

Таким образом, у большинства педагогов наблюдается высокий уровень синдрома эмоционального выгорания. Можно говорить о том, что профессиональная деятельность педагога способствует исключению эмоций и нарастанию эмоционального выгорания.

Второе предположение подтвердилось частично. Обнаружена взаимосвязь показателя стажа педагогической деятельности и следующих профессиональных деформаций: демонстративности ( $r=0,45$ ;  $p\leq 0,05$ ), догматизма ( $r=0,45$ ;  $p\leq 0,05$ ), ролевого экспансионизма ( $r=0,48$ ;  $p\leq 0,05$ ). Это говорит о том, что педагогическая деятельность влияет на личность педагога и тем самым изменяет его. В частности, способствует развитию его самоуверенности, преувеличению собственной роли и значения, игнорированию инноваций, а также нежеланию понять окружающих, фиксации лишь на собственных проблемах.

Полученные результаты показывают необходимость разработки программ работы с профессиональными деформациями, программ по оптимизации профессиональной деятельности педагогов для создания условий в достижении профессионализма.

Настоящая работа является предпосылкой для уточнения результатов. Планируется проведение дальнейших исследований.

*Зинурова К.В., Лопес Е.Г.*

г. Екатеринбург, Российский государственный профессионально-педагогический университет

## **Стратегии и модели преодолевающего поведения**

Преодолевающее поведение – это способы поведения человека в различных психологически значимых ситуациях.

Преодоление рассматривается как стабилизирующий фактор, который может помочь людям поддерживать психосоциальную адаптацию в течение определенного периода. Под этими периодами можно рассматривать и кризисы профессионального становления личности. Э.Ф. Зеер выделил 8 кризисов профессионального развития: кризис учебно-профессиональной ориентации, кризис профессионального выбора, кризис

профессиональных экспектаций, кризис профессионального роста, кризис профессиональной карьеры и др. Психологическое предназначение преодолевающего поведения профессиональных кризисов состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к кризисам путем овладения, ослабления или смягчения определенных стратегий поведения. А также это способствует повышению стрессоустойчивости.

В настоящее время в психологии активно изучается поведение преодоления, или так называемый coping. Coping стратегия нашла свое широкое применение в профессиональном консультировании. Высокий интерес к поведению преодоления связан с потребностью на рынке труда профессионалов, которые обладают ассертивными моделями поведения, это связано с мобильностью и изменчивостью рыночных условий.

Проблемой преодоления занималась С. К. Нартова-Бочавер, в своих работах она указывает, что преодоление охватывает широкий спектр человеческой активности, включая, в общем, все виды взаимодействия субъекта с внутренними и внешними задачами, при этом большое значение имеют дополнительные условия.

В зарубежной и отечественной психологии можно выделить три подхода к проблеме преодоления. Первый подход рассматривает преодоление с точки зрения динамики эго как способы психологической защиты, ослабляющие психическое напряжение. Второй подход рассматривает преодоление в терминах черт личности – как постоянную предрасположенность отвечать на стрессовые события определенным образом. В третьем, наиболее распространенном подходе преодоление понимается как динамический процесс, специфика которого определяется не только ситуацией, но и степенью активности личности, направленной на решение возникших проблем при столкновении ее со стрессовым событием.

С. Хобфолл (1994) предложил многоосевую модель «поведения преодоления» и опросник SAKS, который был построенный на ее основе. В своем подходе преодолевающее поведение Хобфолл рассматривает как стратегии поведения, а не как отдельные типы поведения.

Для оценки стратегий и моделей преодолевающего поведения мы использовали опросник SAKS С. Хобфолла. Опросник содержит 9 моделей преодолевающего поведения: ассертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки, осторожные действия, им-

пульсивные действия, избегание, манипулятивные (непрямые) действия, асоциальные действия, агрессивные действия.

Нам показалось более интересным преодолевающее поведение подростков, которые обучаются в профессиональном лицее ремесленников, они непосредственно участвуют в учебно-профессиональной деятельности, поэтому уже на этапе профессионального обучения важно знать какие стратегии преодолевающего поведения выбирают учащиеся, это во многом определяет их успешность в будущей профессии.

По результатам исследований полученных данных было выявлено, что учащиеся выбирают стратегии и модели преодолевающего поведения, следующим образом:

1. стратегия преодоления – активная (модель поведения – ассертивные действия) 16%;
2. стратегия преодоления – просоциальная (модель поведения – вступление в социальный контакт) 9%
3. стратегия преодоления – просоциальная (модель поведения – поиск социальной поддержки) 3,6%;
4. стратегия преодоления – пассивная (модель поведения – осторожные действия) 9%;
5. стратегия преодоления – прямая (модель поведения – импульсивные действия) 10,7%;
6. стратегия преодоления – пассивная (модель поведения – избегание) 16%;
7. стратегия преодоления – непрямая (модель поведения – манипулятивные действия) 5,4%;
8. стратегия преодоления – асоциальная (модель поведения – асоциальные действия) 14,3%;
9. стратегия преодоления – асоциальная (модель поведения – агрессивные действия) 16%.

Таким образом, можно определить следующую последовательность: самое меньшее количество выборов получила модель поведения – поиск социальной поддержки, это может говорить о том, что учащиеся не ищут опоры от окружающих (либо её нет), опираются лишь на свои силы и знания. Каждый обучающийся в определенной психологически значимой ситуации выбирает ту стратегию преодолевающего поведения, которая является на его взгляд актуальной. Равное количество выборов по трем страте-

гиям (активная, пассивная и асоциальная) говорит о том, что учащиеся выбирают несколько стратегий преодолевающего поведения, которые являются полностью противоположными. Использование сочетания таких стратегий, скорее всего обусловлено возрастными и социальными изменениями, которые происходят в данный возрастной период.

№	Стратегии преодоления	Модель поведения (действия)	Процентное соотношение выборов (%)
1	Активная	Ассертивные действия	16
2	Просоциальная	Вступление в социальный контакт	9
3	Просоциальная	Поиск социальной поддержки	3,6
4	Пассивная	Осторожные действия	9
5	Прямая	Импульсивные действия	10,7
6	Пассивная	Избегание	16
7	Непрямая	Манипулятивные действия	5,4
8	Асоциальная	Асоциальные действия	14,3
9	Асоциальная	Агрессивные действия	16

*Иванова Н., Лонес Е.Г.*

г. Екатеринбург, Российский государственный профессионально-педагогический университет

## **Исследование стрессоустойчивости у работников противопожарной службы**

Стрессоустойчивость – адекватная реакция человека на нестандартную ситуацию. Большинству людей сегодня приходится работать в напряженном виде. Шум, суета, ненормированный рабочий день, постоянное общение – все это влияет на работоспособность. Стресс не должен выбивать из колеи, в противном случае вы просто не сможете выполнять свои обязанности. Существенный вклад в изучение данной проблемы внесли