

Стратегии поведения при переживании кризиса в профессиональной переподготовке личности

Н.Н. Дудаль

Анализируются стратегии поведения при переживании кризиса в процессе профессиональной переподготовки на различных возрастных этапах. Представлен анализ психологического содержания кризиса. В контексте концепции переживания кризиса как трудной жизненной ситуации исследованы копинг-стратегии и защитные механизмы слушателей разного возраста, проходящих профессиональную переподготовку.

Ключевые слова: переживание, смысложизненный кризис, профессиональный кризис, ненормативный кризис, профессиональная переподготовка, копинг-стратегия, защитный механизм.

Strategies of behavior undergoing the crisis in the process of professional retraining in different age periods are analyzed in the paper. The analysis of the problem psychological content of the crisis are given. A coping-strategy and defensiveness of students of different ages, undergoing professional retraining are examined within the context of the concept of undergoing the crisis as a difficult life situation.

Keywords: experience, crisis of purpose of life, professional crisis, non-normative crisis, professional retraining, coping-strategy, defensiveness.

Одним значимых кризисных событий взрослого человека можно назвать вынужденную профессиональную переподготовку. Невозможность реализации своего профессионального потенциала является для него одной из самых сложных проблем.

Психология профессиональной переориентации, слабо освещена в психолого-педагогической литературе как предметная, специальная область исследований. Переобучение специалистов в большинстве случаев ведется без глубокой теоретико-методологической основы – либо на базе концепций «первичной» профессионализации личности, когда субъект впервые осваивает профессию, либо на основе «здорового смысла» и личного опыта педагога.

В трактовке термина «профессиональная переподготовка» мы основываемся на понятии, сформулированном Э.М. Никитиным: «Переподготовка – получение новой специальности или квалификации путем освоения профессиональных или дополнительных программ»[1].

Оформление проблемы кризисов в профессиональном становлении личности в самостоятельную исследовательскую область произошло в контексте разработки возрастной психологии. Исследованиями, раскрывающими психологические факторы кризисов профессионального становления, занимались Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов, А.К. Маркова, Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова.

Поскольку ведущей деятельностью взрослого человека становится учебно-профессиональная и профессиональная, оправданно называть эти кардинальные изменения кризисами профессионального развития личности. Решающее значение в их возникновении принадлежит смене и перестройке ведущей деятельности [2].

Основываясь на концепции профессионального становления личности, кризисы можно определить как резкие изменения вектора ее профессионального развития. Кризис характеризует состояние, порождаемое вставшей перед человеком актуальной проблемой, от которой он не может уйти и которую не может разрешить в короткое время и привычным способом [3].

Переход от одной деятельности к другой в зрелом возрасте имеет свои особенности: у взрослого человека, подготовленного в профессиональной области, уже есть сформировавшиеся в предыдущей деятельности знания, опыт, определенные личностные качества и профессиональные деформации. С возрастом объективно снижаются возможности развития индивидуальных качеств, способность формирования новых знаний и навыков, возникают сложнейшие переживания, стрессовые и кризисные состояния.

Ряд авторов отмечает, что переподготовка, переобучение взрослого человека – сложный, противоречивый процесс и отличается от традиционного обучения. Ю.Н. Кулюткин указывает на особенности мотивации взрослых, их познавательную активность, особую

личностную позицию в учебном процессе, подчеркивает неоднозначность влияния жизненного и профессионального опыта на успешность обучения [4]. Л.И. Анцыферова акцентирует необходимость учета «сильнейших эмоциональных барьеров, мешающих человеку отказаться от усвоенной и некогда лично принятой системы ныне устаревших знаний ..., о действии механизмов психологической защиты своего Я, слитого у взрослого человека со сложившимся мировоззрением, с выработанными убеждениями, нуждающимися, однако, в коррекции» [5, с. 55]. В.С. Лазарев, В.В. Давыдов, С.Д. Неверкович прямо утверждают, что проблема переподготовки специалистов – это проблема, в первую очередь, переучивания и преодоления сопротивления личности, что всегда необходимо учитывать в работе со взрослыми [6].

Для субъекта переподготовки смена профессии и профессиональное переобучение чаще всего – это трудная жизненная ситуация, в которой он проявляет разные стратегии совладания. Это критическая ситуация с точки зрения психоэмоциональных состояний, т.к. взрослый человек в этот период часто испытывает стресс, фрустрацию, внутренний конфликт или кризис.

Говоря непосредственно о переживании, необходимо отметить, что в настоящее время в психологической науке существует множество взглядов на сущность понятия «переживание» и не выработано общепризнанной теории, хотя проблемой занимались такие видные ученые как В. Дильтей, Ф. Крюгер, А.Н. Леонтьев, К.Г. Юнг, В. Франкл, А. Маслоу, Л.С. Выготский, Л.И. Божович, М.Г. Ярошевский, Г.С. Абрамова, М.М. Бахтин, Б.М. Теплов и др.

Остаются практически неисследованными проблемы переживания личностью профессиональной переподготовки на различных возрастных этапах.

Теоретическую основу проведенного нами исследования составляет подход Ф.Е. Василюка, который рассматривает переживание как особую деятельность, работу по перестройке психологического мира личности, направленную на повышение осмысленности собственной жизни. Переживания порождаются критическими ситуациями, в которых может оказаться человек и которые, в свою очередь, рассматриваются как ситуации невозможности, т.е. такие ситуации, в которых субъект сталкивается с невозможностью реализации внутренних потребностей своей жизни [3].

Мы опираемся на субъектный подход к пониманию профессиогебеза, рассматривая обучение профессии и профессиональную переподготовку как стадии одного и того же процесса. Кроме того мы рассматриваем наших респондентов как находящихся в ненормативном профессиональном кризисе, который в свою очередь явился дополнительным условием возникновения внутриличностного кризиса.

Для проведения исследования мы использовали следующие методики:

1) «Индикатор копинг-стратегий», разработанную Д. Амирханом и предназначенную для диагностики доминирующих копинг-стратегий личности (для работы с русскоязычным населением адаптирована Н.А. Сиротой и В.М. Ялтонским)[7];

2) «Индекс жизненного стиля», адаптированную авторским коллективом под руководством Л.И. Вассермана, которая использовалась нами для определения механизмов психологической защиты. Данная методика содержит данные о валидности и надежности [8].

Целью исследования стало выявление особенностей применения копинг-стратегий и защитных механизмов при переживании кризиса профессиональной переподготовки на различных возрастных этапах. В исследовании приняло участие 78 слушателей Института повышения квалификации и переподготовки кадров УО «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины», проходивших переподготовку по специальностям «Практическая психология» и «Социальная педагогика». Возраст респондентов от 23 до 43 лет, все участники исследования женщины. Все испытуемые имели высшее педагогическое образование и стаж работы в системе образования по основной специальности от нескольких месяцев до 20 лет. Особенность данной выборки составило то обстоятельство, что педагоги оказались в ситуации вынужденной переподготовки, т.к. лишились работы по специальности в своих школах, что явилось дополнительным, чаще негативным, психологическим фактором.

Исследование проводилось в два этапа. На первом в результате индивидуальных бесед и при помощи методики «Смыслжизненный кризис» были выявлены лица, находящиеся в состоянии кризиса [8]. На основании полученных данных было сформировано 4 группы респондентов. Критериями отнесения испытуемых послужили возраст и нахождение в состоянии

кризиса. Так, в первую группу попали 34 человека в возрасте от 23 до 30 лет, не находящиеся в состоянии кризиса. Во второй оказались слушатели той же возрастной категории, но находящиеся в состоянии кризиса – 8 человек. Третья группа состояла из слушателей в возрасте от 31 до 43 лет, не находившихся в состоянии кризиса – 20 человек, а четвертая была сформирована из представителей этого же возрастного периода и находящихся в состоянии кризиса – 16 человек.

Применяя многофункциональное статистическое угловое преобразование Фишера, мы с достоверностью в 95 % доказали, что доля лиц в четвертой группе статистически значимо выше, чем доля лиц во второй группе. Это свидетельствует о том, что вынужденная профессиональная переподготовка воспринимается как кризис острее возрастными слушателями.

В ходе исследования были определены преобладающие стратегии в поведении респондентов. Наиболее значимые различия выявились в использовании такой стратегии как поиск социальной поддержки. Среди наших респондентов данная стратегия выражена как «высокая» у представительниц первой и второй групп. У членов третьей группы она выражена как «средняя» и в четвертой – как «низкая».

Полученные данные можно объяснить возрастными отличиями. Слушательницы первой и второй групп достаточно молоды и полностью не оторваны от родителей ни в моральном, ни в материальном плане (некоторые из них живут с родителями и за их счет). Также в этом возрасте еще сильны студенческие связи и дружеские отношения, которые активно используются для решения проблем трудоустройства. У поколения 30–40-летних стратегия поиска социальной поддержки используется на уровне «средний» в группе вне состояния кризиса и на уровне «низкий» в группе в состоянии кризиса. Достаточно низкую частоту обращений можно объяснить, сославшись на теорию Э. Эриксона, который писал, что для людей, достаточно успешно переживающих кризис средней зрелости, свойственна сильная сторона личности – забота [9]. Представители этой группы еще находятся в границах кризиса, и поэтому они уже оторвались от «зависимых» отношений, но еще «не созрели для заботы».

Стратегия «разрешение проблем» используется всеми участниками на среднем уровне, что говорит о не совсем активной поведенческой позиции, при которой слушатели не стремятся использовать все имеющиеся у них личностные ресурсы для поиска возможных способов эффективного разрешения проблем. Стратегия «избегания проблем» используется представителями всех групп на низком уровне, что свидетельствует о наличии некоторой активности и одновременно – дефиците инициативы с их стороны при решении проблем. Данная стратегия является одной из ведущих поведенческих при формировании дезадаптивного, псевдосовладающего поведения.

В целом можно констатировать тот факт, что стратегии совладания и активная поведенческая позиция у наших слушателей, к сожалению, не выработаны. Это необходимо учитывать при организации процесса обучения, тем более что обучаются они психологии и социальной педагогике.

Проведя методику «Индекс жизненного стиля», мы выявили наиболее активно используемые респондентами защитные механизмы. Предпочитаемыми стратегиями у всех групп испытуемых являются: реактивные образования, регресс, компенсация и отрицание; наименее используемыми – интеллектуализация, подавление, проекция. Но мы отметили некоторые различия в количественном выражении защитных механизмов: у представителей третьей группы числовые показатели выраженности защит несколько ниже, чем у остальных. Это объясняется, на наш взгляд, более зрелым и высоким уровнем развития личности. Наблюдается также интересная тенденция – те механизмы, которые представлены у наших испытуемых на первых позициях (реактивные образования, регресс, компенсация и отрицание) психологами относятся к протективным, т.е., более примитивным, не допускающим поступления конфликтной и травмирующей личностью информации в сознание. А вот дефензивные механизмы защиты (интеллектуализация, подавление, проекция), которые допускают травмирующую информацию в сознание, но интерпретируют ее «безболезненным» образом, представлены у всех групп испытуемых на последних позициях, что говорит о незрелости в использовании защит и опасно формированием тенденции неконструктивного переживания критических жизненных ситуаций.

Обобщая результаты проведенных исследований, резюмируем, что слушатели, выделенные нами групп, в процессе профессиональной переподготовки используют разные стратегии поведения при переживании кризиса.

Слушатели в возрасте от 23 до 30 лет, входящие в первую группу, переживают низкий и средний уровень смыслового кризиса. Они неоправданно часто прибегают к копинг-стратегии «поиск социальной поддержки». На среднем уровне проявлено стремление решать проблемы протективными защитными механизмами.

Слушатели, входящие во вторую группу, в возрасте от 23 до 30 лет, находящиеся в состоянии высокого уровня смыслового кризиса, применяют предпочтительно стратегии совладания – «поиск социальной поддержки» на высоком уровне, «разрешение проблем» – на низком. Им характерна ориентация на конкретные жизненные ситуации, низкий уровень веры в свои силы и в возможность вторгаться в процесс течения жизни. Характерно преобладание веры в осуществление жизненных планов над активностью в их реализации.

Слушатели, составляющие третью группу, возраст от 31 до 43 лет, характеризуются средним уровнем смыслового кризиса, преимущественной ориентацией на настоящее. В их поведении преобладают стратегии «разрешения проблем» и применение на среднем уровне стратегии «поиска социальной поддержки». Достаточно выражена удовлетворенность жизнью и ее эмоциональной насыщенностью, высоко ориентированы на поддержку других, преобладает активность в осуществлении жизненных планов.

Для слушателей, входящих в четвертую группу, в возрасте от 31 года до 43 лет характерен высокий уровень смыслового кризиса, преобладание направленности жизненных смыслов на прошлое, преимущественное применение, стратегии «разрешения проблем», на редко используются стратегии «поиск социальной поддержки» и «избегание проблем». Преобладает поведенческая стратегия подчиненного, вера в осуществимость жизненных планов преобладает над активностью в их осуществлении, низкий уровень веры в свои силы.

Таким образом, стратегии поведения переживания кризиса профессиональной переподготовки в период молодости и взрослости имеют свои отличительные особенности, которые необходимо учитывать при организации и проведении образовательного процесса.

Литература

1. Никитин, Э.М. Теоретические и организационно-педагогические основы развития федеральной системы дополнительного педагогического образования / Э.М. Никитин. – М. : АПК и ПРО, 1999. – 314 с.
2. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – М. : Академия, 2004. – 304 с.
3. Василюк, Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций / Ф.Е. Василюк. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
4. Кулюткин, Ю.Н. Психологические проблемы образования взрослых // Вопросы психологии. – 1989. – № 2. – С. 5–13.
5. Анцыферова, Л.И. Психологические закономерности развития личности взрослого человека и проблемы непрерывного образования // Психологический журнал. – 1980. – Т. 1. – № 2. – с. 52–60.
6. Пряжников, Н.С. Психология труда и человеческого достоинства / Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. – М. : Издательский центр «Академия», 2004. – 413 с.
7. Дудаль Н.Н. Специфика переживания кризиса профессиональной переподготовки личности // Известия Гомельского государственного университета имени Ф. Скорины. – 2012. – № 2 (71). – С. 38–44.
8. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля // Л.И. Вассермана. – СПб. : Изд. центр СПбНИПНИ, 2005. – 50 с.
9. Хьелл, Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер – 3-е изд. – СПб. : Питер, 2005. – 607 с.