

Интернет-журнал «Мир науки» ISSN 2309-4265 <http://mir-nauki.com/>

2016, Том 4, номер 2 (март - апрель) <http://mir-nauki.com/vol4-2.html>

URL статьи: <http://mir-nauki.com/PDF/43PSMN216.pdf>

Статья опубликована 12.05.2016

Ссылка для цитирования этой статьи:

Кухтерина Г.В., Федина Л.В. Стратегии защитно-совладающего поведения педагогов в зависимости от стажа профессиональной деятельности // Интернет-журнал «Мир науки» 2016, Том 4, номер 2 <http://mir-nauki.com/PDF/43PSMN216.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

УДК 159.9

Кухтерина Галина Владимировна

ФГБОУ ВО «Тюменский государственный университет», Россия, Тюмень

Доцент кафедры «Психологии и педагогики детства»

Кандидат психологических наук

E-mail: kuchterina@yandex.ru

Федина Людмила Викторовна

ФГБОУ ВО «Тюменский государственный университет», Россия, Тюмень

Доцент кафедры «Психологии и педагогики детства»

Кандидат педагогических наук

E-mail: llca@yandex.ru

Стратегии защитно-совладающего поведения педагогов в зависимости от стажа профессиональной деятельности

Аннотация. Педагогическая деятельность сопровождается большим количеством стрессов, конфликтов и противоречий. Необходимо изучение факторов, влияющих на способность педагога справляться со сложными ситуациями, комплексов поведения и реагирования. Опыт профессионального развития можно рассматривать как фактор, определяющий выбор педагогом способа реагирования. Изучение стратегий защитно-совладающего поведения включало определение как осознаваемых механизмов (копинг-стратегии), так и неосознанных (психологические защиты). В исследовании приняли участие 33 учителя с опытом работы более 3 лет и 18 педагогов со стажем до 3 лет. Анализ, проведенный с помощью t-критерия Стьюдента, показал, что молодые педагоги чаще прибегают к таким механизмам защиты как вытеснение, регрессия, проекция и вымещение. Изучение выбора копинг-стратегий у педагогов, показало, что молодые педагоги чаще прибегают к таким моделям совладающего поведения как избегание, асоциальные и агрессивные действия. Определение различий в уровне выраженности копингов поведения у представителей двух групп позволили получить статистически значимые данные по двум видам совладающего поведения: планирование решения проблемы и самоконтроль. Установлено, что учителя, имеющие опыт работы менее трех лет прибегают больше к незрелым защитам и неконструктивным копингам, в отличие от их коллег с более продолжительным стажем.

Ключевые слова: защитно-совладающее поведение; копинг-стратегии; психологическая защита; педагогическая деятельность; профессиональный опыт; профессиональное развитие; психологическое здоровье; личность учителя; интрапсихическое равновесие; саморегуляция

Актуальность. Основная цель профессиональной педагогической деятельности заключается в том, чтобы помочь ученику стать образованным культурным, развитым человеком, целостной личностью, обращенной в будущее и желающей изменять это будущее в конструктивном направлении. Условием достижения поставленной цели является личность самого учителя, его здоровье, уровень профессионализма, стремление к развитию и самосовершенствованию.

Современные психолого-педагогические исследования отмечают значительное ухудшение показателей психологического и физического здоровья педагогов, что объясняется рядом объективных изменений и требований современной жизни, а также наличием целого ряда субъективных факторов (Н. Reicher, М. Jauk [15], СН. Belz [14], А.В. Антоновский [2], А.И. Анисимов, Н.Н. Киреева [1], Н.А. Голиков [6]). Эмоциональная насыщенность профессиональной деятельности педагога требует от него наличия больших резервов самообладания, навыков саморегуляции, выбора гибких способов совладания в необходимой ситуации. Поддержание интрапсихического равновесия происходит за счет выстраивания педагогом необходимой защиты от внешней и внутренней опасности.

Защита от внутренних переживаний, стрессовых состояний, фрустрации, эмоционального напряжения происходит путем задействования автоматически используемых защитных реакций. Внешние обстоятельства, сложные ситуации требуют от педагога осознанно применяемых стратегий совладания, то есть копинг-стратегий [8]. Основным отличием защитных механизмов от копинг-стратегий является неосознанное включение первых и сознательное использование вторых.

Изучение защитно-совладающего поведения педагогов является актуальным направлением современных научных исследований. Внимание ученых данная проблема привлекает в различных аспектах. Рассматривая защитно-совладающее поведение как комплексную характеристику, А.В. Антоновский доказал влияние выбора копинг-стратегий на характер профессионального здоровья педагогов общеобразовательных школ [2].

С другой стороны защитно-совладающее поведение в работе учителя рассматривается в контексте использования им механизмов психологических защит в ситуации внутреннего напряжения и эмоционального дискомфорта, выбор которых происходит неосознанно. В своем исследовании А.И. Анисимов и Н.Н. Киреева анализируя социальное здоровье учителя в зависимости от напряженности выбранных им психологических защит, установили, что «у учителей с низким уровнем социального здоровья значительно чаще включаются различные виды психологических защит по сравнению с учителями, имеющими высокий уровень социального здоровья» [1, С. 108].

Большое внимание исследователи уделяют выбору копинг-стратегий учителями в зависимости от стажа профессиональной деятельности. Так, результаты проведенных исследований, позволили Т.В. Артемьевой прийти к следующему выводу, что учителя со стажем педагогической деятельности от 2 до 13 лет «стрессовую ситуацию воспринимают как угрозу их некомпетентности. Редко используют юмор в качестве копинг – стратегии, способной приостановить возникшее напряжение в стрессовой ситуации. Опытные педагоги, применяя такие стратегии поведения, как положительная переоценка и самоконтроль, активно используют юмор в разных напряженных ситуациях профессиональной деятельности» [3, С. 82].

Проведенное исследование смысловых базовых установок студентов по отношению к будущей профессии, показало, что «при достаточно сбалансированном представлении о себе как субъекте деятельности (реалистичный уровень самоуважения, выраженность внутреннего и познавательного мотивов, стремление к состоятельности и смене деятельности) у студентов

педагогов-психологов практически отсутствует стремление к росту, преодолению, развитию в профессии» [11, С. 27].

Изучение копинг-стратегии у педагогов с разным типом субъектной регуляции позволило Д.Б. Озерову установить, что в период профессионального развития с 5 до 15 лет уровень преобладания «принятия ответственности» снижается, однако при стаже работы выше 15 лет педагоги меньше склонны положительно переоценивать ситуацию и решать ее планомерно, в большей степени они начинают осознавать степень собственной ответственности [9, С. 84-85].

Подобную тенденцию удалось проследить и А.Ю. Цепкову. Изучение динамики стратегий преодоления по мере увеличения стажа работы: к 15 годам деятельности учитель формирует 3-4 основных способа поведения в конфликте, причем эти стратегии носят конструктивный характер направленности на ситуацию [12].

Зависимость выбора копинг-стратегий от стажа и опыта педагогической деятельности изучаются также в работах J.Ch. Beers, где ученый, обобщая результаты исследований, приходит к выводу, что с опытом учителя более ориентированы на практическое применение опыта саморегуляции и применения эффективных копинг-стратегий. По сравнению с ними молодые педагоги говорят об этом больше, но используют в практике конструктивное совладание меньше [13].

Однако, в изучении различных аспектов совладающего поведения, ученые выделяют либо сознательные модели (копинг-стратегии), либо неосознанные реакции (механизмы психологической защиты). Нам представляется необходимым изучение защитно-совладающего поведения как целостной характеристики, которая сочетает в себе сознательно-неосознанные модели поведения, выбираемые педагогом в сложной профессиональной и личностной ситуации. Более того, мы считаем такой подход наиболее точным в описании моделей поведения учителя, позволяющим определить резервы личности в профессиональном становлении.

Целью исследования стало выявление стратегий защитно-совладающего поведения педагогов в процессе выполнения профессиональной деятельности в зависимости от стажа.

Гипотеза исследования: опыт профессиональной деятельности педагогов способствует тому, что в сложных, стрессовых ситуациях, с которыми приходится сталкиваться в процессе работы, позволяет реже использовать механизмы психологической защиты и прибегать к конструктивным, эффективным стратегиям совладающего поведения.

Фактологическая база исследования: МОУ СОШ №6, №7 г. Тюмень, МОУ СОШ №1 г. Нягань, педагогический колледж №1 г. Тюмень.

В исследовании приняли участие всего 51 педагог, в возрасте от 20 до 48 лет, все женского пола. Было сформировано 2 группы: первая – молодые специалисты с опытом работы до 3 лет в образовательном учреждении, в количестве 18 человек; вторая группа – 33 педагога со стажем профессиональной деятельности более 3 лет.

Проведенное диагностическое исследование педагогов двух групп с помощью опросника «Психологическая диагностика индекса жизненного стиля» (Р. Плутчик в адаптации Л.И. Вассермана, О.Ф. Ерышева, Е.Б. Клубовой и др.) [4], позволило сравнить результаты по следующим видам психологической защиты: отрицание, вытеснение, регрессия, компенсация, проекция, вытеснение, рационализация и реактивные образования (см. рисунок 1).

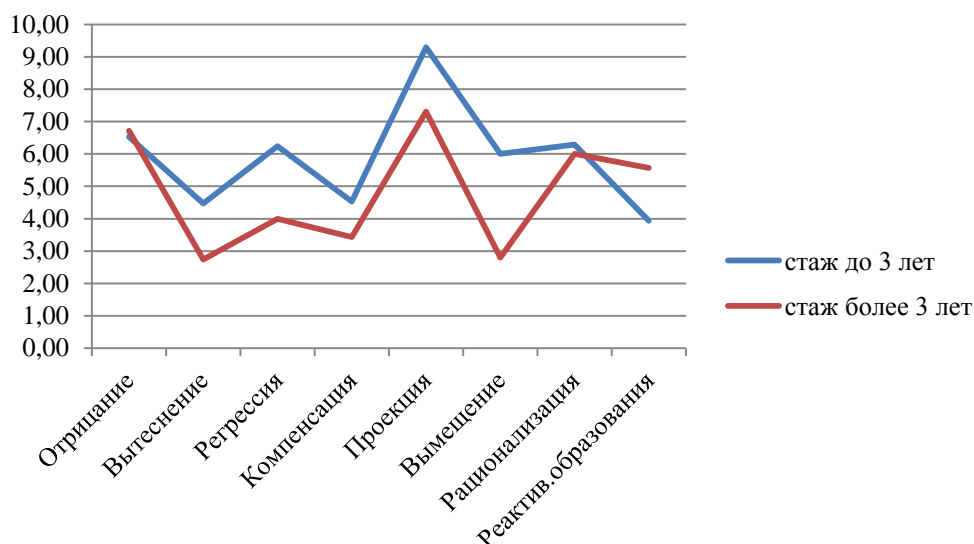


Рисунок 1. Средние значения психологических защит педагогов, имеющих профессиональный стаж до 3 лет и более 3 лет

Приведенные на рисунке 1 данные показывают, что существует общая тенденция в предпочтении выборов психологических защит у педагогов с разным стажем деятельности. Однако, очевидно и то, что педагоги со стажем более 3-х лет практически по всем показателям имеют ярко выраженное снижение средних значений.

Анализ, проведенный с помощью метода математической статистики, t-критерия Стьюдента, показал, что молодые педагоги по сравнению с коллегами, имеющими больше опыта работы в профессии, чаще прибегают к таким механизмам защиты как вытеснение, регрессия, проекция и вымещение. Следовательно, для молодых педагогов, не обладающих большим профессиональным и жизненным опытом, характерно: изгонять неприятные мысли, ситуации в свое бессознательное; эмоционально незрело, «по-детски» реагировать на возникающие проблемы; приписывать свои субъективные переживания, мнения, свойства окружающим людям; переносить негативные чувства или действия с одного объекта на другой, более доступный, например, на учеников, которые часто беззащитны перед взрослым.

Для определения уровня выраженности стратегий совладания с трудностями у педагогов двух групп была осуществлена диагностика с помощью опросника SAKS «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» С. Хобфолла [5, С. 253-260], где выявлялись 9 моделей поведения (см. рисунок 2).

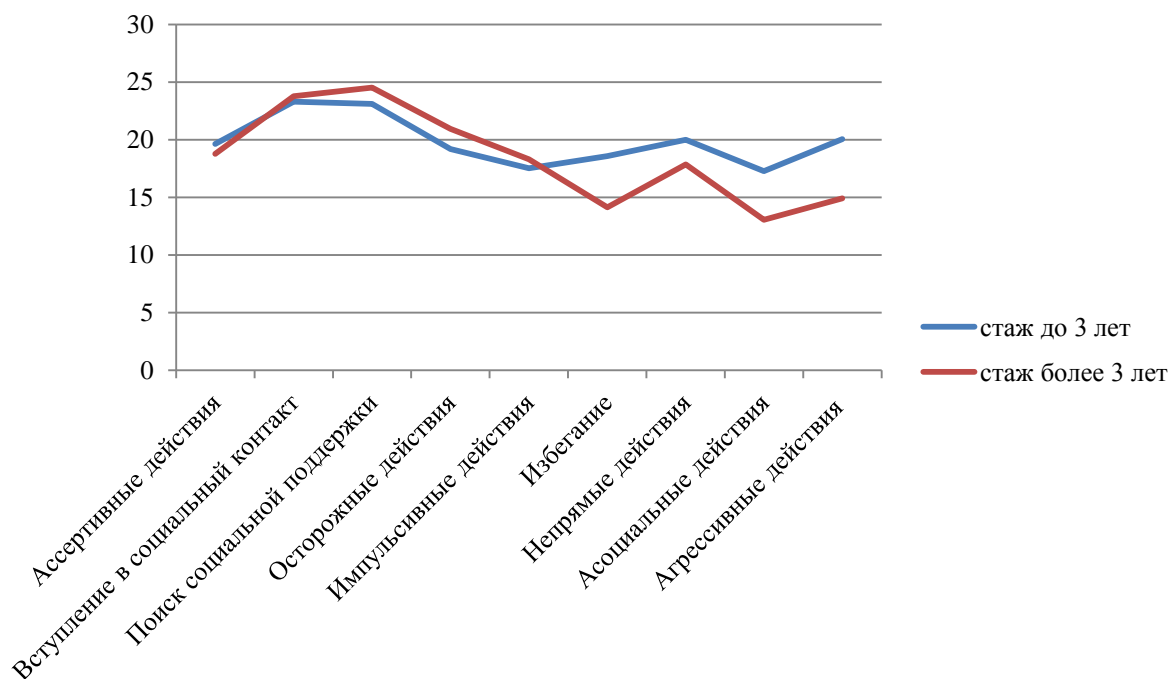


Рисунок 2. Средние значения копинг-стратегий педагогов, имеющих профессиональный стаж до 3 лет и более 3 лет (по С. Хобфоллу)

Сравнительный анализ диагностических данных педагогов и проверка статистически значимых различий с помощью расчета t-критерия Стьюдента, позволяет говорить о том, что у педагогов, имеющих стаж работы до 3 лет, зафиксирован более высокий уровень выраженности по таким моделям совладающего поведения как избегание, асоциальные и агрессивные действия. Иными словами, начинающие педагоги в сложных ситуациях скорее используют неконструктивные копинги, могут быть агрессивными, плохо контролируя ситуацию и свое поведение, либо уходить от решения проблем, применяя тактику избегания. Такие результаты могут объясняться отсутствием достаточного профессионального опыта в приобретении эффективных, конструктивных способов выхода из конфликтных ситуаций, а также кризисом «вхождения в профессию», которая сопровождается большим количеством стрессовых ситуаций. Столкновение теории и практики на первом этапе профессиональной деятельности создает условия для первых испытаний, именно на этом этапе осуществляется принципиальный выбор для педагога – «остаться или уйти», уточняется его реальная профессиональная идентификация.

Стратегии совладания в сложных ситуациях у педагогов двух групп определялись с помощью еще одной методики - копинг-теста «Опросник о способах копинга» («Way of Coping Questionnaire») (WCQ), предложенной Р. Лазарусом и С. Фолкман [7]. Результаты диагностики позволили выявить 8 видов копинга (совладания) со стрессовыми ситуациями у педагогов (рисунок 3).

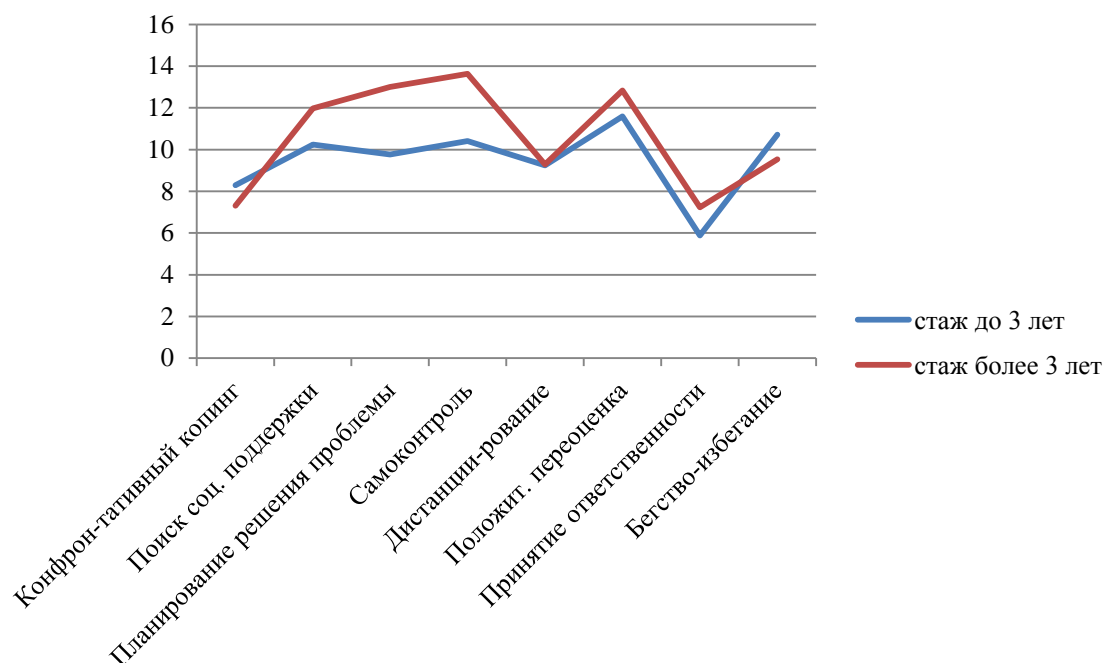


Рисунок 3. Средние значения стратегий совладения со стрессовыми ситуациями у педагогов, имеющих профессиональный стаж до 3 лет и более 3 лет (по Р. Лазарусу и С. Фолкман)

Определение различий в уровне выраженности копингов поведения у представителей двух групп, и проверка значимости полученных результатов с помощью расчета t-критерия Стьюдента позволили получить статистически значимые данные по двум видам совладающего поведения: планирование решения проблемы и самоконтроль. Полученные результаты можно соотнести с данными изучения динамики копинг-стратегий, используемых педагогами в зависимости от опыта работы, зафиксированными Д.Б. Озеровым, где было установлено, что стаж работы педагога значимо влияет на копинг-стратегии: принятие ответственности, планирование решения проблемы и положительная переоценка [9, С. 82].

Педагоги со стажем профессиональной деятельности больше 3 лет обладают статистически значимо более высокими показателями по данным стратегиям по сравнению с молодыми коллегами. Следовательно, в сложные моменты профессиональной деятельности опытные учителя более рассудительны, рациональны, стремятся тщательно обдумывать варианты выхода из стрессовой ситуации, умеют держать себя в руках, использовать юмор для разрешения ситуации [3], эффективно контролировать эмоции и направлять свое поведение в соответствии с целями деятельности.

Таким образом, полученные выводы по результатам сравнительного анализа диагностических данных педагогов двух групп с разным стажем работы свидетельствуют о том, что выдвинутая гипотеза была подтверждена.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анисимов А.И., Киреева Н.Н. Социальное здоровье и напряженность психологических защит учителя // Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. – 2014. – №1. – С. 103–109.

2. Антоновский А.В. Защитно-совладающее поведение как фактор профессионального здоровья педагогов общеобразовательных школ: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.03 [Место защиты: Ярослав. гос. ун-т им. П.Г. Демидова]. Ярославль, 2010. – 188 с.
3. Артемьева Т.В. Исследование копинг-стратегий педагогов в профессиональной деятельности // Образование и саморазвитие. – 2014. – №4 (42). – С. 79-82.
4. Вассерман Л.И., Ерышев О.Ф., Клубова Е.Б. - Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. - Спб.: Издательство: СПбНИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005. – 50 с.
5. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
6. Голиков Н.А. Социально-психологическое сопровождение деятельности педагога: условия, способы, технологии реализации // Вестник ТюмГУ. – 2004. – №2. – С. 210-219.
7. Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Журнал практического психолога. – М.: 2007. – №3. – С. 93-112.
8. Нартова-Бочавер С.К. Coping behavior в системе понятий психологии личности // Психологический журнал – 1997. – Т. 18. – 5. – С. 20-30.
9. Озеров Д.Б. Особенности копинг-стратегий у педагогов с разным типом субъектной регуляции и стажем работы // «Актуальные вопросы педагогики и психологии»: материалы международной заочной научно-практической конференции. Часть I. (01 августа 2011 г.) – Новосибирск: Изд. «ЭНСКЕ», 2011. – С. 80-85.
10. Соловьева Е.А. Профессиональный стресс педагогов и его преодоление // Специфика педагогического образования в регионах России. 2012. – №1. – С. 171-173.
11. Федина Л.В. Проблема доминирования дилетантской позиции в освоении психологической профессии современными студентами // Психология. Социология. Педагогика. – 2011. – №5 (6). – С. 25-28.
12. Цепков А.Ю. Копинг-поведение учителя: специфика и динамика стратегий реагирования в конфликтах в зависимости от стажа профессиональной деятельности // Теория и практика общественного развития. – 2014. – №1. – С. 153-156.
13. Beers, Jeffry Childs, "Teacher Stress and Coping: Does the Process Differ According to Years of Teaching Experience?" (2012). Dissertations and Theses. Portland State University. Paper 809.
14. Belz, Christian. The teaching and behavioral styles of physical education teachers: Evasive coping behavior in physical education // Göttingen 2013, electronic publication through the Göttingen State and University Library. [21.03.2016].
15. Reicher H., Jauk M. Coping with occupational stress in schools: results of a teacher health survey in Styria // Electronic publication. <https://www.ph-online.ac.at/> [21.03.2016].

Kukhterina Galina Vladimirovna

Tyumen State University, Russia, Tyumen
E-mail: kuchterina@yandex.ru

Fedina Lyudmila Viktorovna

Tyumen State University, Russia, Tyumen
E-mail: llca@yandex.ru

Strategy protective-coping behavior of teachers with different experience of professional activities

Abstract. Pedagogical activity is accompanied by a lot of stress, conflicts and contradictions. It is necessary to study the factors affecting the teacher's ability to cope with difficult situations, complexes of behavior responses. Professional development experience can be considered as a factor in determining the choice of teacher strategies of reaction. The study of protective coping strategies include determining conscious mechanisms (coping strategies) and unconscious (psychological protection). The study involved 33 teachers participated with experience more than 3 years and 18 teachers with the experience of 3 years. The analysis carried out using the Student's t - test showed that young teachers often resort to mechanisms such as the protection of repression, regression, projection, and attempt to take out. Studying the choice of coping strategies in teachers, showed that young teachers with increasingly resorting to such models as the avoidance coping behavior, antisocial and aggressive actions. Determining differences in the severity of coping behavior of the representatives of the two groups yielded statistically significant data on the two types of coping behavior: planning problem solving and self-control. It was found that teachers who have experience at least three years longer resort to immature defenses and unhelpful coping, in contrast to their colleagues with a longer experience.

Keywords: protective-coping behavior; coping behavior; psychological defense; teaching activities; professional experience; professional development; psychological health; personality of the teacher; intrapsychic equilibrium; self-regulation

REFERENCES

1. Anisimov A.I., Kireeva N.N. Sotsial'noe zdorov'e i napryazhennost' psikhologicheskikh zashchit uchitelya // Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsial'noy raboty. – 2014. – №1. – S. 103–109.
2. Antonovskiy A.V. Zashchitno-sovladayushchee povedenie kak faktor professional'nogo zdorov'ya pedagogov obshcheobrazovatel'nykh shkol: dis. ... kand. psikhol. nauk: 19.00.03 [Mesto zashchity: Yaroslav. gos. un-t im. P.G. Demidova]. Yaroslavl', 2010. – 188 s.
3. Artem'eva T.V. Issledovanie koping-strategiy pedagogov v professional'noy deyatel'nosti // Obrazovanie i samorazvitie. – 2014. – №4 (42). – S. 79-82.
4. Vasserman L.I., Eryshev O.F., Klubova E.B. - Psikhologicheskaya diagnostika indeksa zhiznennogo stilya. - Spb.: Izdatel'stvo: SPbNIPNI im. V.M. Bekhtereva, 2005. – 50 s.
5. Vodop'yanova N.E. Psikhodiagnostika stressa. – SPb.: Piter, 2009. – 336 s.

6. Golikov N.A. Sotsial'no-psikhologicheskoe soprovozhdenie deyatelnosti pedagoga: usloviya, sposoby, tekhnologii realizatsii // Vestnik TyumGU. – 2004. – №2. – S. 210-219.
7. Kryukova T.L., Kuftyak E.V. Oprosnik sposobov sovladaniya (adaptatsiya metodiki WCQ) / Zhurnal prakticheskogo psikhologa. – M.: 2007. – №3. – S. 93-112.
8. Nartova-Bochaver S.K. Coping behavior v sisteme ponyatiy psikhologii lichnosti // Psikhologicheskij zhurnal – 1997. – T. 18. – 5. – S. 20-30.
9. Ozerov D.B. Osobennosti koping-strategiy u pedagogov s raznym tipom sub"ektnoy regulyatsii i stazhem raboty // «Aktual'nye voprosy pedagogiki i psikhologii»: materialy mezhdunarodnoy zaочноy nauchno-prakticheskoy konferentsii. Chast' I. (01 avgusta 2011 g.) – Novosibirsk: Izd. «ENSKE», 2011. - S. 80-85.
10. Solov'eva E.A. Professional'nyy stress pedagogov i ego preodolenie // Spetsifika pedagogicheskogo obrazovaniya v regionakh Rossii. 2012. – №1. – S. 171-173.
11. Fedina L.V. Problema dominirovaniya diletantskoy pozitsii v osvoenii psikhologicheskoy professii sovremennymi studentami // Psikhologiya. Sotsiologiya. Pedagogika. – 2011. – №5 (6). – S. 25-28.
12. Tsepkov A.Yu. Koping-povedenie uchitelya: spetsifika i dinamika strategiy reagirovaniya v konfliktakh v zavisimosti ot stazha professional'noy deyatelnosti // Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya. – 2014. – №1. – S. 153-156.
13. Beers, Jeffry Childs, "Teacher Stress and Coping: Does the Process Differ According to Years of Teaching Experience?" (2012). Dissertations and Theses. Portland State University. Paper 809.
14. Belz, Christian. The teaching and behavioral styles of physical education teachers: Evasive coping behavior in physical education // Göttingen 2013, electronic publication through the Göttingen State and University Library. [21.03.2016].
15. Reicher H., Jauk M. Coping with occupational stress in schools: results of a teacher health survey in Styria // Electronic publication. <https://www.ph-online.ac.at/> [21.03.2016].