажению характера субъекта и формированию устойчивых черт личности. Последние, в свою очередь, включаясь в профессиональную деятельность, развиваются и, следовательно, деформируют структуру субъекта деятельности.

Функции психологических защит, с одной стороны, можно рассматривать как позитивные, поскольку они предохраняют личность от негативных пережи-

ваний, восприятия психотравмирующей информации, устраняют тревогу и помогают сохранить в ситуации конфликта самоуважение. С другой стороны, они могут оцениваться и как негативные. Действие защит обычно непродолжительно и длится до тех пор, пока нужна «передышка» для новой активности. Однако, если состояние эмоционального благополучия фиксируется на длительный период и по сути заменяет активность, то психологический комфорт достигается ценой искажения восприятия реальности, или самообманом.

По мере нарастания отрицательной информации, критических замечаний, неудач, неизбежных при нарушении процесса профессионализации, психологическая защита временно позволявшая личности иллюзорно-положительно воспринимать объективное неблагополучие, становится все менее эффективной. В случае неэффективности ее действия либо недостаточной сформированности при возникновении угрозы невротического срыва индивид инстинктивно ищет выход и нередко находит его во внешней среде. Да и проблема, вызвавшая неприятности, все равно остается нерешенной (неудовлетворенная потребность, неисправленный личностный недостаток и др.) и приводит рано или поздно к другим защитам, что мешает личности измениться, соответствовать новым условиям жизни.

Психологическая защита, искажая реальность с целью сиюминутного обеспечения эмоционального благополучия, действует без учета долговременной перспективы. Ее цель достигается через дезинтеграцию поведения, нередко связанную с возникновением деформаций и отклонений в развитии личности.

Таким образом, длительное использование психологических защит порождает **профессиональные деформации** – профессионально нежелательные качества, изменяющие профессиональное поведение личности и негативно влияющие на продуктивность деятельности.

Э. Ф. Зеер рассмотрел основные профессиональные деформации педагогов и определил виды психологических защит, участвующих в их формировании [3].

1. **Авторитарность** проявляется в жесткой централизации учебно-воспитательного процесса, единоличном осуществлении управленческих функций, использовании преимущественно распоряжений, рекомендаций, указаний. Авторитарные педагоги тяготеют к различным наказаниям учащихся, отказываются от сотрудничества с ними. Авторитарность обнаруживается в снижении рефлексии – самоанализа и самоконтроля педагога.

2. **Демонстративность** – качество личности, проявляющееся в эмоционально окрашенном поведении, желании нравиться, стремлении быть на виду, проявить себя. Эта тенденция реализуется в оригинальном поведении, демонстрации своего превосходства, нарочитых преувеличениях, расцвечивании

своих переживаний, в позах, поступках, рассчитанных на внешний эффект. Эмоции ярки, выразительны в проявлениях, но неустойчивы и неглубоки. Известная демонстративность педагогу профессионально необходима. Однако когда она начинает определять стиль поведения, то снижает качество педагогической деятельности, становясь средством самоутверждения.

3. **Педагогический догматизм** возникает вследствие частого повтора одних и тех же ситуаций, типовых профессионально-педагогических задач. У педагога исподволь формируется склонность к упрощению проблем, применению уже известных приемов без учета всей сложности педагогической ситуации. Профессиональный догматизм проявляется также в игнорировании психолого-педагогических теорий, пренебрежительном отношении к науке, инновациям, в самоуверенности и завышенной самооценке. Догматизм развивается с ростом стажа работы в одной и той же должности, снижением уровня общего интеллекта, а также обуславливается особенностями характера.

4. **Доминантность** обусловлена выполнением педагогами властных функций. Ему даны большие права: требовать, наказывать, оценивать, контролировать. Развитие этой деформации определяется также индивидуально-типологическими особенностями личности. В большей мере доминантность проявляется у холериков и флегматиков. Она может развиваться на основе акцентуации характера. Но в любом случае работа педагога создает благоприятные условия для удовлетворения потребности во власти, в подавлении других и самоутверждении за счет учащихся.

5. **Педагогическая индифферентность** характеризуется эмоциональной сухостью, игнорированием индивидуальных особенностей учащихся. Педагогическое взаимодействие с ними строится без учета их личностных особенностей, исходя из типологического подхода: «двоечник», «хулиган», «активист», «лентяй» и т. д. Индифферентность развивается с годами как следствие эмоциональной усталости и отрицательного индивидуального опыта взаимодействия с учащимися.

6. **Консерватизм** проявляется в предубеждении против нововведений, приверженности устоявшимся технологиям. Развитию консерватизма способствует то обстоятельство, что педагог регулярно репродуцирует один и тот же учебный материал, применяет определенные формы и методы обучения и воспитания. Стереотипные приемы воздействия постепенно превращаются в штампы, экономят интеллектуальные силы педагога, не вызывают дополнительных эмоциональных переживаний. По мере профессионализации эти штампы в педагогической работе становятся тормозом развития деятельности и личности педагога.

7. **Педагогическая агрессия** проявляется во враждебном отношении к нерадивым и неуспевающим ученикам, в приверженности к «карательным» воздействиям, в требовании безоговорочного подчинения.

8. **Роловой экспансионизм** проявляется в тотальной погруженности в профессию, фиксации на собственных проблемах и трудностях, в неспособности и нежелании понять другого человека, в преобладании обвинительных и назидательных высказываний, безапелляционных суждений. Эта деформация обнаруживается в жестком ролевом поведении за пределами образовательного учреждения, в преувеличении собственной роли и значения.

9. **Социальное лицемерие** педагога обусловлено необходимостью оправдывать высокие нравственные ожидания учащихся и взрослых, пропагандировать моральные принципы и нормы поведения. Социальная желательность с годами превращается в привычку морализирования, неискренность чувств и отношений.

10. **Поведенческий трансфер** (проявление синдрома ролевого трансфера) характеризует формирование черт ролевого поведения и качеств, присущих учащимся. Поговорка «с кем поведешься – от того и наберешься» справедлива в отношении педагогов.

11. **Дидактичность** – это проявление педагогических издержек объяснительно-иллюстративных методов обучения. Она выражается в стремлении учителя все объяснить самому, а в воспитательной работе – в нравоучении и назидании. Дидактичность педагога проявляется также за пределами учебного заведения: в семье, неформальном общении, часто приобретает характер профессионального занудства.

Обобщенные характеристики профессиональных деформаций приведены в табл. 2.

Таким образом, психологические защиты имеют полимодальное значение: некоторые виды психологических защит способствуют преодолению профессионально обусловленных деформаций, другие участвуют в их формировании, усугубляя рассогласование профессионально обусловленных структур личности, способствуя профессиональной дезинтеграции личности.

Целью опытно-поискового исследования являлось определение выраженности психологических защит, способствующих формированию профессионально обусловленных деформаций педагогов. В качестве методики исследования нами применялся опросник Плутчика – Келлермана – Конте (*Life Style Index*).

В исследовании приняло участие 66 педагогов общеобразовательных учреждений Свердловской области. Средний возраст испытуемых 36 лет, педагогический стаж 14,8 лет.

Таблица 2

Профессиональные деформации педагогов

Профессиональная деформация	Психологические детерминанты профессиональной деформации	Проявление деформации в профессиональной деятельности
Авторитарность	Психологическая защита: проекция	Преимущественное использование распоряжений, указаний, наказаний
Демонстративность	Психологическая защита: идентификация	Чрезмерная эмоциональность, самопрезентация
Педагогический догматизм	Стереотипы мышления. Психологическая защита: проекция	Стремление к упрощению педагогических задач и ситуаций, игнорирование психолого-педагогических знаний
Доминантность	Неконгруэнтность эмпатии	Превышение властных функций, склонность к распоряжениям, приказам
Педагогическая индифферентность	Психологическая защита: отчуждение. Синдром «эмоционального сгорания»	Проявление равнодушия, эмоциональной сухости и жесткости
Консерватизм	Психологическая защита: рационализация	Приверженность устоявшимся технологиям обучения
Педагогическая агрессия	Психологическая защита: проекция	Пристрастное отношение к неуспевающим, гигиенически запущенным и внешне непривлекательным учащимся
Роловой экспансионизм	Стереотипы поведения. Тотальная погруженность в педагогическую деятельность	Фиксация на собственных личностных и профессиональных проблемах и трудностях. Преувеличение значения своей роли
Социальное лицемерие	Психологическая защита: рационализация. Стереотипизация морального поведения	Склонность к морализированию. Вера в свою нравственную непогрешимость
Поведенческий трансфер	Психологическая защита: проекция. Идентификация	Эмоциональные реакции и поведение, свойственные учащимся
Дидактичность	Стереотипы мышления. Речевые шаблоны	Стремление все назидательно объяснить, используя шаблонные способы передачи знаний и опыта

Исследование показало, что наиболее реализуемыми в педагогической деятельности видами психологических защит являются проекция (0,612), рационализация (0,606), компенсация (0,576), отрицание (0,569) и гиперкомпенсация (0,528) (рис. 2)

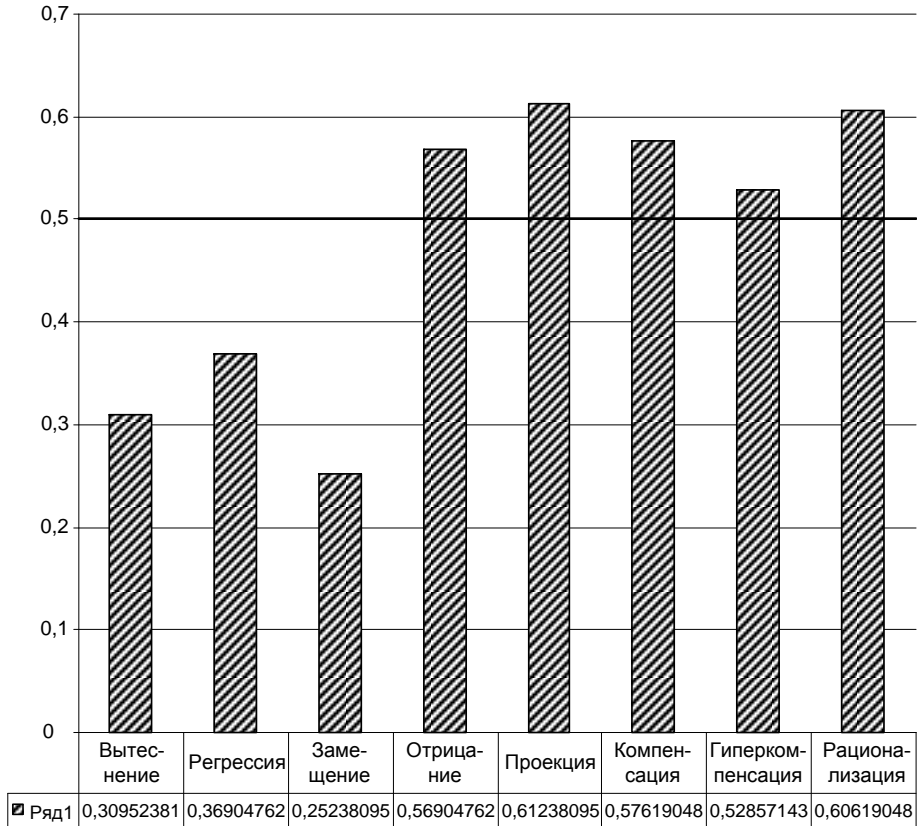


Рис. 2. Уровень выраженности психологических защит

Рассмотрим полученные результаты исследования более подробно.

Проекция проявляется в бессознательном отвержении собственных неприемлемых чувств, желаний, стремлений и перенос их на другое лицо. По мнению Р. М. Грановской, может проявляться в перекалывании ответственности за то, что происходит внутри «Я», на окружающий мир [4]. Обычно для проекции выбирается подходящий объект, которым в педагогической деятельности, как правило, становится учащийся. Именно ему учитель приписывает негативные качества, поступки. Проекция – это форма защиты «Я», приписывающая, для ослабления чувства вины, собственные пороки и слабости дру-

гим. Смещение границ дает возможность относиться к внутренним проблемам так, как если бы они происходили снаружи, и, соответственно, применять к ним (обычно лучше развитые) способы решения «внешних» проблем. Формированию данного вида психологической защиты способствует низкая самооценка. Обладая положительной самооценкой, человек уверен в себе и не нуждается в демонстрации своих особых достоинств. У него нет желания постоянно самоутверждаться. При низкой самооценке человек хронически недоволен собой, и это запускает механизм проекции, тем самым способствуя формированию установки на отрицательное восприятие других людей.

В педагогической деятельности проекция способствует развитию агрессивности, авторитаризму, догматизму и поведенческому трансферу.

Следующим видом психологической защиты, реализуемым педагогами общеобразовательных школ, является **рационализация**. Рационализация связана с осознанием и использованием в мышлении только той части воспринимаемой информации, в соответствии с которой собственное поведение выглядит как хорошо контролируемое и не противоречащее объективным обстоятельствам. При этом неприемлемая часть удаляется из сознания, особым образом преобразовывается и после этого осознается уже в измененном виде. Этот вид защиты использует убедительные доводы для оправдания своих лично или социально неприемлемых качеств, желаний и действий.

Рационализация может противоречить фактам и законам логики, но может быть вполне разумной и логичной. В этом случае ее иррациональность заключается только в том, что объявленный мотив не является подлинным, а лишь подкрепляет эмоциональные предубеждения, существующие у человека. «Я профессионально некомпетентен, потому что плохо себя чувствую». Рационализация – это всегда индальгирование, т. е. оправдательное отношение к своему поведению и своим принципам, поиск ложных оснований. Она превращает нужду в добродетель. Именно рационализация способствует формированию социального лицемерия педагогов. Учитель любые свои поступки трактует как социально значимые, правильные, имеющие воспитательный эффект даже в самых крайних формах профессионального поведения. Развивается вера в собственную непогрешимость и добродетель. Длительное использование рационализации приводит к возникновению социального лицемерия и консерватизму.

Стремление избежать новой информации, несовместимой со сложившимися представлениями, характерно для такого вида психологической защиты, как **отрицание**. Оно проявляется в игнорировании потенциально тревожной информации, уклонении от нее. Человек перестает воспринимать те события, которые чреватые для него неприятностями, могут травмировать. Отрицание

приводит к тому, что человек старается о чем-то не думать. Старается избегать ситуаций, грозящих ему неудачей и поражением. Столкнувшись с трудностями, человек в этом случае активизирует фильтр отрицания, пытаясь сохранить свой внутренний мир от деформации и разрушения. При этом у педагогов активно формируется педагогическая индифферентность и доминантность.

В отличие от других видов психологических защит, отрицание осуществляет селекцию сведений, а не их трансформацию из неприемлемых в приемлемые. Использование отрицания также способствует развитию выученной беспомощности, которая проявляется в привычке жить, не оказывая сопротивления, не принимая ответственности на себя. Она возникает в результате частого отсутствия настоящей связи между действиями по отношению к работе и результатом этих действий в окружающей среде. Симптомами выученной беспомощности являются пассивность, грусть, тревога, враждебность, когнитивные дефициты, пониженный аппетит, снижение иммунитета, снижение самооценки, изменения нейрохимических процессов.

В меньшей степени педагоги используют компенсацию и гиперкомпенсацию. **Компенсация** и ее разновидность **гиперкомпенсация** являются онтогенетически наиболее поздними и сложными защитными механизмами, которые развиваются и используются, как правило, сознательно и характеризуют социально зрелую личность. Именно компенсация является одной из самых зрелых и эффективных форм овладения тяжелой ситуацией и возможным способом саморазвития.

Компенсация предполагает попытку представления или нахождения замены этой неполноценности. При этом компенсация, затрагивая процессы эмоциональной и когнитивной самооценки, частично проявляется на уровне сознания и, следовательно, это допускает возможность осознанной рефлексии активности этой защиты. Это, в свою очередь, может быть использовано в процессе коррекционной работы.

По мнению Р. Плутчика компенсация направлена на снижение чувства печали, тоски, уныния, возникающих в ситуации реальных и мнимых утрат и неудач. В норме компенсация проявляется в установке на серьезную и методическую работу над собой, нахождении и исправлении своих недостатков, в стремлении достичь высоких результатов деятельности. Позитивным результатом компенсаторной работы личности являются крупные достижения в интеллектуальной, социальной, политической и иных сферах. Однако это возможно в том случае, если у личности выражена мотивация саморазвития и самореализации.

Активное использование компенсации связано с определенными чертами личности, в частности, депрессивностью, выраженными негативными эмоцио-

нальными состояниями и настроениями. Чаще всего компенсация и компенсаторные формы поведения проявляются в профессиональной жизни и способствуют преодолению негативных последствий профессиональных кризисов.

Как видно из анализа проведенного исследования психологических защит у педагогов общеобразовательных школ Свердловской области, наиболее выраженными являются проекция, рационализация и отрицание. Длительное их использование в педагогической деятельности приводит к формированию профессионально обусловленных деформаций.

Необходима коррекция этих видов психологических защит. Цель коррекционной работы заключается в развитии самосознания и самооценности личности. Защитные механизмы обычно складываются у человека, «неуверенно себя чувствующего в жизни». Самодостаточная личность наиболее успешно освобождается от психологических защит и менее «чувствительна» к их возникновению. Важнейший путь освобождения от действия защитных механизмов – целостное развитие личности, ее самосознания, а также формирование адекватной возможностям жизненной перспективы.

Литература

1. Амбрумова А. Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика // Психол. журнал, Том 6. 1985. № 6. С. 107–115.
2. Анцыферова Л. И. К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности. М., 1981. С. 3–19.
3. Грановская Р. М., Крижанская Ю. С. Творчество и преодоление стереотипов. СПб, 1994.
4. Зеер Э. Ф. Психология профессий. М., 2003.
5. Пригожин И., Стенгерс И. Время. Хаос. Квант. М., 1994. 70 с.
6. Caplan G. Emotional crisis. -In: The encyclopedia of mental health. N. Y., 1963, vol. 2., p. 521–532.