

УДК 159.99

DOI 10.26425/1816-4277-2021-7-199-204

Попова Лариса Михайловна
ведущий специалист, психолог,
ГКУ КК «Краевой методический
центр», г. Краснодар, Российская
Федерация

ORCID: 0000-0002-7634-776X

e-mail: alma-lar@mail.ru

Пухарева Татьяна Сергеевна
канд. психол. наук, ФГБОУ
ВО «Кубанский государственный
университет», г. Краснодар,
Российская Федерация

ORCID: 0000-0002-2833-1034

e-mail: puchareva@bk.ru

ЗАЩИТНО-СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СОЦИОНОМИЧЕСКИХ ПРОФЕССИЙ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. Представлены результаты теоретико-эмпирического исследования психологических защит и копинг-стратегий поведения у работников учреждений социального обслуживания. В диагностических процедурах применены методики: «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Г. Келлерман) и «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус и С. Фолкман). В результате исследования у респондентов выявлена напряженность психологических защит по типу «интеллектуализация», «реактивное образование», «отрицание» и копинг-стратегий «планирование решения проблемы», «положительная переоценка» и «поиск социальной поддержки». Интерпретированы корреляционные связи психологических защит и копинг-стратегий респондентов. Показаны специфические отличия защитно-копингового поведения у работников с разным стажем профессиональной деятельности: работники со стажем до десяти лет более склонны к компенсированному поведению, а работники со стажем от десяти лет и более – к самоконтролю, рациональному подходу в разрешении трудностей, ответственному отношению к происходящему. Результаты исследования могут оказаться полезными при расстановке кадров, в карьерном консультировании, в рамках дискурсов по профессиональной психологии. А дальнейшее изучение психологических защит и копинг-стратегий поможет понять специфику профессиональной идентичности работников социэкономического профиля.

Ключевые слова: социэкономические профессии, профессиональная деятельность, психологическая защита, защитные механизмы, копинг, совладание, стратегии совладания, адаптационные механизмы

Для цитирования: Попова Л.М., Пухарева Т.С. Защитно-совладающее поведение представителей социэкономических профессий с разным стажем профессиональной деятельности // Вестник университета. 2021. № 7. С. 199–204.

Larisa M. Popova
Leading Specialist, Psychologist,
GKU KK «The Regional
methodological center», Krasnodar,
Russia

ORCID: 0000-0002-7634-776X

e-mail: alma-lar@mail.ru

Tatyana S. Pukhareva
Cand. Sci. (Psy.), Kuban State
University, Krasnodar, Russia
ORCID: 0000-0002-2833-1034
e-mail: puchareva@bk.ru

PROTECTIVE AND COPING BEHAVIOUR OF REPRESENTATIVES OF SOCIONOMIC PROFESSIONS WITH DIFFERENT PROFESSIONAL EXPERIENCE

Abstract. The results of a theoretical and empirical study of psychological defenses and coping strategies of behaviour among employees of social service institutions are presented. The following methods were used in diagnostic procedures: "Life style Index" (R. Plutchik, G. Kellerman) and "Methods of coping behavior" (R. Lazarus and S. Folkman). As a result of the study, the respondents revealed the intensity of psychological defenses of the type "intellectualization", "reactive education", "denial" and coping strategies "problem solving planning", "positive reassessment" and "search for social support". The correlations of psychological defenses and coping strategies of respondents are interpreted. The specific differences of protective-coping behaviour among employees with different professional experience are shown: employees with up to ten years of experience are more inclined to compensated behaviour, and employees with ten years of experience or more – to self-control, a rational approach to solving difficulties, a responsible attitude to what is happening. The results of the study may be useful in the placement of personnel, in career counseling, in the framework of discourses on professional psychology. And further study of psychological defenses and coping strategies will help to understand the specifics of the professional identity of employees of a socioeconomic profile.

Keywords: socionomic professions, professional activity, psychological defense, defense mechanisms, coping, coping, coping strategies, adaptive mechanisms

For citation: Popova L.M., Pukhareva T.S. (2021) Protective and coping behaviour of representatives of socionomic professions with different professional experience. *Vestnik universiteta*, no. 7, pp. 199–204. DOI: 10.26425/1816-4277-2021-7-199-204

© Попова Л.М., Пухарева Т.С., 2021.

Статья доступна по лицензии Creative Commons «Attribution» («Атрибуция») 4.0. всемирная (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

© Popova L.M., Pukhareva T.S., 2021.

This is an open access article under the CC BY 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).



Введение

Одной из ключевых проблем психологической науки является изучение адаптационных механизмов личности в изменяющихся условиях современного мира. Особый интерес представляют защитные механизмы и копинговые стратегии поведения у людей гуманитарного типа трудовой деятельности в сложных, стрессовых для личности ситуациях. Это связано с тем, что в век информационных усовершенствований и высокого темпа жизни адаптивность представителей социэкономических профессий является одним из необходимых условий сохранения их психологического здоровья и эффективности в профессии. Целью исследования стало выявление особенностей защитно-совладающего поведения у представителей социэкономических профессий с разным стажем в профессиональной деятельности. Для достижения цели поэтапно решались следующие задачи: во-первых, проанализированы научные работы, раскрывающие механизмы психологических защит и копинговых стратегий поведения; во-вторых, проведено эмпирическое исследование защитно-совладающего поведения у сотрудников учреждений социального обслуживания; в-третьих, на основе эмпирического и статистического анализа данных выявлены особенности психологических защит и копингов как механизмов адаптации у сотрудников с разным стажем профессиональной деятельности.

Теоретические предпосылки

Обзор теоретических источников показывает, что на уровне психологического функционирования личности принято выделять два взаимосвязанных интрапсихических механизма адаптации к реальности: психологические защиты и копинговые стратегии поведения.

Изучение психологических защит ассоциируют, прежде всего, с именем З. Фрейда и других представителей глубинной психологии. Психологические защиты, согласно психоаналитической интерпретации, позволяют человеку избегать осознанного выявления у себя непримиримых инстинктивных импульсов и влечений, тем самым, сохраняя эго от состояния тревоги. К психологическим защитам относят специфические бессознательные процессы, способствующие сохранению интегративности и адаптивности личности. С такой точкой зрения в целом солидарны сторонники когнитивного, экзистенциального, гуманистического и других направлений психологии: общим в понимании психологических защит является то, что они ограждают сферу сознания от негативных, травмирующих переживаний и могут быть вызваны противоречивыми тенденциями в самой личности или рассогласованием информации внешнего мира с имеющимися у человека установками относительно себя и окружения [2; 3; 4; 9]. В отечественной психологии психологические защиты рассматриваются некоторыми авторами как функции самосознания. Так, В. И. Слободчиков и Е. И. Исаев отмечают, что механизмы психологической защиты представляют собой «особого рода психическую активность, реализуемую в форме специфических приемов переработки информации, которая может предотвратить потерю самоуважения и избежать разрушения единства образа «Я» [8, с. 271]. А. А. Налчаджян отмечает, что механизмы психологической защиты необходимы для сохранения, усиления и обогащения положительно оцениваемых аспектов самосознания [6].

По сравнению с психологическими защитами, которые функционируют преимущественно как бессознательные механизмы, совладание, или копинг-поведение, реализуется на уровне сознательности. Копинг-поведение нацелено на активное преобразование ситуации и является вполне контролируемым [1; 5; 7; 11]. Копинги – это произвольные и сознательные действия. Копинг-поведение актуализируется при попытках совладания с превышающими личностные ресурсы требованиями или в стрессовой ситуации, когда человек в соответствии с контекстом происходящего дает ответную реакцию, выбрав определенную копинг-стратегию. Среди основных копинг-стратегий выделяют направленные на оценку, на проблему и на эмоции [12]. При копингах, ориентированных на оценку, человек может изменить свое мнение или отношение к ситуации; при направленности на проблему – стремится выяснить ее подоплеку; при направленности на эмоции – старается их контролировать, удерживать или управлять ими. Вариативность и частота использования различных копинг-стратегий может выступать критерием эффективности копинг-поведения [10]. В целом, копинги характеризуются когнитивными и поведенческими усилиями, направленными на минимизацию негативных последствий жизненных обстоятельств и поддержание позитивной идентичности, позволяющими человеку быть адаптивным в меняющихся условиях мира.

Защитно-совладающее поведение личности, таким образом, можно рассматривать как сложную динамическую систему интрапсихических действий, исходящих из разноуровневых конструктов на континууме «бессознательное – сознание», обеспечивающих саморегуляцию личности в сложной для нее ситуации.

Методика исследования

Исследование проведено с помощью методик «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х. Р. Конте) и «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус и С. Фолкман). Для подсчета статистических данных использована компьютерная программа IBM SPSS Statistics 23.

Эмпирическое исследование было проведено на базе учреждений социального обслуживания Краснодарского края. В исследовании приняли участие 69 сотрудников учреждения, в возрасте от 20 до 69 лет.

Анализ результатов

Рассмотрим результаты изучения психологических защит. Средневыборочные значения напряженности психологических защит у респондентов имеют следующие показатели (в баллах): «отрицание» (63,31), «вытеснение/подавление» (38,89), «регрессия» (47,31), «компенсация» (45,36), «проекция» (54,39), «замещение» (34,13), «интеллектуализация» (67,03), «реактивное образование» (65,36).

Выраженность психологической защиты «интеллектуализация» (67,03) говорит о тенденции респондентов к «умственному» разрешению возникающих проблем и трудных ситуаций, которая может вести к вытеснению негативных переживаний и, тем самым, препятствовать потере самоуважения; исключенные из сознания чувства и желания могут компенсироваться, например, высшими социальными ценностями. Напряженность психологической защиты «реактивное образование» (65,36) может свидетельствовать о попытке предотвращения нежелательных мыслей и чувств через стремление развития противоположных качеств, например, заботливости и внимательности, посредством трансформации таких внутренних импульсов, как эмоциональное безразличие и холодность. Психологическая защита по типу «отрицание» тоже достаточно выражена (63,31), что говорит о тенденции респондентов к отрицанию обстоятельств очевидной реальности и попытке отдалиться от фрустрирующих моментов, вызывающих тревогу. В том числе, респонденты склонны к игнорированию информации, способной привести к конфликту на стыке мотивов и личностных установок. Среди исследуемых типов психологических защит остальные (проекция, регрессия, компенсация, вытеснение/подавление, замещение) у респондентов выражены менее, и, следовательно, интенсифицируются реже.

Средневыборочные значения показателей выраженности копинг-стратегий у респондентов следующие (в баллах): «конфронтация» (45,81), «дистанцирование» (52,74), «самоконтроль» (61,56), «поиск социальной поддержки» (64,34), «принятие ответственности» (57,85), «бегство/избегание» (47,88), «планирование решения проблемы» (69,65), «положительная переоценка» (67,42).

Согласно результатам, наиболее выраженной копинговой стратегией у респондентов в ситуации преодоления трудностей является «планирование решения проблемы» (69,65), что свидетельствует об их конструктивном подходе к разным жизненным обстоятельствам. Вместе с тем могут иметь место чрезмерная рациональность, недостаточность эмоциональности, интуитивности и спонтанности как нежелательные проявления данного копинга. Предпочитаемым копингом является «положительная переоценка» (67,42), иначе, испытуемые ориентированы на философское осмысление сложившейся ситуации, стремятся к саморазвитию и внутренней психологической работе. Выраженный показатель по шкале «поиск социальной поддержки» (64,34) говорит об актуализированной потребности опрошенных обращаться за рекомендациями к экспертам и знакомым, об ориентации на взаимодействие с другими людьми в проблемных ситуациях. Достаточно часто испытуемые прибегают к копинговой стратегии «самоконтроль» (61,56), которая характеризуется стремлением скрывать свои переживания и побуждения в связи с проблемной ситуацией, чрезмерной требовательностью к себе, боязни самораскрытия, сверхконтролем за поведением. Другие копинг-стратегии, имеющиеся в арсенале респондентов (конфронтация, дистанцирование, принятие ответственности, бегство/избегание), задействованы в меньшей мере.

С помощью корреляционного анализа были выявлены положительные связи между психологической защитой «отрицание» и копингами «дистанцирование» ($r = 0,256$), «положительная переоценка» ($r = 0,399$); «регрессия» и шкалами «конфронтация» ($r = 0,399$), «поиск социальной поддержки» ($r = 0,416$), «бегство/

избегание» ($r = 0,395$); «компенсация» и копингами «конфронтация» ($r = 0,309$), «самоконтроль» ($r = 0,316$), «поиск социальной поддержки» ($r = 0,320$), «бегство/избегание» ($r = 0,346$); «замещение» и копинговыми стратегиями «конфронтация» ($r = 0,478$), «поиск социальной поддержки» ($r = 0,412$), «принятие ответственности» ($r = 0,295$), «бегство/избегание» ($r = 0,510$); «реактивное образование» и копингом «дистанцирование» ($r = 0,310$).

Таким образом, при напряжении психологической защиты «отрицание» и, соответственно, внешне очевидном искажении восприятия происходящего, респонденты склонны дистанцироваться от решения проблемы и/или пытаться найти позитивные характеристики ситуации. При запуске психологической защиты «регрессия» и использовании простых поведенческих стереотипов в ответ на фрустрирующие факторы, респонденты упорно отстаивают свои позиции, ищут сторонников, избегают конструктивного решения проблем. Психологическая защита «компенсация», проявляющаяся как преодоление фрустрирующих обстоятельств повышением чувства самодостаточности в других сферах жизни, у опрошенных связана с противостоянием трудной ситуации, обращением за помощью к другим и желанием уйти от активного изменения ситуации. При напряженности психологической защиты «замещение» происходит смещение негативных эмоций на более безопасный и доступный объект, при этом респонденты могут проявлять импульсивность и даже враждебность в поведении, излишнюю самокритичность, пытаться разрешить проблему с помощью привлечения социальных ресурсов либо игнорировать ее. Психологическая защита «реактивное образование», как трансформация внутренне неприемлемых импульсов в противоположные стремления, у респондентов коррелирует с проявлениями обесценивания, субъективного снижения значимости фрустрирующих сторон жизни.

Для выявления различий напряженности психологических защит и копинг-стратегий у респондентов с разным стажем профессиональной деятельности, общая выборка была разделена на респондентов со стажем до десяти лет (42 человека) и респондентов со стажем работы в данной сфере от десяти лет и выше (27 человек). Таким образом, в первую группу вошли респонденты на стадии адаптации и стабилизации в профессии, во вторую – специалисты с большим профессиональным опытом. Достоверность статистических данных обеспечивалась применением t -критерия для проверки равенства средних значений в двух выборках.

В результате сравнительного анализа выявлено, что среди респондентов статистически значимо отличается выраженность психологической защиты «компенсация» ($p \leq 0,020$) и копинговых стратегий: «самоконтроль» ($p \leq 0,039$), «принятие ответственности» ($p \leq 0,007$), «планирование решения проблемы» ($p \leq 0,024$).

Механизм психологической защиты по типу «компенсация» наиболее напряжен у респондентов первой группы, по сравнению со второй (средний балл – 50,00 и 38,15, соответственно). Респондентам со стажем профессиональной деятельности до десяти лет достоверно в большей мере свойственны попытки заменить свои реальные или воображаемые недостатки другими качествами, в том числе с помощью фантазий, либо присвоения достоинств и характеристик других людей.

У респондентов второй группы, по сравнению с первой группой, достоверно более выражены копинг-стратегии «самоконтроль» (65,61 и 58,96 баллов, соответственно), «принятие ответственности» (65,43 и 52,97 баллов), «планирование решения проблемы» (74,90 и 66,28 баллов). Таким образом, респонденты со стажем работы от десяти лет и выше характеризуются высоким контролем поведения, стремлением скрывать свои переживания от окружающих людей, страхом самораскрытия, требовательностью к себе, сдерживанием эмоциональных проявлений. Им более свойственно, по сравнению с опрошенными первой группы, чувство ответственности за происходящее, признание зависимости между собственными поступками и их последствиями; стремление анализировать ситуацию и варианты ее разрешения, планировать поведение, учитывать объективные обстоятельства, опыт и наличные ресурсы; переживание чувства вины и неудовлетворенность собой.

Выводы

Таким образом, выявлены общие и специфические характеристики защитно-копингового поведения у работников социального обслуживания. Общим для выборки является напряженность психологических защит по типу «интеллектуализация», «реактивное образование», «отрицание» и копинг-стратегий «планирование решения проблемы», «положительная переоценка» и «поиск социальной поддержки». Специфические отличия защитно-копингового поведения выражаются в том, что работники со стажем до десяти лет более склонны к компенсированному поведению, а работники со стажем от десяти лет и более – в большей

мере контролируют себя и свое поведение, ответственны и стремятся к рациональному разрешению трудностей, адаптируясь к новому.

Результаты проведенного эмпирического исследования могут быть положены в основу более глубокого изучения личности и механизмов поведения представителей социономических профессий в сложных ситуациях. Представленные интерпретации могут быть полезными при расстановке кадров, в карьерном консультировании, в рамках дискурсов по профессиональной психологии. Перспективным может стать изучение специфичности психологических защит и копинг-стратегий как конструкторов профессиональной идентичности работников сферы социального обслуживания.

Библиографический список

1. Водопьянова, Н. Е., Капустина, А. Н. Копинг-стратегии как фактор профессиональной адаптации // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. – 2015. – №1. – С. 73–82.
2. Грановская, Р. М. Психологическая защита: монография. – Санкт-Петербург: изд-во «Речь». – 2007. – 474 с.
3. Защирина, О. В., Турчанинов, Е. Е. Теоретический обзор научных работ по изучению психологических защит при нормальном и нарушенном интеллекте // Вестник психотерапии. – 2020. – №73 (78). – С. 87–99.
4. Исаева, Е. Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни. – СПб: Изд-во «Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет им. академика И.П. Павлова», 2009. – 136 с.
5. Крюкова, Т. Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. – Кострома: Изд-во КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. – 64 с.
6. Налчаджян А. А. Социально-психическая адаптация личности: (Формы, механизмы и стратегии). – Ереван: Изд-во АН Арм ССР, 1988. – 262 с.
7. Нартова-Бочавер, С. К. «Copingbehavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. – 1997. – № 5. – С. 20–30.
8. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. – М.: Школа-Пресс, 1995. – 384 с.
9. Куфтык, Е. В. Психологическое здоровье и защитные механизмы (психологические защиты и совладание) в детском возрасте // Психологические исследования. – 2016. – Т. 9, № 49 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psystudy.ru/index.php/num/2016v9n49/1335-kuftyak49.html> (дата обращения: 03.05.2021).
10. Рассказова, Е. И., Гордеева, Т. О. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы исследований // Психологические исследования. – 2011. – № 3 (17). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 03.05.2021).
11. Усова, Н. В. Изучение соотношения характеристик совладающего поведения и социальной активности личности в условиях социальной и трудовой неопределенности // Перспективы науки и образования. – 2020. – № 5 (47). – С. 357–367 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://pnojurnal.wordpress.com/2020/10/29/usova/> (дата обращения: 03.05.2021). <https://doi.org/10.32744/pse.2020.5.25>
12. Moos, Rudolf H., Schaefer, Jeanne A. life transitions and crises // Coping with Life Crises. – 1986. – Pp. 3–28. https://doi.org/10.1007/978-1-4684-7021-5_1

References

1. Vodopyanova N. E., Kapustina A. N. Coping strategies as a factor of professional adaptation, *Pushkin Leningrad State University Journal*, 2015, no. 1, pp. 73–82. (In Russian).
2. Granovskaya R. M. *Psychological defense: monograph*, St-Petersburg, “Rech” Publishing House, 2007, 474 p. (In Russian).
3. Zashchirinskaya O. V., Turchaninov E. E. Theoretical review of scientific works on the study of psychological protections with normal and disturbed intelligence, *Vestnik psikhoterapii*, 2020, no. 73 (78), pp. 87–99. (In Russian).
4. Isaeva E. R. *Coping-behavior and psychological protection of the individual in the conditions of health and disease*, St. Petersburg: Publishing House “Pavlov University”, 2009, 136 p. (In Russian).
5. Kryukova T. L. *Methods of studying coping behavior: three coping scales*, Kostroma, Publishing House Nekrasov Kostroma State University, 2010, 64 p. (In Russian).
6. Nalchadzhyan A. A. *Socio-psychological adaptation of the individual: (Forms, mechanisms and strategies)*, Yerevan, Publishing House of the Academy of Sciences of the Armenian Soviet Socialist Republic (SSR), 1988, 262 p. (In Russian).

7. Nartova-Bochaver S. K. "Copingbehavior" in the system of concepts of personality psychology, *Psychological Journal*, 1997, no. 5, pp. 20–30. (In Russian).
8. Slobodchikov V. I., Isaev E. I. *Fundamentals of psychological anthropology. Human psychology: An introduction to the psychology of subjectivity*, Moscow, Shkola-Press, 1995, 384 p. (In Russian).
9. Kuftyak E. V. Psychological health and protective mechanisms (psychological defenses and coping behavior) in childhood, *Psychological Studies*, 2016, vol. 9, no. 49. Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2016v9n49/1335-kuftyak49.html> (accessed 03.05.2021). (In Russian).
10. Rasskazova E. I., Gordeeva T. O. Coping strategies in the psychology of stress: approaches, methods, perspectives, *Psychological Studies*, 2011, no. 3 (17). Available at: <http://psystudy.ru> (accessed 03.05.2021). (In Russian).
11. Usova N. V. Studying the relationship between the features of coping behavior and social activity of an individual in conditions of social and labor uncertainty, *Perspectives of Science and Education*, 2020, no.5 (47), pp. 357–367. Available at: <https://pnojurnal.wordpress.com/2020/10/29/usova/> (accessed 03.05.2021). (In Russian). <https://doi.org/10.32744/pse.2020.5.25>
12. Moos Rudolf H., Schaefer Jeanne A. life transitions and crises, *Coping with Life Crises*, 1986, pp. 3–28. (In Russian). https://doi.org/10.1007/978-1-4684-7021-5_1