ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЛИЯНИЯ СТИЛЯ РЕАГИРОВАНИЯ УЧИТЕЛЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ НА ПРОЦЕСС ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Глушкова Н.И., Борисенко Н.В.

Ставропольский государственный университет

Ставрополь, Россия

Стилем реагирования обозначается параметр индивидуального поведения, характеризующий способы взаимодействия человека с различными сложными ситуациями, проявляющийся либо в форме психологической защиты от неприятных переживаний, либо в виде конструктивной активности личности, направленной на разрешение проблемы. В зарубежной психологии, обозначая специфику подобных способов поведения, используют термины coping («справляться» с чем-либо, например, с проблемной ситуацией) и defense («защита» от чего-либо, например, от неприятных переживаний). Понятие «защитное поведение» (defensive behavior) появилось в психотерапевтической практике в работах З.Фрейд (1894), А.Фрейд (1927) и обозначало реакцию человека (взрослого или ребенка) на жизненные трудности, проявляющиеся в различных формах борьбы Я с невыносимыми мыслями или болезненными аффектами. Термин coping активно начал использоваться в американской психологии в начале 1960-х годов для изучения поведения личности в стрессовых ситуациях. Надо отметить, что первоначально феномен, обозначаемый термином coping, понимался очень широко (Lasarus R.S., 1976) - и как вырабатываемые человеком средства психологической защиты от психотравмирующих событий, и как воздействующее на ситуацию поведение. В русском языке существует более четкая дифференциация терминов. Психологи и психотерапевты говорят в таких случаях о «защите», «преодолении» и «совладании». А. Либина и А.Либин (1998) отмечают, что согласно словарю В. Даля, слово «совладание» происходит от старорусского «лад», «сладить» и означает «справиться, привести в порядок, подчинить себе». Образно говоря, совладать с ситуацией - значит подчинить себе обстоятельства, сладить с ними.

Впервые «защита» была подробно описана З.Фрейдом (1989) в «Этиологии истерии» в 1896 году. Было описано функциональное назначение защиты и ее цель, которая заключается в ослаблении интрапсихического конфликта (напряжения, беспокойства), обусловленного противоречием между инстинктивными импульсами бессознательного и интериоризированными требованиями внешней среды, возникающими в результате социального воздействия. З.Фрейд выделял девять типов защитных механизмов : "регрессия", "подавление", "отрицание", "обращение против себя", "проекция", "интроекция", "реверсия", "реактивные образования", "изоляция". Подробную интерпретацию каждого типа можно найти в соответствующей литературе, мы же только отметим, что защитные механизмы представлены ригидными процессами, действующими нереалистично, без учета целостности ситуации и долговременной перспективы. Неудивительно, что цели психологической защиты если и достигаются, то ценой объективной дезинтеграции поведения, ценой уступок, самообмана или даже неврозов.

В рамках нашей проблемы взяты за основу конструктивные способы преодоления конфликтов и трудностей учителя, которые составляют механизмы психологической регуляции или совладания, главнейшими задачами которых считаются: достижение реалистического реагирования на происходящие события, реалистический учет целостной ситуации, умение пожертвовать частным, ситуативным, способность разбивать всю проблему на потенциально разрешимые задачи. Копинг-механизм учителя является субъективным качеством или количеством ситуации профессиональной нагрузки и связано с субъективной оценкой ситуации вместе с индивидуальными возможностями преодоления этой ситуации. В зависимости от индивидуального опыта и индивидуальных особенностей учителя, от особенностей личности и силы имевшихся потребностей, от субъективных возможностей к действию, существует ряд способов, попыток преодоления стрессовой ситуации учителем.

Здесь уместно отметить, что, рассматривая педагогический труд как состояние хронического стресса, «продолжительное по времени и многократно повторяющееся», в данной работе нас интересует сам процесс этого перехода и способы перехода системы из одного состояния в другое. С точки зрения системного подхода (Китаев-Смык Л.А., 1983) данная система предполагает наличие признака устойчивости как способности сохранять себя в условиях изменяющейся, в некоторых пределах, среды. Если система устойчива, то она относительно инвариантна, что не противоречит изменению состояния в границах некоторого допустимого диапазона. Устойчивость несводима только к поддержанию определенных состояний, она охватывает сохраняемость процесса в целом - последовательность состояний во времени. Ее отличает активный характер (можно рассматривать как процесс и как результат), она является неотъемлемой частью развития, стороной процесса адаптации. Под термином стрессоустойчивости С.В.Субботин (1992) и А.А.Баранов (1997) понимают такие частные его составляющие, как эмоциональная устойчивость, психологическая устойчивость к стрессу, стресс-резистентность, фрустрационная толерантность. В сложившейся ситуации социально-экономической нестабильности, ломки прежних стереотипов, ростом безработицы и происходящим расслоением общества большое воздействие стресса испытывают учителя, специфика работы которых требует больших резервов самообладания и саморегуляции. Недостаточная относительная эффективность традиционных приемов воспитательного воздействия, стихийное

развитие коммуникативных способностей и навыков самоорганизации учителей в многочисленных стрессовых ситуациях, создаваемых в том числе и самими учителями в школе, делают проблематичным сохранение здоровья как учителей, так и учеников. Об этом свидетельствует развитие неврозов, психосоматических заболеваний и других пограничных состояний у этих контингентов.

Важнейшим подходом к решению проблемы является переосмысление подготовки педагогов, основанное на формировании у них высокофункционального копинг-поведения и выработки навыков, способствующих личностно-профессиональному росту. Такая подготовка позволит педагогам формировать в школах социально-поддерживающие сети, через которые они смогут оказать на высоком профессиональном уровне необходимую школьникам психологическую и социальную поддержку и обучать их на примере своего поведения активным стратегиям преодоления проблем. Использование данного подхода позволит расширить представление о возможностях психологической подготовки, направленной на формирование у педагогов навыков высокоэффективного профессионального копинг-поведения:

1) копинг-стратегии ("разрешение проблем", "поиск социальной поддержки", "избегание") и уровень тревожности, как индикатор стресса, испытываемого учителями общеобразовательных школ;

2) влияние самооценки на формирование копинг-поведения учителей общеобразовательных школ;

3) влияние личностно-средовых копинг-ресурсов: восприятия социальной поддержки, локуса контроля, эмпатии на формирование копинг-поведения и самооценку учителей общеобразовательных школ;

Нами разработана и апробирована программа психологической подготовки педагогов к проведению копинг-профилактики психогенных расстройств, основанную на развитии у них психологических механизмов преодоления стресса и личностно-средовых копинг-ресурсов. Целенаправленная психологическая подготовка педагогов к проведению первичной профилактики психогенных расстройств, заключается в формировании у них личностно и профессионально эффективного копинг-поведения. Такая подготовка целесообразна с точки зрения развития у школьников адаптивных форм поведения, способствующих здоровому образу жизни. Психологические характеристики подготовки педагогов к проведению копинг-профилактики психогенных расстройств, основанную на развитии у них психологических механизмов преодоления стресса и личностно-средовых копинг-ресурсов