

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЗАЩИТНО-СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ С ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМИ ДЕСТРУКЦИЯМИ

Е.Л. Солдатова, А.А. Шевченко

На основе обзора исследований профессиональных деструкций разработана модель организации защитно-совладающего поведения личности с профессиональными деструкциями, проведена эмпирическая проверка модели.

Ключевые слова: профессиональные деструкции, копинг-поведение, психологическая защита личности, выгорание, эмоциональное истощение, деперсонализация, цинизм, редукция персональных достижений.

В отечественной психологии термин «профессиональные деструкции» появился недавно и занял прочное место в исследованиях негативных профессиональных явлений [4], среди которых рассматривают и психическое выгорание.

Несмотря на определенный прогресс в изучении психического выгорания, отсутствует единая позиция в отношении его истоков. Выделяют три группы подходов к описанию данного явления: индивидуальный, интерперсональный, организационный [4, 6, 7]. Представители индивидуального подхода объясняют механизм возникновения выгорания действием внутренних причин, особенностями личности. Так, например, Н. Freudenberger причину выгорания видел в состоянии утомления, вызванном беззаветной преданностью делу [6]. Сторонники интерперсонального подхода причиной выгорания считают асимметрию отношений между профессионалом и его клиентом. Так, С. Maslach в качестве причины выделяет напряженные отношения работников и клиентов [7]. Согласно организационному подходу важным фактором выгорания являются условия организационной среды (особенности рабочей среды, организационная культура и т.д.) [4].

Среди отечественных теорий психического выгорания значимое место занимает концепция В.Е. Орла, описывающая выгорание с позиции системного подхода, что дает возможность определить место и роль в каждой из его систем [4]. Рассматривая выгорание как систему, автор отмечает два основных момента: во-первых, данное явление не имеет собственного вектора «мотив-цель», так как формируется в других системах и его функционирование должно подчиняться целям этих систем; во-вторых, процесс формирования и функцио-

нирования выгорания противоречит целям тех систем, в которые оно включено. Исходя из этого, В.Е. Орел понимает выгорание как «антисистему», сущностью которой является разрушительное воздействие на те системы, в чей состав она включена. Исследование психического выгорания с позиций системного подхода позволяет определять его как общепрофессиональный феномен, проявляющийся во всех сферах деятельности, а не только в социально ориентированных.

Анализ исследований выгорания позволил установить ряд существенных противоречий. Во-первых, сложилось уже представление, что выгорание – общепрофессиональный феномен [4, 7], но большинство эмпирических исследований выполнено на представителях сфер деятельности, связанных с частными межличностными контактами – учителях, менеджерах и т. д. [1, 4, 6, 7], ничтожно мало исследований, проведенных на представителях несоциальных сфер деятельности [4]. Во-вторых, активно исследуются источники выгорания [1, 4, 6, 7], но почти не исследуется влияние выгорания на личность профессионала и ресурсы личности, направленные на преодоление негативного воздействия выгорания [2].

Учитывая, негативное влияние выгорания на личность и деятельность профессионала, важным и малоисследованным остается вопрос о ресурсах профессионального здоровья, в качестве которых могут выступить психологические защиты личности и стратегии совладания.

Психологическая защита личности (ПЗЛ) определяется как совокупность бессознательных способов искажения когнитивной и аффективной составляющих образа реальной ситуации, обеспечивающих охрану психической деятельности от прессинга внутриспсихических переживаний и внешних ситуаций,

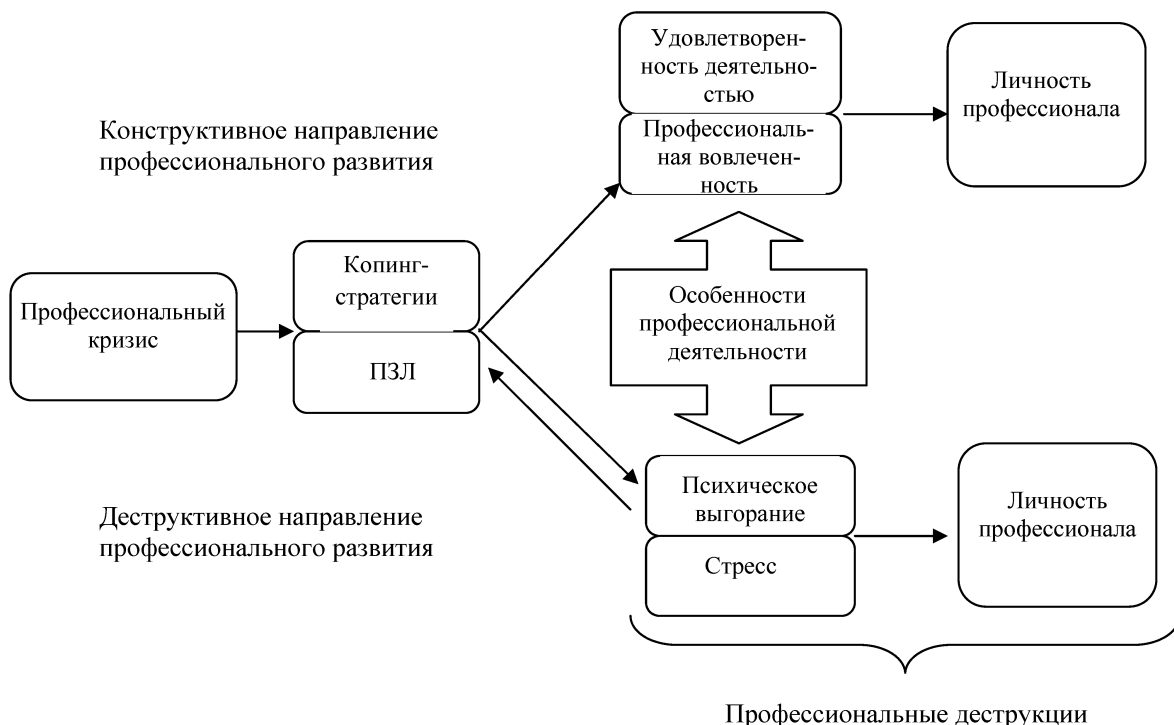
которые оцениваются личностью как опасные [5]. Анализ исследований по проблеме психологической защиты личности (Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников, Р. Плутчик) позволяет утверждать, что механизмы психологической защиты, первоначально формирующиеся как средства адаптации, способны вызывать состояние дезадаптации. Часто защита личности сопоставляется с другой категорией – совладающее поведение (coping-behavior), которое понимается как совокупность осознаваемых действий, направленных на преодоление стресса или трудной жизненной ситуации [1, 3]. В данной работе рассматривается психологическая защита личности и копинг-поведение как дополняющие друг друга формы реагирования на трудные, кризисные ситуации и объединенные в понятие «защитно-совладающее поведение». В настоящее время существуют отдельные исследования взаимосвязи психического выгорания с защитными механизмами и копинг-стратегиями у представителей социальных профессий [2, 4], однако отсутствуют исследования защитно-совладающего поведения «выгоревших» представителей сфер деятельности, не связанных с межличностными контактами.

Выявленные проблемы обосновывают актуальность исследования защитно-совладающего поведения личности с профессио-

нальными деструкциями, первым шагом стало создание базовой теоретической модели (см. рисунок). Методологическую основу модели составляет структурно-генетическая теория профессионального выгорания В.Е. Орла, подходы к рассмотрению защитно-совладающего поведения Р. Лазаруса, Р. Плутчика, С.К. Нартовой-Бочавер, Л.Р. Гребенщикова.

Модель организации защитно-совладающего поведения личности с профессиональными деструкциями

В концепции В.Е. Орла системный анализ психического выгорания рассматривался в четырех аспектах: онтологическом, структурном, функциональном и генетическом. В рамках разработанной модели были учтены два аспекта: онтологический, согласно которому в качестве источника профессиональных деструкций в целом и психического выгорания в частности могут выступать особенности профессиональной деятельности и защитно-совладающее поведение, и функциональный аспект, согласно которому рассматривается влияние психического выгорания на личность профессионала. На наш взгляд, влияние защитно-совладающего поведения на формирование профессиональных деструкций не является односторонним: первоначально стратегии защитно-



совладающего поведения оказывают влияние на формирование профессиональных деструкций, и выгорания в частности, в дальнейшем выгорание оказывает влияние на формирование неконструктивных форм поведения личности. Таким образом, обе эти системы как бы поддерживают существование и функционирование друг друга.

Однако модель организации защитно-совладающего поведения личности с профессиональными деструкциями являлась гипотетической и требовала дальнейшей эмпирической проверки. В рамках данной статьи проведено исследование взаимосвязи психического выгорания как вида профессиональной деформации, с защитно-совладающими стратегиями поведения.

Для реализации цели исследования были использованы методики исследования психического выгорания: опросник «Профессиональное выгорание», адаптированный Н.Е. Водопьяновой [1] для представителей социальной сферы деятельности, опросник МБИ, адаптированный В.Е. Орлом [4] для представителей производственной сферы деятельности, и методики исследования защитно-совладающего поведения: опросник LSI (Индекс жизненного стиля) Р. Плутчика для изучения психологических защитных механизмов личности [5], опросник «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса [1].

Для выяснения взаимосвязи психологических защитных механизмов и компонентов психического выгорания был использован коэффициент линейной корреляции Пирсона. В данной части исследования рассматривались результаты представителей социальной сферы деятельности (342 чел.), из которых 147 – с высоким уровнем выгорания; представители производственной сферы деятельности (187 чел.), из которых 62 – с высоким уровнем выгорания. Для выявления значимости различий между группами был использован критерий ϕ^* – угловое преобразование Фишера. Между группами «выгоревших» представителей различных сфер деятельности не обнаружено статистически значимых отличий ($\phi^*=1,338$ при 1,64 ($p \leq 0,05$) и 2,31 ($p \leq 0,01$)), а следовательно, результаты обеих групп подходят для дальнейшего сравнения.

В группе представителей *социальной сферы деятельности* выявлены значимые прямые корреляционные связи показателей деперсонализации с механизмами ПЗЛ: вытеснением ($r = 0,198$ при $p \geq 0,05$) и замеще-

нием ($r = 0,258$ при $p \geq 0,01$). Полученные данные согласуются с результатами, полученными Орлом В.Е. [4]. Использование вытеснения «выгоревшими» профессионалами можно объяснить пассивным стремлением отгородиться от проблемных ситуаций, избежать их. Существует обратная корреляционная связь между показателями деперсонализации и механизма формирования реакции ($r = -0,187$ при $p \geq 0,05$), т.е. «выгоревшие» профессионалы не склонны трансформировать возникшие негативные импульсы по отношению к реципиентам в противоположные, демонстрировать вежливость и любезность. Обнаружена значимая прямая связь между показателями персональной успешности и отрицанием ($r = 0,187$ при $p \geq 0,05$). Вероятно, профессионалы, стремясь защитить чувство компетентности, не замечают фактов, способных доказать обратное. Отрицание как защитный механизм вообще распространено среди представителей профессиональных сфер, где нет четко определенных показателей успешности деятельности.

В группе работников *производственной сферы* обнаружена единственная значимая обратная связь между показателями профессиональной успешности и механизмом формирования реакции ($r = -0,278$ при $p \geq 0,05$), т.е. «выгоревшие» профессионалы, сохраняя чувство профессиональной успешности, склонны трансформировать возникшие негативные импульсы по отношению к деятельности в противоположные, что создает основу для принятия ими своей профессии. Обращает внимание, что лишь один компонент психического выгорания в группе представителей производственной сферы деятельности связан с механизмами психологической защиты – профессиональная успешность, в другой группе обнаружены связи между показателями деперсонализации и пассивно-агрессивными стратегиями, что объясняется особенностями деятельности у представителей социальных профессий – негативным влиянием частых межличностных контактов на формирование профессиональных деструкций.

Для выявления взаимосвязи компонентов психического выгорания и копинг-стратегий был использован коэффициент линейной корреляции Пирсона. В данной части исследования приняли участие представители социальной сферы деятельности (363 чел.), из которых 150 – с высоким уровнем выгорания; представители производственной сферы дея-

тельности (178 чел.), из которых 58 – с высоким уровнем выгорания. Для выявления значимости различий между группами был использован критерий ϕ^* – угловое преобразование Фишера. Между группами выгоревших представителей различных сфер деятельности не обнаружено статистически значимых отличий ($\phi^*=1,15$ при 1,64 ($p \leq 0,05$) и 2,31 ($p \leq 0,01$)), а следовательно, результаты обеих групп подходят для дальнейшего сравнения.

В группе представителей *социальной сферы деятельности* обнаружена значимая обратная корреляция между показателями эмоционального истощения и стратегии положительной переоценки ($r = -0,165$ при $p \geq 0,05$), т. е. «выгоревшие» профессионалы не способны применять усилия по созданию положительного значения проблемной ситуации, направлять их на развитие собственной личности. Обнаружена значимая прямая связь между показателями деперсонализации со стратегией дистанцирования и бегства-избегания ($r = 0,182$ и $r = 0,171$ при $p \geq 0,05$). Вероятно, «выгоревшие» профессионалы прилагают усилия по избеганию проблемы и мысленному уменьшению ее значимости, причиной использования которых является стремление обезличить отношения с реципиентами (так, например, врач, стремясь дистанцироваться от проблемы пациента, воспринимает его не как человека, а как носителя болезни «язва из 39 палаты»). Для сохранения чувства профессиональной успешности «выгоревшие» профессионалы используют конфронтационный копинг (обнаружена прямая корреляционная связь между показателями профессиональной успешности с конфронтационным копингом ($r = 0,196$ при $p \geq 0,05$)). В этой же группе выявлены прямые корреляционные связи между показателями профессиональной успешности и принятия ответственности ($r = 0,191$ при $p \geq 0,05$), планирования решения проблемы ($r = 0,286$ при $p \geq 0,01$) и положительной переоценки ($r = 0,292$ при $p \geq 0,01$). Стремясь сохранить профессиональную успешность, профессионалы используют преимущественно конструктивные копинги, направленные на разрешение проблемы и рост собственной личности. Однако, помимо конструктивных копингов, используют и деструктивные стратегии, применяя агрессивные усилия для изменения ситуации, что усугубляет положение «выгоревшего» профессионала.

В группе «выгоревших» представителей *производственной сферы деятельности* обнаружены значимые прямые корреляционные связи между показателями профессиональной успешности и самоконтроля ($r = 0,437$ при $p \geq 0,01$), принятия ответственности ($r = 0,283$ при $p \geq 0,05$) и положительной переоценки ($r = 0,309$ при $p \geq 0,05$), т. е. «выгоревшие» представители данной группы пытаются сохранить чувство профессиональной успешности, используя конструктивные стратегии совладания, применяя попытки регулирования эмоций, признавая свою роль в возникновении проблемы и ища положительные моменты в возникшей ситуации. Обращает внимание, что только представители социальной сферы деятельности помимо конструктивных копингов используют и агрессивные попытки изменения ситуации. Возможно, что способ взаимодействия с реципиентами расценивается ими как неэффективный, а конфронтация – как быстрый и действенный способ преодоления трудностей. Кроме этого «выгоревшие» представители данной группы склонны использовать избегающее поведение, что является временной мерой преодоления затруднений, не разрешающей проблемы профессионала.

Вывод: обнаружены различия в использовании защитно-совладающего поведения, обусловленные профессиональными особенностями: у «выгоревших» представителей производственной сферы деятельности только показатели профессиональной успешности связаны с защитно-совладающим поведением. Общим для представителей исследуемых групп является использование «выгоревшими» профессионалами осознаваемых форм преодолевающего поведения, что предполагает использование конструктивных стратегий по сравнению с неосознаваемыми формами. Полученные данные создают основу для разработки программы профилактики профессиональных деструкций у представителей различных сфер деятельности, направленной на формирование осознаваемых способов преодоления проблемных ситуаций.

Литература

1. Водопьянова, Н.Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
2. Гринь, Е.И. Личностные ресурсы преодоления психического выгорания у спортсменов: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Е.И. Гринь. – Краснодар, 2009.

3. *Нартова-Бочавер, С.К. «Coping behaviour» в системе понятий психологии личности / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. – № 5. – С. 20–30.*

4. *Орел, В.Е. Синдром психического выгорания личности / В.Е. Орел. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. – 330 с.*

5. *Романова, Е.С. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование,*

диагностика / Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников. – Мытищи: Изд-во «Талант», 1996. – 144 с.

6. *Freudenberger, H.J. Staff burnout / H.J. Freudenberger // Journal of Social Issues. – 1974. – 30. – P. 159–165.*

7. *Maslach, C. Job burnout: new directions in research and intervention// Current Directions in Psychological Science / C. Maslach. – Vol. 12. – 2003. – P. 189–192.*

Поступила в редакцию 21 ноября 2011 г.

Солдатова Елена Леонидовна. Профессор, доктор психологических наук, зав.кафедрой психологии развития, Южно-Уральский государственный университет, г. Челябинск. E-mail: elena_soldatova@rambler.ru

Elena L. Soldatova. Professor, doctor of psychological sciences, Head of Department of developmental psychology, South Ural State University. E-mail: elena_soldatova@rambler.ru

Шевченко Анна Александровна. Старший преподаватель кафедры социальной работы, педагогики и психологии, Челябинский государственный педагогический университет, г. Челябинск. E-mail: chastoedovaanna@yandex.ru

Anna A. Shevchenko. The senior teacher of chair of pedagogy, psychology and social work, Chelyabinsk State Pedagogical University, Chelyabinsk. E-mail: chastoedovaanna@yandex.ru