

ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.944:376.011.3-051

THE PROBLEM OF PSYCHOSAFETY BEHAVIOR IN THE CONTEXT OF THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF CORRECTIONAL TEACHERS

ПРОБЛЕМА ПСИХОЗАХИСНОЇ ПОВЕДІНКИ В КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я КОРЕКЦІЙНИХ ПЕДАГОГІВ

Альона Погрібна

кандидат психологічних наук, доцент

E-mail: alyona097575@gmail.com

ORCID 0000-0001-6711-342X

ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», Україна

Alona Pohribna

Ph.D in Psychological, Associate Professor

E-mail: alyona097575@gmail.com

ORCID 0000-0001-6711-342X

SHEI «Donbas State Pedagogical University», Ukraine

ABSTRACT

The article is devoted to the problem of psychoprotective behavior of correctional teachers in the context of their psychological health. The urgency of the problem lies in the high stressogenicity and affectogenicity of the professional activity of correctional teachers, which in turn determines the increased requirements for their adaptation mechanisms, which are able to support and implement the adaptation process in conditions of high complexity.

The theoretical analysis of literary sources on the problem of psychological protection showed the ambiguity of views on this phenomenon in foreign and domestic psychology. The vast majority of foreign scientists consider psychological protection mostly as a means of eliminating emotional tension, which protects the psyche from injuries that life circumstances can cause it. At the same time, these mechanisms prevent one from realizing mistakes regarding one's own character traits and behavior, thus complicating the solution of personal problems. Among domestic scientists, there are two fundamentally opposite conceptual approaches to the problem of psychological protection. Researchers who share the ideas of Western scientists consider psychological defense as a maladaptive, unproductive or pathogenic form of personality regulation. Another point of view is based on the fact that, in addition to pathological psychological protection, there is also a normal one, constantly presented in the mind, which serves to relieve tension and is able to prevent the disorganization of human behavior. The question of the adaptive potential of psychological protection mechanisms in the professional activities of teachers of boarding schools for children with intellectual disabilities, their ability to maintain a teacher as a healthy individual and an effective professional, which determined the choice of the topic of our research, remains unexplained.

An experimental study of psychoprotective behavior of teachers of boarding schools for children with intellectual disabilities showed that the leading mechanism of psychological protection in this category of subjects turned out to be an immature protective mechanism that changes and falsifies the perception of reality - projection. Substitution turned out to be the least stressful protective mechanism for correctional teachers. It is proven that projection and regression at a statistically significant level

were maladaptive for this professional environment.

It was determined that such mechanisms of psychological protection as «displacement», «regression», «projection», «compensation» and «rationalization» are statistically more common for teachers of boarding schools for children with intellectual disabilities who have signs of emotional burnout. The analysis of the correlation coefficients between the scales of emotional burnout and the mechanisms of psychological protection, obtained from the respondents, showed that the actualization of forms of psychological protection that are maladaptive for the given professional environment determines not only the occurrence, but also the manifestations of emotional burnout among correctional teachers, which does not contribute to psychological health and psychological well-being of specialists.

Key words: *psychoprotective behavior, psychological defense mechanisms, emotional burnout, psychological health, stress.*

Актуальність теми. Як відомо, взаємодія людини і праці має суперечливий характер та може протікати у формі послідовно змінюючих одна одну прогресивної і регресивної фаз професійного становлення особистості. Професія педагога характеризується жорсткими рамками морально–етичних норм, великою кількістю емоційно насичених ситуацій з когнітивною складністю міжособистісного спілкування, а це потребує від педагога чималого внеска у встановлення довірчих відносин і уміння керувати емоційною напруженістю ділового спілкування. При роботі у школах–інтернатах для дітей з вадами інтелекту (сфера спеціальної освіти) додається фактор співпраці з «психологічно важким» контингентом дітей, що потребує індивідуального та диференційованого підходу до них. Відома вітчизняна дослідниця С.П. Миронова виділила наступні об'єктивні і суб'єктивні фактори, які ускладнюють професійно-педагогічну діяльність фахівців: висока навантаженість на нервову систему педагога; необхідність працювати з неблагополучними сім'ями; незначна зацікавленість влади, батьків щодо проблем дітей з психофізичними вадами розвитку; невисока заробітна платня; недостатнє навчально-методичне забезпечення спеціальних закладів освіти; певна їхня ізольованість тощо (Миронова, 2020).

Доведена стресогенність та афектогенність професійної діяльності корекційних педагогів обумовлюють підвищені вимоги до їх адаптаційних механізмів, що здатні підтримувати та реалізовувати адаптаційний процес в умовах високої складності. Високофункціональна психозахисна поведінка, на нашу думку, здатна стати запорукою психологічного здоров'я фахівців та знизити ризик появи негативних наслідків регресивної фази професійного становлення особистості: професійних деструкцій, деформацій, стагнації і т.п.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми психологічного захисту показав неоднозначність поглядів на даний феномен у зарубіжній та вітчизняній психології. Переважна більшість зарубіжних науковців (А. Adler, Е. Berne, А. Freud, S. Freud, Е. Fromm, Н. Hartmann, К. Horney, С.Г. Jung, М. Klein, F.S. Perls, W. Reich та ін.) розглядають психологічний захист здебільшого як засіб усунення емоційної напруги, що оберігає психіку від травм, які можуть заподіяти їй життєві обставини, але в той же час ці механізми заважають усвідомлювати помилки

щодо власних рис характеру і поведінки, ускладнюючи, таким чином, вирішення особистих проблем. Так, із точки зору психоаналітичної теорії, більшість захисних механізмів не можна вважати успішними, оскільки вони не забезпечують фактичного вирішення інтрапсихічного конфлікту, а лише видозмінюють його складові, що призводить до редукції афекту. Зокрема, S. Freud, вважаючи захисні механізми вродженим засобом вирішення конфлікту між свідомістю і несвідомим, відмічав їхню роль у зниженні напруги, що виникає внаслідок фрустрації внутрішніх інстинктивних імпульсів у ситуації дотримання зовнішніх вимог соціальної взаємодії (Freud, 2021). При цьому, на думку автора, ефективна дія захисних механізмів спотворює картину наших потреб, страхів і прагнень.

Цікавою є думка Е. Верне, який у рамках транзактного аналізу висунув ідею динамічно розгорнутої захисної поведінки. На його думку, приховані транзакції, які становлять основу ігор, є захисними стратегіями особистості. Ігра як механізм психологічного захисту, з одного боку, сприяє стабілізації у внутрішньоособистісному плані, з іншого – руйнує щирі відносини на міжособистісному рівні (Verne, 2016).

У своєму дослідженні ми спираємося на концептуальні положення структурної теорії механізмів психологічного захисту, розробленої на базі загальної психоеволюційної теорії емоцій R. Plutchik. З точки зору даної теорії захисні механізми є вторинними від емоцій (радість, страх, печаль, гнів, очікування, здивування, відраза, прийняття), які в свою чергу визначаються як основні засоби адаптації, метою яких є вирішення проблеми самовиживання на всіх філогенетичних рівнях. З метою опанування основних емоцій утворюються вісім основних захисних механізмів, прояви яких залежать від вікового розвитку і особливостей когнітивних процесів. У цілому вони утворюють гіпотетичну шкалу зрілості - примітивності механізмів захисту, яку в міру зростання зрілості можна представити наступним чином: заперечення, регресія, проєкція, заміщення, витіснення, реактивні утворення, інтелектуалізація, компенсація. Психологічний захист, таким чином, розглядається автором як послідовне спотворення когнітивної і афективної складових образу реальної ексquisite ситуації з метою ослаблення емоційної напруги (Plutchik, 1980).

Серед вітчизняних науковців існують два кардинально протилежні концептуальні підходи до проблеми психологічного захисту. Перша точка зору ґрунтується на положеннях, вироблених здебільшого в рамках клінічних, медико-біологічних та медико-психологічних досліджень. Поділяючи ідеї західних учених, представники даного підходу розглядають психологічний захист як малоадаптивну, неплідну або патогенну форму регуляції особистості. Так, на думку Т.С. Яценко механізми психологічного захисту покликані надати допомогу «Я» в досягненні соціального успіху. Однак засоби і способи надання такої допомоги мають виражене інфантильне забарвлення (під прикриттям просоціальної доцільності поведінки), що ставить під сумнів психологічне благополуччя «Я» і цілісність психіки (Яценко, 2012).

Інша точка зору (Ф.В. Бассін, М.А. Гавриленко, Р.М. Грановська, Л.Р. Гребенніков, Б.В. Зейгарник, І.Я. Коцан, О.Н. Куцебо, Г.В. Ложкін, В.К. Мягер, А.А. Налчаджян, І.М. Нікольська, О.Т. Соколова, М.В. Юркова та ін.) заснована на тому, що окрім патологічного психологічного захисту існує і

нормальний, постійно присутній у свідомості, що служить для зняття напруги та здатний запобігати дезорганізації поведінки людини. Дослідники розглядають психологічний захист як частину загальної адаптивної системи особистості, що охороняє особистість від психотравмуючих переживань, усуває тривогу та допомагає зберегти самоповагу в ситуації мотиваційного конфлікту. Нез'ясованим залишається питання щодо адаптаційного потенціалу механізмів психологічного захисту в професійній діяльності вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту, щодо їх можливості зберегти педагога як здорову особистість та ефективного професіонала.

Формулювання цілей (мета) статті, постановка завдання. Метою даної статті є теоретичний аналіз та експериментальне дослідження особливостей психозахисної поведінки корекційних педагогів в контексті їхнього психологічного здоров'я.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Експериментальне дослідження було проведено з використанням стандартизованих психодіагностичних методик: 1) методика психологічної діагностики індексу життєвого стилю (ІЖС) R. Plutchik, H. Kelierman, H.R. Conte, в адаптації Л.І. Вассермана, О.Ф. Єришева та ін.; 2) методика «Діагностика емоційного вигорання», автор – В.В. Бойко.

В дослідженні прийняли участь 80 вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту м. Слов'янська та м. Миколаївки, середній стаж роботи яких – 15-20 років, середній вік – 40-45 років.

Аналіз захисної поведінки вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту показав, що ведучим механізмом психологічного захисту у даної категорії досліджуваних виявилась проєкція – 71,3%. Висока вираженість даного примітивного, незрілого захисного механізму свідчить про схильність даної категорії педагогів переносити неусвідомлені та неприйнятні для їхньої особистості почуття, думки, мотиви поведінки на інших людей. При цьому спостерігається некритичність до власних недоліків, схильність звинувачувати оточуючих у власних проблемах, що може призвести до помилкової інтерпретації реальності. Слід відзначити, що базовою емоцією при проєкції є неприйняття. Отже, не приймаючи якісь сторони своєї особистості, вчителів відбувається перенесення, що підсилює критику оточуючої дійсності й найближчого соціального середовища. Негативним наслідком такого захисту є бажання виправити зовнішній об'єкт, на який спроєктовані власні неприйнятні почуття, бажання та т.п. Характер педагогічної діяльності дозволяє їм використовувати як об'єкт для подібного переносу власних вихованців і, таким чином, попереджати втрату самоповаги та виправдовувати власні негативні прояви по відношенню до оточуючих.

Найменш напруженим захисним механізмом у вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту виявилось заміщення (1,3%). Цей механізм захисту характеризується спрямуванням негативних емоцій на об'єкти або суб'єкти, що представляються менш небезпечними чи більш доступними, ніж ті, що викликають ці емоції. Виходячи з отриманих результатів, учителі даних навчальних закладів не схильні під впливом стрес-факторів вдаватися до розрядки негативних емоцій інтенсивної дії за допомогою їхнього зміщення на більш доступні та безпечні об'єкти.

Зазначимо, що такі механізми психологічного захисту, як проєкція та регресія, на статистично значущому рівні виявились дезадаптивними для групи вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту (відповідно $r=0,38$; $p\leq 0,05$ та $r=0,60$; $p\leq 0,001$).

Результати побудованої нами таблиці спряженості засвідчили, що такі механізми психологічного захисту як «витіснення», «регресія», «проєкція», «компенсація» та «раціоналізація» статистично більш властиві вчителям шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту, які мають ознаки емоційного вигорання ($p\leq 0,05$). Оскільки ведучим механізмом психологічного захисту у даній категорії досліджуваних виявилася проєкція, ми можемо констатувати, що її висока представленість у репертуарі захисної поведінки прямо пропорційна вразливості вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту до виникнення ознак емоційного вигорання.

Аналіз коефіцієнтів кореляцій між шкалами емоційного вигорання та механізмами психологічного захисту, отриманих у респондентів, показав, що ведучий для даної категорії вчителів механізм психологічного захисту «проєкція» виявив помірні позитивні зв'язки з такими фазами емоційного вигорання, як резистенція ($r=0,34$; $p\leq 0,01$) та виснаження ($r=0,39$; $p\leq 0,001$). Було зафіксовано помірні позитивні зв'язки із симптомами фази виснаження «деперсоналізацією» ($r=0,47$; $p\leq 0,001$), «психосоматичними й психовегетативними порушеннями» ($r=0,48$; $p\leq 0,001$) та фази резистенції – «редукцією професійних обов'язків» ($r=0,31$; $p\leq 0,01$). Отже, «проєкція» у досліджуваній вибірці великою мірою зумовлює деформацію (дегуманізацію) відносин із суб'єктами професійної взаємодії, появу деструктивних змін в емоційно-вольовій та особистісній сферах фахівців, у системі професійних цінностей особистості, призводить до психосоматичних й психовегетативних порушень.

Дезадаптивний захисний механізм «регресія» виявив помірні позитивні зв'язки з усіма фазами емоційного вигорання: напругою ($r=0,44$; $p\leq 0,001$), резистенцією ($r=0,47$; $p\leq 0,001$) та виснаженням ($r=0,43$; $p\leq 0,001$), а також конкретними симптомами - «тривогою і депресією» ($r=0,49$; $p\leq 0,001$), «неадекватним вибіркоvim емоційним реагуванням» ($r=0,38$; $p\leq 0,01$) «емоційним дефіцитом» ($r=0,41$; $p\leq 0,01$), «психосоматичними й психовегетативними порушеннями» ($r=0,46$; $p\leq 0,001$). Означений механізм захисту значно пов'язується з «редукцією професійних обов'язків» ($r=0,52$; $p\leq 0,001$) та «деперсоналізацією» ($r=0,55$; $p\leq 0,001$), слабо - з «переживанням психотравмуючих обставин» ($r=0,23$; $p\leq 0,05$), та «емоційно-моральною дезорієнтацією» ($r=0,25$; $p\leq 0,05$). Таким чином, «регресія» не лише пов'язується з виникненням емоційного вигорання в даному професійному середовищі, а й обумовлює прояв широкого спектру симптомів.

«Заміщення», яке в досліджуваній вибірці має незначну вираженість, виявило помірні позитивні зв'язки з фазою резистенції ($r=0,48$; $p\leq 0,001$), слабкі – з фазою виснаження ($r=0,23$; $p\leq 0,05$). У фазі резистенції даний механізм психологічного захисту позитивно корелює з «емоційно-моральною дезорієнтацією» ($r=0,53$; $p\leq 0,001$) «неадекватним вибіркоvim емоційним реагуванням» ($r=0,41$; $p\leq 0,001$) та «редукцією професійних обов'язків» ($r=0,38$; $p\leq 0,01$). Зазначимо, що слабкі позитивні зв'язки також виявились з

«незадоволеністю собою» (фаза напруги) ($r=0,23$; $p\leq 0,05$) та «емоційним дефіцитом» (фаза виснаження) ($r=0,28$; $p\leq 0,05$). Отримані результати надали нам підстави стверджувати, що актуалізація (напруженість) даного дезадаптивного для вчителів захисного механізму значною мірою може спричинити появу симптомів, перш за все пов'язаних з фазою резистенції.

«Компенсація», яка виявилась прямо пропорційною виникненню емоційного вигорання у вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту, значно пов'язується з фазами резистенції ($r=0,52$; $p\leq 0,001$) та виснаження ($r=0,56$; $p\leq 0,001$). У фазі резистенції відмічено значущі позитивні зв'язки з «неадекватним вибірково емоційним реагуванням» ($r=0,45$; $p\leq 0,001$), «редукцією професійних обов'язків» ($r=0,54$; $p\leq 0,001$), та «емоційно-морально дезорієнтацією» ($r=0,31$; $p\leq 0,01$). У фазі виснаження значні та помірні позитивні зв'язки спостерігаються з наступними симптомами: «емоційним дефіцитом» ($r=0,55$; $p\leq 0,001$), «деперсоналізацією» ($r=0,44$; $p\leq 0,001$) та «психосоматичними й психовегетативними порушеннями» ($r=0,32$; $p\leq 0,01$), слабкі – з «емоційною відстороненістю» ($r=0,25$; $p\leq 0,05$). Зазначимо, що слабкий позитивний зв'язок ми отримали також із симптомом «загнаність до клітки» (фаза напруги) ($r=0,26$; $p\leq 0,05$). Виходячи з вищевказаного, можна констатувати, що «компенсація» спонукає виникнення широкої симптоматики здебільшого фаз резистенції та виснаження у респондентів досліджуваної вибірки.

«Раціоналізація», яка для даної категорії педагогів має більшою мірою дезадаптивний характер, помірно позитивно корелює з фазою виснаження ($r=0,34$; $p\leq 0,01$). Таким чином, актуалізація означеного механізму захисту прямо пропорційна падінню загального енергетичного тону й ослабленню нервової системи у вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту. Отже, встановлено, що усі механізми психологічного захисту, які обумовлюють прояви емоційного вигорання у вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту, виявилися дезадаптивними різного ступеня вираженості для даної категорії педагогічних працівників.

Висновки та перспективи подальших розвідок у даному напрямку. На основі проведеного дослідження можна зробити висновок, що психозахисна поведінка вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту характеризується звуженим репертуаром виражених механізмів психологічного захисту, переважна більшість яких виявились дезадаптивними для даного професійного середовища. Педагоги в процесі напруженої, стресогенно насиченої професійної діяльності здебільшого використовують незрілий механізм психологічного захисту, що змінює та фальсифікує сприйняття реальності – проекцію. Актуалізація дезадаптивних форм психологічного захисту обумовлює виникнення та прояви емоційного вигорання у корекційних педагогів, що не сприяє психологічному здоров'ю та психологічному благополуччю фахівців. Перспективним надалі вбачається вивчення суб'єктивного та психологічного благополуччя вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту, які мають ознаки емоційного вигорання.

ДЖЕРЕЛА І ЛІТЕРАТУРА

Берн, Е. (2016). Ігри, у які грають люди; пер. з англ. К.Меньшикової. Харків: Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля».

Миронова, С.П., Буйняк, М.Г. (2020). Професійна діяльність та особистість корекційного педагога: навчальний посібник. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка.

Фройд, З. (2021). Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан.

Яценко, Т.С. (2012). Взаємозв'язки свідомого і несвідомого в контексті проблеми психологічних захистів. *Психолінгвістика*. Вип. 10. С. 150-159.

Plutchik, R., Keliernan, H. (1980). A general psychoevolutionary theory of emotions. *Emotion: Theory, research, and experience*. V. 1. P. 3–33.

REFERENCES

Bern, E. (2016). *Ihry, u yaki hrayut' lyudy [Games that people play]*. Kharkiv: Knyzhkovyy klub «Klub Simeynoho Dozvillya» [in Ukrainian].

Myronova, S.P., & Buynyak, M.H. (2020). *Profesiyna diyal'nist' ta osobystist' korektsiynoho pedahoha [Professional activity and personality of a correctional teacher]*. Kam'yanets'-Podil's'kyu: Kam'yanets'-Podil's'kyu natsional'nyy universytet imeni Ivana Ohiyenka [in Ukrainian].

Froyd, Z. (2021). *Vstup do psykhoanalizu. Novi vysnovky [Introduction to psychoanalysis. New findings]*. Ternopil': Navchal'na knyha – Bohdan [in Ukrainian].

Yatsenko, T.S. (2012). *Vzayemozv'yazky svidomoho i nesvidomoho v konteksti problemy psykhologichnykh zakhystiv [Relationships between the conscious and the unconscious in the context of the problem of psychological defenses]*. *Psykholinhvistyka – Psycholinguistics*, 10, 150-159 [in Ukrainian].

Plutchik, R., & Keliernan, H. (1980). A general psychoevolutionary theory of emotions. *Theory, research, and experience*. V. 1, 3–33 [in English].

АНОТАЦІЯ

Стаття присвячена проблемі психозахисної поведінки корекційних педагогів в контексті їхнього психологічного здоров'я. Актуальність проблеми полягає у високій стресогенності та афектогенності професійної діяльності корекційних педагогів, що в свою чергу обумовлює підвищені вимоги до їх адаптаційних механізмів, які здатні підтримувати та реалізовувати адаптаційний процес в умовах високої складності.

Теоретичний аналіз літературних джерел з проблеми психологічного захисту показав неоднозначність поглядів на даний феномен у зарубіжній та вітчизняній психології. Переважна більшість зарубіжних науковців розглядають психологічний захист здебільшого як засіб усунення емоційної напруги, що оберігає психіку від травм, які можуть заподіяти їй життєві обставини. В той же час ці механізми заважають усвідомлювати помилки щодо власних рис характеру і поведінки, ускладнюючи, таким чином, вирішення особистих проблем. Серед вітчизняних науковців існують два кардинально протилежні концептуальні підходи до проблеми психологічного захисту. Дослідники, які поділяють ідеї західних учених, розглядають психологічний захист як малоадаптивну, неплідну або патогенну форму регуляції особистості. Інша точка зору заснована на тому, що окрім патологічного психологічного захисту існує і нормальний, постійно присутній у свідомості, що служить для

зняття напруги та здатний запобігати дезорганізації поведінки людини. Нез'ясованим залишається питання про адаптаційний потенціал механізмів психологічного захисту в професійній діяльності вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту, про їх можливість зберегти педагога як здорову особистість та ефективного професіонала, що обумовило вибір теми нашого дослідження.

Експериментальне дослідження психозахисної поведінки вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту показало, що ведучим механізмом психологічного захисту у даній категорії досліджуваних виявився незрілий захисний механізм, що змінює та фальсифікує сприйняття реальності – проекція. Найменш напруженим захисним механізмом у корекційних педагогів виявилось заміщення. Доведено, що проекція та регресія на статистично значущому рівні виявились дезадаптивними для даного професійного середовища.

Визначено, що такі механізми психологічного захисту як «витіснення», «регресія», «проекція», «компенсація» та «раціоналізація» статистично більш властиві вчителям шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту, які мають ознаки емоційного вигорання. Аналіз коефіцієнтів кореляцій між шкалами емоційного вигорання та механізмами психологічного захисту, отриманих у респондентів, показав, що актуалізація дезадаптивних для даного професійного середовища форм психологічного захисту обумовлює не лише виникнення, а й прояви емоційного вигорання у корекційних педагогів, що не сприяє психологічному здоров'ю та психологічному благополуччю фахівців.

Ключові слова: психозахисна поведінка, механізми психологічного захисту, емоційне вигорання, психологічне здоров'я, стрес.