

УДК 159.943

doi: 10.18101/1994-0866-2017-7-114-121

**РЕГУЛЯТОРНЫЕ АСПЕКТЫ  
ЗАЩИТНО-СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ПЕДАГОГОВ**© **Гунзунова Бальжима Анатольевна**

кандидат психологических наук, доцент,  
Бурятский государственный университет  
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а  
E-mail: balzhimag@mail.ru

© **Гунзунов Баир Анатольевич**

магистрант,  
Бурятский государственный университет  
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а  
E-mail: darima97@mail.ru

Рассматривается вопрос взаимосвязи защитно-совладающего поведения и саморегуляции педагогических работников. Представлены результаты исследования механизмов психологической защиты и копинг-стратегий в их взаимоотношениях с процессами саморегуляции. Описано защитно-совладающее поведение как механизм системы саморегуляции субъекта педагогической деятельности. Определены различия в особенностях совладания со стрессом в эмпирической группе педагогов и у представителей несоциально-экономических профессий. В результате показано, что сравнительная группа, не сталкивающаяся с постоянными стрессорами в повседневной профессиональной деятельности, применяет пассивные копинг-стратегии при разрешении конфликтных ситуаций. Представители несоциально-экономических профессий, в отличие от педагогов, в меньшей степени предпочитают конструктивные модели совладающего поведения в профессиональной сфере. Педагоги с развитыми процессами саморегуляции наиболее часто используют когнитивные копинг-механизмы, направленные на проведение оценки стрессовых ситуаций. Выявлено, что доминирование успешных конструктивных моделей совладающего поведения в профессиональной деятельности педагогов в целом образует эффективные стили саморегуляции эмоционально-стрессовых состояний.

**Ключевые слова:** саморегуляция; защитно-совладающее поведение; копинг-стратегии; механизмы психологической защиты; эмоционально-стрессовые состояния; педагогическая деятельность; несоциально-экономические профессии.

В современных социокультурных условиях в период модернизационных процессов в системе образования возрастают требования к профессиональной деятельности педагога, его профессионально-личностным качествам, особое значение среди которых отводится осознанной саморегуляции — «целесообразной активности по организации и управлению поведением, деятельностью, психическим состоянием и процессами» [6].

Как отмечают В. И. Моросанова и Т. Г. Фомина, в педагогической деятельности саморегуляция является как механизмом регуляции в достижении целей, так и личностной регуляцией, то есть организацией собственных индивидуальных ресурсов в достижении конкретных целей [7]. Защитно-совладающее поведение

является целенаправленным социальным поведением педагогического работника, позволяющим справиться ему с различными трудными ситуациями в жизни, в том числе и в профессиональной деятельности, используя при этом различные психологические защиты и стратегии действий.

В рамках эмпирического исследования мы предположили, что доминирование успешных конструктивных моделей совладающего поведения в профессиональной деятельности педагогов в целом образует гармоничные стили саморегуляции поведения [2].

В исследовании применялись различные статистические методы, чтобы проверить данное предположение. В исследовании приняли участие две группы испытуемых: первая группа — эмпирическая, состоящая из педагогических работников, вторая — сравнительная (специалисты несоциально-экономических профессий). Нами использованы следующие методы: 1) саморегуляция — опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В. И. Моросановой (1998) [5], 2) механизмы психологической защиты — опросник «Индекс жизненного стиля» (LSI) Г. Келлермана и Р. Плутчика, 3) копинг-стратегии — опросник «Индикатор копинг-стратегий» («CSI») Дж. Амирхана.

При сравнительном анализе показателей защитно-совладающего поведения в эмпирической и сравнительной группах по U Вилкоксона — Манна-Уитни были выражены достоверные различия (табл. 1).

Таблица 1

Показатели защитно-совладающего поведения  
в эмпирической и сравнительной группах

Шкалы	Эмпирическая группа (средний ранг)	Сравнительная группа (средний ранг)	Mann-Whitney U	Wilcoxon W	Z	Sig.
Отрицание	137,52	63,48	8701,50	13751,50	9,156	0,001*
Вытеснение	87,81	113,19	3731,00	8781,00	-3,202	0,001*
Регрессия	87,45	113,55	3695,00	8745,00	-3,290	0,001*
Компенсация	70,86	130,32	2017,50	7067,50	-7,371	0,001*
Проекция	98,84	102,16	4833,50	9883,50	-0,418	0,676
Замещение	78,32	122,68	2782,00	7832,00	-5,592	0,001*
Интеллектуализация	125,20	75,80	7470,50	12520,50	6,130	0,001*
Реактивные образования	110,96	90,04	6046,00	11096,00	2,597	0,009*
Разрешение проблемы	131,64	69,36	8113,50	13163,50	7,630	0,001*
Социальная поддержка	108,32	92,68	5782,00	10832,00	1,920	0,055
Избегание проблемы	73,25	127,75	2275,00	7325,00	-6,674	0,001*

\*Примечание: Sig — уровень значимости

Результаты статистического анализа указывают на высокую статистическую значимость результатов в эмпирической группе по следующим шкалам защитно-совладающего поведения: «отрицание» ( $U=137,52$ ,  $p<0,001$ ), «интеллектуализация» ( $U=125,20$ ,  $p<0,001$ ), «реактивные образования» ( $U=110,96$ ,  $p<0,009$ ), «разрешение проблем» ( $U=131,64$ ,  $p<0,001$ ). В сравнительной группе выявлены статистически значимые показатели по шкалам «компенсация» ( $U=130,32$ ,  $p<0,001$ ), «замещение» ( $U=122,68$ ,  $p<0,001$ ), «избегание проблемы» ( $U=127,75$ ,  $p<0,001$ ).

На втором этапе исследования проведенный корреляционный анализ шкал саморегуляции, механизмов психологической защиты и копинг-стратегий обнаружил множество значимых корреляций. Нами применялся коэффициент корреляции Спирмена (табл. 2).

Таблица 2

Корреляционная матрица взаимосвязей показателей саморегуляции и защитно-совладающего поведения в эмпирической группе

Шкалы защитно-совладающего поведения	Показатели саморегуляции						
	Планирование	Программирование	Моделирование	Оценка и коррекция результатов	Гибкость	Самостоятельность	Общий уровень
Отрицание	–	0,162*	0,136*	0,253**	0,199**	–	–
Вытеснение	–	–	–	–	–	–	–
Регрессия	–	–	–0,128*	–	–	–	–
Компенсация	–	–0,382**	–0,266**	–0,201**	0,201**	–0,229**	–0,165**
Проекция	–	–0,221**	–	–0,126*	–0,232**	–0,165**	–0,179**
Замещение	–	–	–	–	–	–	–
Интеллектуализация	0,156*	–	0,253**	–	0,267**	–	0,219*
Реактивные образования	–	0,245**	–	–	0,199**	0,196**	0,184*
Разрешение проблемы	–0,126*	0,277**	–	–	0,203**	–	0,168*
Социальная поддержка	–0,138*	–	–0,133*	–	–	–	–
Избегание проблемы	–	–0,138*	–0,164**	–	–	–	–

\*Примечание: \*\* $p<0,01$ , \* $p<0,05$

Далее нами проанализированы взаимосвязи между переменными саморегуляции и механизмами психологической защиты. Защитный механизм «отрицание» в форме отсутствия признания педагогами профессиональной реальности связан положительной связью с показателями «программирования» ( $r=0,162$ ,  $p<0,05$ ), «моделирования» ( $r=0,136$ ,  $p<0,05$ ), «оценки результатов деятельности» ( $r=0,253$ ,  $p<0,01$ ) и «гибкости» ( $r=0,199$ ,  $p<0,05$ ) в эмпирической группе. По нашему мнению, это связано с высокой сформированностью регуляторных процессов педа-

гогических работников, которая позволяет им отрицать наличие у себя проблем, фрустрирующую реальность, связанную с работой.

Статистически достоверная связь защитного механизма «интеллектуализация» обнаруживается со шкалами саморегуляции: «моделирование» ( $r=0,253$ ,  $p<0,01$ ), «гибкость» ( $r=0,267$ ,  $p<0,01$ ) и «общий уровень саморегуляции» ( $r=0,219$ ,  $p<0,01$ ). Применение зрелого механизма «интеллектуализация» (рационализация) характеризуется гармоничной развитостью и оперативностью психических подсистем, обеспечивающих различные регуляторные функции в эмпирической группе [4].

Анализ взаимосвязей между показателями по шкале «реактивные образования» и отдельными регуляторными звеньями показал наличие прямых взаимосвязей со шкалами «программирование» ( $r=0,245$ ,  $p<0,01$ ), «гибкость» ( $r=0,199$ ,  $p<0,01$ ), «самостоятельность» ( $r=0,196$ ,  $p<0,01$ ) и «общий уровень саморегуляции» ( $r=0,184$ ,  $p<0,01$ ). Отсюда вытекает, что формирование защитных реакций на проявления неприемлемых мыслей, чувств и поступков путем преувеличенного развития противоположных стремлений достигает наибольшей выраженности у педагогов с высокими значениями регуляторно-личностного свойства самостоятельности и развитости регуляторной гибкости, которая позволяет им быть восприимчивыми ко всему новому, дает хорошую приспособляемость и социальную адаптивность [2].

Результаты исследования обратной корреляционной связи защитного механизма «компенсация» со шкалами саморегуляции «программирование» ( $r=-0,382$ ,  $p<0,01$ ), «моделирование» ( $r=-0,266$ ,  $p<0,01$ ), «оценка результатов деятельности» ( $r=-0,201$ ,  $p<0,01$ ), «гибкость» ( $r=-0,201$ ,  $p<0,01$ ), «самостоятельность» ( $r=-0,229$ ,  $p<0,01$ ) и «общий уровень саморегуляции» ( $r=-0,165$ ,  $p<0,01$ ) свидетельствуют о том, что педагоги способны продумывать свое поведение, достигать намеченных целей. Разрабатывают программы самостоятельно, легко адаптируются в инновационных образовательных ситуациях, стрессоустойчивы, что способствует снижению защитного реагирования по компенсаторному типу.

Механизм «проекция» отрицательно коррелирует с показателями шкалы «программирования» ( $r=-0,221$ ,  $p<0,01$ ), «гибкости» ( $r=-0,232$ ,  $p<0,01$ ), «оценки результатов деятельности» ( $r=-0,126$ ,  $p<0,05$ ), «самостоятельности» ( $r=-0,165$ ,  $p<0,01$ ) и «общего уровня саморегуляции» ( $r=-0,179$ ,  $p<0,01$ ). Это говорит о том, что педагоги с высоким уровнем защитного проецирования недостаточно владеют способами перестройки действий, внесения коррекции в систему саморегуляции, если изменяются внешние и внутренние условия, при напряженных и экстремальных обстоятельствах.

Исследование особенностей саморегуляции в их взаимоотношениях с совладающим поведением является важной областью изучения данного феномена. Изучение процессов саморегуляции в их взаимосвязи с совладающим поведением отражает различное соотношение. При оценке положительной корреляционной связи стратегии «разрешение проблем» со шкалами «программирование» ( $r=0,277$ ,  $p<0,01$ ), «гибкость» ( $r=0,203$ ,  $p<0,01$ ) и «общий уровень саморегуляции» ( $r=0,168$ ,  $p<0,01$ ) выявлено, что эти взаимодополняющие характеристики показывают, что педагогические работники предпочитают использовать различные способы и приемы регуляции эмоциональных состояний для решения проблем, возникающих в профессиональной сфере (табл. 2). По нашему мнению, это обу-

словлено большей сформированностью интерактивных навыков у педагогов в силу специфики педагогической деятельности.

Отрицательная направленность коэффициентов корреляции между показателями «программирования» ( $r=0,138$ ,  $p<0,01$ ) и «моделирования» ( $r=0,164$ ,  $p<0,05$ ) и стратегии «избегания проблем» указывают на слабовыраженные возможности саморегуляции при пассивной копинг-стратегии «избегание». Копинг-ресурс «избегание» используется в тех случаях, когда испытуемые сомневаются в возможности преодоления проблемы своими силами, негативно оценивают ситуацию, при возникновении проблем педагоги активно не решают их, проецируют свои ответственные решения на других участников образовательного процесса [4].

Выявлены статистически значимые обратные корреляционные связи стратегии «поиск социальной поддержки» и шкал саморегуляции «программирование» ( $r=-0,138$ ,  $p<0,05$ ) и «моделирование» ( $r=-0,133$ ,  $p<0,05$ ), свидетельствующие о том, что надлежащая социальная поддержка играет важную защитную роль для людей, которые испытывают тяжелый кризис или страдают от проблем длительного характера. Для того, чтобы социальная поддержка могла стать эффективной, педагоги должны уметь оценивать и регулировать свое состояние и обращаться за помощью, когда она необходима [3].

Корреляционные созависимости, полученные в сравнительной группе в диадах «саморегуляция — защитно-совладающее поведение», отражают, как и в предыдущем случае, различные взаимосвязи между анализируемыми показателями (табл. 3).

Таблица 3

Корреляционная матрица взаимосвязей показателей саморегуляции и защитно-совладающего поведения в сравнительной группе

Шкалы защитно-совладающего поведения	Показатели саморегуляции						
	Планирование	Программирование	Моделирование	Оценка и коррекция результатов	Гибкость	Самостоятельность	Общий уровень
Отрицание	–	–	–	–	–	–	–
Вытеснение	0,208**	0,212**	0,288**	0,309**	–	–	–
Регрессия	–	–	–	-0,183**	–	–	–
Компенсация	-0,164*	-0,154*	-0,174*	-0,180*	–	–	–
Проекция	0,213**	0,175*	–	0,185**	–	–	–
Замещение	-0,296**	-0,195**	-0,166*	-0,224**	-0,220**	–	–
Интеллектуализация	0,181*	–	–	–	–	–	–
Реактивные образования	–	–	–	–	–	–	–
Разрешение проблемы	-0,266**	-0,278**	-0,224**	-0,292**	0,226**	–	–
Социальная поддержка	–	–	–	–	–	–	–
Избегание проблемы	0,325**	0,345**	0,310**	0,336**	–	–	–

\*Примечание: \*\* $p<0,01$ , \* $p<0,05$

При анализе коэффициентов корреляции между значениями защитного механизма «вытеснение» и показателями саморегуляции в сравнительной группе нами выделены следующие корреляционные взаимосвязи: «планирование» ( $r=0,208$ ,  $p<0,01$ ), «программирование» ( $r=0,212$ ,  $p<0,01$ ), «моделирование» ( $r=0,288$ ,  $p<0,01$ ), «оценка результатов деятельности» ( $r=0,309$ ,  $p<0,01$ ). Когда «вытеснение» положительно коррелирует с саморегуляцией, можно предполагать, что высокий уровень вытеснения обуславливает рост регуляции.

В сравнительной группе выявлены корреляционные соотношения «компенсации» и «саморегуляции», сходные с рассмотренными выше в эмпирической группе: «планирование» ( $r=-0,164$ ,  $p<0,05$ ), «программирование» ( $r=-0,154$ ,  $p<0,05$ ), «моделирование» ( $r=-0,174$ ,  $p<0,05$ ), «оценка результатов деятельности» ( $r=-0,180$ ,  $p<0,05$ ). Учитывая отрицательную направленность всех обозначенных коэффициентов, можно констатировать наличие обратной зависимости. Здесь мы имеем достоверную связь выраженного компенсаторного психозащитного механизма со снижением регулярных компонентов личности.

Защитное замещающее поведение в форме разрядки напряжения, созданное недоступной потребностью, но не приводящее к желаемой цели, у представителей несоциально-экономических профессий отрицательно связано с «планированием» ( $r=-0,296$ ,  $p<0,01$ ), «программированием» ( $r=-0,195$ ,  $p<0,01$ ), «моделированием» ( $r=-0,166$ ,  $p<0,05$ ), «оценкой результатов деятельности» ( $r=-0,224$ ,  $p<0,01$ ) и «гибкостью» ( $r=-0,220$ ,  $p<0,01$ ).

Замещающая деятельность может отличаться от исходной изменением формы активности, а также переходом активности в иной план (например, от предпринимательского осуществления в плоскость фантазии). Многие авторы вслед за З. Фрейдом считают замещение не частным защитным или компенсаторным механизмом, а базовым способом функционирования бессознательного. Бывает, что сотрудник, чьи результаты недовольна администрация, переносит свои отрицательные переживания на коллектив, делая его или отдельного человека «козлом отпущения». Р. М. Грановская отмечает, что наиболее типичными примерами замещения являются следующие: при невозможности побить обидчика возникает стремление оскорбить его; исчерпав аргументы в споре, человек приходит в ярость и срывается на крик [1]. Еще одной формой данного механизма выступает замещающая любовь, обращенная к новому объекту. Эта отчужденная форма любви служит средством, облегчающим боль, вызванную одиночеством или другими проблемами. Обнаруженный факт замещающего поведения данной категории испытуемых сопряжен с менее выраженной, неэффективной регуляторикой в ситуациях психоэмоционального напряжения [2; 4].

Имеющие самый высокий показатель копинг-стратегии «избегание» испытуемые дают сильный положительный коэффициент корреляции с процессами саморегуляции («планирование» ( $r=0,325$ ,  $p<0,01$ ), «программирование» ( $r=0,345$ ,  $p<0,01$ ), «моделирование» ( $r=0,310$ ,  $p<0,01$ ), «оценка результатов деятельности» ( $r=0,336$ ,  $p<0,01$ )). Вместе с тем с таким совладающим поведением, как «разрешение», полученные корреляции имеют отрицательный знак («планирование» ( $r=-0,266$ ,  $p<0,01$ ), «программирование» ( $r=-0,278$ ,  $p<0,01$ ), «моделирование» ( $r=-0,224$ ,  $p<0,01$ ), «оценка результатов деятельности» ( $r=-0,292$ ,  $p<0,01$ )). Сравнительная группа, не сталкивающаяся с постоянными стрессорами в повседневной

профессиональной деятельности, применяет пассивные копинг-стратегии при разрешении конфликтных ситуаций. Очевидно, представители несоциально-экономических профессий, в отличие от педагогов, в меньшей степени предпочитают успешные конструктивные модели совладающего поведения в профессиональной сфере.

Корреляционный анализ показал, что выраженная способность к саморегуляции связана с использованием активных копинг-стратегий, направленных на непосредственное разрешение проблемных ситуаций. Доминирование активных базисных стратегий совладания со стрессом в целом образует гармоничные стили саморегуляции эмоциональных состояний и стрессовых ситуаций. Педагоги с развитыми процессами саморегуляции наиболее часто используют когнитивные копинг-механизмы, направленные на проведение оценки стрессовых ситуаций: стремление лучше разобраться в проблеме, поиск возможных способов решения, обдумывание плана действий для разрешения проблемных ситуаций.

#### Литература

1. Грановская Р. М. Психологическая защита у детей. СПб., 2000. 507 с.
2. Гунзунова Б. А. Защитно-совладающее поведение как механизм системы саморегуляции в профессиональной педагогической деятельности // Современные проблемы клинической психологии и психологии личности. Новосибирск, 2017. С. 173–178.
3. Гунзунова Б. А. Особенности копинг-поведения педагогических работников // Евразийская парадигма России: ценности, идеи, практика. Улан-Удэ, 2015. С. 183–185.
4. Корытова Г. С. Защитно-совладающее поведение субъекта в профессиональной педагогической деятельности: дис. ... д-ра психол. наук; Иркутский гос. ун-т. Иркутск, 2007. 528 с.
5. Моросанова В. И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): Руководство. М., 2004.
6. Моросанова В. И. Саморегуляция и индивидуальность человека. М., 2012. С. 13.
7. Моросанова В. И., Фомина Т. Г. Дифференциально-регуляторные основы педагогического взаимодействия учителя // Психологическая наука и образование. 2012. № 2. С. 94–102.

#### REGULATORY ASPECTS OF THE DEFENSIVE COPING BEHAVIOR OF TEACHERS

*Balzhima A. Gunzunova*  
Cand. Sci. (Psych.), A/Prof.,  
Buryat State University  
24a Smolina St., Ulan-Ude 670000, Russia  
E-mail: balzhimag@mail.ru

*Bair A. Gunzunov*  
Cand. for a Master's Degree,  
Buryat State University  
24a Smolina St., Ulan-Ude 670000, Russia  
E-mail: darima97@mail.ru

The article considers the problem of relationship between defensive coping behavior and self-regulation of teachers. The results of research on the mechanisms of psychological defense and coping strategies in correlation with the processes of self-regulation are presented. Defensive-coping behavior is described as a mechanism of self-regulation system of the actors of teaching. We have determined the differences in coping strategies of teachers of the empirical group and representatives of non-socionomic professions. Thus, it is shown that respondents of the comparative group, which does not face constant stressors in everyday professional activity use passive coping strategies in resolving conflict situations, the representatives of non-socionomic professions, in contrast to teachers, more rarely prefer constructive models of coping behavior in the professional sphere. Teachers with advanced self-regulation processes typically use cognitive coping mechanisms aimed at assessing stressful situations. It is revealed that the dominance of successful constructive models of coping behavior in the professional activity of educators forms effective styles of self-regulation in emotional stress conditions.

*Keywords:* self-regulation; defensive coping behavior; coping strategies; mechanisms of psychological defense; emotional stress conditions; pedagogical activity; non-socionomic professions.