

Абитов Ильдар Равильевич

Специфика совладающего поведения медицинских психологов с различным трудовым стажем

Институт педагогики и психологии профессионального образования РАО, лаборатория психологии профессионального образования

420132, г. Казань, ул. Адоратского 41 – 9, e-mail: [ildar-abitov@yandex.ru](mailto:ildar-abitov@yandex.ru)

*Реферат:* Выявлены особенности механизмов психологической защиты, копинг-стратегий и антиципационной состоятельности у курсантов, обучающихся по специальности «медицинская психология» в связи с их трудовым стажем.

*Ключевые слова:* механизмы психологической защиты, копинг-стратегии, антиципационная состоятельность.

*Annotation:* There were realised some unique features of the mechanisms of psychological defense, coping strategies and anticipation viability students' who were specialised at "Medical Psychology", which connected with their length of service.

*Key words:* mechanisms of psychological defense, coping strategies, anticipation viability.

Современный мир предъявляет высокие требования к компенсаторным механизмам психики человека. Большое количество информации, высокий темп жизни, изменяющиеся социально-экономические условия приводят к необходимости развития механизмов преодоления стресса, предвосхищения возможных стрессовых ситуаций и снятия напряжения, возникшего под влиянием стресса. Профессиональная деятельность является одним из главных «поставщиков» стресса в жизни человека. Одними из наиболее стрессогенных являются профессии, характеризующиеся большим количеством взаимодействий и высоким уровнем ответственности. К таким профессиям относится профессия психолога. Специализация в области медицинской психологии связана с частыми контактами с людьми, страдающими различными психическими расстройствами, участие в

диагностической и психотерапевтической работе с данной категорией клиентов. Это связано с повышением уровня профессионального стресса и возникновением риска дезадаптации. Исходя из выше изложенного, представляется актуальным исследование совладающего поведения у курсантов, проходящих подготовку по специальности «медицинская психология».

Обратимся к используемым нами понятиям. Под совладающим поведением мы понимаем механизмы психики направленные на адаптацию к стрессовой ситуации, прогнозирование потенциальной стрессовой ситуации и способов её преодоления, а также способы снятия психического напряжения, возникающего в результате воздействия стресса (И.Р.Абитов, В.Д.Менделевич). К компонентам совладающего поведения относятся механизмы психологической защиты, копинг-стратегии и антиципационная состоятельность. Под механизмами психологической защиты понимают систему механизмов, направленных на минимизацию отрицательных переживаний, связанных с конфликтами, которые ставят под угрозу целостность личности. Р.С.Лазарус определял копинг (совладание) как продолжающиеся усилия личности, отражающиеся в мыслях и действиях и направленные на разрешение специфических требований среды, оцениваемых в качестве чрезмерных или подавляющих. Под антиципационной состоятельностью понимают способность человека предвосхищать стрессовые ситуации в будущем и прогнозировать способы реагирования в этих ситуациях.

Проведено исследование в группе курсантов 1 года обучения, проходящих переподготовку по специальности «Медицинская психология» в Казанском государственном медицинском университете, состоящей из 51 респондента женского пола. В исследовании участвовали испытуемые в возрасте от 22 до 50 лет. Общий стаж работы испытуемых составлял до 25 лет (при этом были испытуемые не имеющие трудового стажа). Большинство испытуемых имели высшее психологическое образование. Общая выборка была разделена на

2 группы по критерию общего стажа трудовой деятельности. В первую группу вошли испытуемые с общим трудовым стажем менее 10 лет и испытуемые, не имеющие трудового стажа, во вторую группу – испытуемые с общим трудовым стажем более 11 лет. Трудовой стаж испытуемых обеих групп был получен в различных видах профессиональной деятельности в сфере человек-человек (преподавательская, медицинская, консультативная).

При проведении исследования использовались следующие методики: 1) методика «Индекс жизненного стиля» Р.Плутчика; 2) методика «Опросник способов совладания» (Р.Лазарус, адаптация Т.Л.Крюковой); 3) методика «Копинг-механизмы» Э. Хайма; 4) тест антиципационной состоятельности (В.Д. Менделевич).

Таблица 1

Список исследуемых параметров

№	Исследуемые параметры	Стаж менее 10 лет	Стаж более 11 лет	№	Исследуемые параметры	Стаж менее 10 лет	Стаж более 11 лет
1	Возраст	26,61	39,73	13	поиск социальной поддержки	12,36	12,52
	Методика «Индекс жизненного стиля»			14	принятие ответственности	5,25	5,57
2	отрицание	6,18	6,35	15	бегство-избегание	9,75	9,91
3	вытеснение	2,93	3,09	16	планирование решения проблемы	12,29	13,61
4	регрессия	4,82	4,17	17	положительная переоценка	13,11	16,17
5	компенсация	3,39	2,78		Тест антиципационной состоятельности		
6	проекция	5,43	4,30	18	личностно-ситуативная составляющая антиципационной состоятельности	160,89	165,17
7	замещение	2,64	1,87	19	пространственная составляющая антиципационной состоятельности	42,82	49,22
8	интеллектуализация	4,43	5,22	20	временная составляющая антиципационной состоятельности	38,79	40,7
9	реактивные образования	3,07	3,04	21	общая антиципационная	242,5	255,09

					состоятельность		
	Методика «Опросник способов совладания»				Методика «Копинг-механизмы»		
10	конфронтативный копинг	7,29	7,13	22	неадаптивные копинг-стратегии	0,43	0,26
11	дистанцирование	8,39	8,52	23	относительно адаптивные копинг-стратегии	0,75	0,83
12	самоконтроль	13,39	13,17	24	адаптивные копинг-стратегии	1,71	1,91

В обеих исследуемых группах средняя выраженность всех механизмов психологической защиты, кроме замещения находится в интервале оптимальных значений. Средние значения по механизму психологической защиты замещения в обеих исследуемых группах находятся в зоне низких значений. В обеих группах испытуемые редко прибегают к переадресации сильных эмоций от неприемлемого объекта приемлемому.

В обеих исследуемых группах отмечаются низкие значения копинг-стратегии принятие ответственности. Испытуемые в обеих группах реже признают свою основную роль при возникновении проблемы. В группе испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет копинг-стратегия положительная переоценка имеет высокие значения. Испытуемые данной группы чаще прилагают усилия по фокусированию на положительных сторонах ситуации. В группе испытуемых с трудовым стажем менее 10 лет копинг-стратегии конфронтативный копинг, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, бегство-избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка находятся в интервале средних значений. В группе испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет копинг-стратегии конфронтативный копинг, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, бегство-избегание, планирование решения проблемы находятся в интервале средних значений.

В обеих группах составляющие антиципационной состоятельности имеют низкие значения. При этом в группе с трудовым стажем более 11 лет все составляющие

антиципационной состоятельности имеют более высокие значения. В обеих группах слабо развиты способности прогнозировать межличностные конфликты и свои действия по их решению, координировать свои движения и прогнозировать свои действия во времени.

Показатель общей антиципационной состоятельности в обеих исследуемых группах находится в пределах нормы. В обеих группах общая способность прогнозировать будущие стрессовые ситуации и способы их решения находится в пределах нормы, в группе испытуемых с трудовым стажем более 11 лет эта способность развита лучше. В группе с общим трудовым стажем более 11 лет прогностические способности развиты лучше, различия между группами не являются достоверными. Слабое развитие составляющих антиципационной состоятельности снижает эффективность совладающего поведения в обеих исследуемых группах.

Испытуемые обеих групп чаще используют адаптивные копинг-стратегии, реже – относительно адаптивные и неадаптивные копинг-стратегии. Наиболее предпочитаемой копинг-стратегией в обеих группах является оптимизм (0,8).

В структуре корреляционного графа группы испытуемых с общим трудовым стажем менее 10 лет наблюдается прямая связь между копинг-стратегиями конфронтативный копинг и принятие ответственности ( $p < 0,001$ ). В группе испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет между данными характеристиками наблюдается менее выраженная прямая связь. Чем чаще испытуемые данной группы используют агрессивные усилия, направленные на изменение ситуации, тем чаще они принимают на себя ответственность. Наблюдаются прямые взаимосвязи между механизмом психологической защиты отрицание и копинг-стратегией положительная переоценка ( $p < 0,001$ ). В группе испытуемых со стажем более 11 лет эта связь слабо отрицательная. Чем чаще испытуемые неосознанно игнорируют тревожащую информацию, тем чаще они используют мысленные усилия, направленные на создание положительного значения ситуации. Существует прямая связь между механизмом

психологической защиты проекция и копинг-стратегией бегство-избегание ( $p < 0,001$ ). В группе испытуемых со стажем более 11 лет эта связь отрицательная на уровне значимости  $p < 0,05$ . Чем чаще испытуемые прибегают к переносу своих неприемлемых желаний, мотивов и чувств на окружающих, тем чаще они используют мысленные и поведенческие усилия, направленные на избегание тревожащих мыслей и ситуаций. Механизм психологической защиты интеллектуализация имеет прямую связь с копинг-стратегией самоконтроль ( $p < 0,01$ ). В группе испытуемых со стажем более 11 лет эта связь слабо положительная. Чем чаще испытуемые данной группы объясняют свои неприемлемые действия приемлемыми причинами, тем чаще они прилагают усилия, направленные на регуляцию своих чувств и действий.

Из анализа результатов следует, что в группе испытуемых с общим трудовым стажем менее 10 лет наблюдается небольшое количество взаимосвязей между копинг-стратегиями и механизмами психологической защиты. При этом механизмы психологической защиты, копинг-стратегии и составляющие антиципационной состоятельности отличаются низкой внутренней согласованностью. Составляющие антиципационной состоятельности не представлены в структуре корреляционного графа данной группы испытуемых. Использование копинг-стратегий, направленных на избегание трудной ситуации и на агрессивные действия по изменению ситуации, а также использование защитного механизма проекции ведёт к ослаблению компенсаторных возможностей.

В структуре корреляционного графа группы испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет выявляется прямая взаимосвязь между копинг-стратегиями конфронтативный копинг и бегство-избегание ( $p < 0,01$ ). В группе испытуемых с общим трудовым стажем менее 10 лет эта связь положительная на уровне значимости  $p < 0,05$ . Обнаруживаются прямые связи копинг-стратегии бегство-избегание с механизмами психологической защиты отрицание ( $p < 0,01$ ), компенсация ( $p < 0,001$ ) и замещение ( $p < 0,01$ ). В группе испытуемых с общим

трудовым стажем менее 10 лет связи между копинг-стратегией бегство-избегание и механизмами психологической защиты отрицание и компенсация слабо положительные, связь между копинг-стратегией бегство-избегание и механизмом психологической защиты замещение слабо отрицательная. Наблюдается обратная связь между копинг-стратегией планирование решения проблемы и механизмом психологической защиты реактивные образования ( $p < 0,001$ ). В группе испытуемых с трудовым стажем менее 10 лет эта связь положительная на уровне значимости  $p < 0,05$ . Чем чаще испытуемые данной группы прилагают агрессивные усилия по изменению ситуации, тем чаще они используют мысленные и поведенческие усилия, направленные на избегание ситуации. Чем чаще испытуемые данной группы избегают тревожащие их ситуации, тем чаще они игнорируют тревожащую информацию, прибегают к неосознаваемому восполнению дефицита в одной области, активностью в другой, переадресуют сильные эмоции на более доступный и менее угрожающий объект. Обратные связи свидетельствуют о том, что, чем чаще испытуемые переносят неприемлемые мысли, чувства и желания на окружающих и используют ритуалы, правила для избавления от тревоги, тем реже они прилагают проблемно-фокусированные усилия по изменению ситуации и используют аналитический подход к решению проблем. Таким образом, наблюдается высокая интегрированность между копинг-стратегиями и механизмами психологической защиты. Использование проблемно-фокусированного копинга входит в противоречие с использованием механизма психологической защиты реактивные образования.

Использование перечисленных механизмов психологической защиты и редкое использование прогнозирования может стать «точкой наименьшего сопротивления» в структуре совладающего поведения данной группы испытуемых и повысить риск дезадаптации.

В структуре корреляционного графа данной группы испытуемых наблюдаются

интротестовые связи. Существуют прямые связи между механизмом психологической защиты регрессия и механизмом психологической защиты компенсация ( $p < 0,01$ ), механизмом психологической защиты замещение и механизмом психологической защиты компенсация ( $p < 0,001$ ), механизмами психологической защиты проекция и реактивные образования ( $p < 0,01$ ). В группе испытуемых с трудовым стажем менее 10 лет связь между механизмами психологической защиты компенсация и регрессия слабо положительная, связь между механизмами психологической защиты компенсация и замещение на уровне отрицательной тенденции, связь между механизмами психологической защиты проекция и реактивные образования на уровне положительной тенденции. Полученные результаты свидетельствуют о том, что механизмы психологической защиты в группе испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет более согласованы между собой, чем в группе испытуемых с трудовым стажем менее 10 лет.

Обнаруживаются следующие связи между копинг-стратегиями. Существуют прямые связи между копинг-стратегиями дистанцирование и положительная переоценка ( $p < 0,01$ ), самоконтроль и принятие ответственности ( $p < 0,01$ ), самоконтроль и бегство-избегание ( $p < 0,01$ ), принятие ответственности и бегство-избегание ( $p < 0,01$ ). В группе испытуемых с общим трудовым стажем менее 10 лет связь между копинг-стратегиями дистанцирование и положительная переоценка слабо положительная, связь между копинг-стратегиями самоконтроль и принятие ответственности слабо положительная, связь между копинг-стратегиями самоконтроль бегство-избегание слабо отрицательная, связь между копинг-стратегиями принятие ответственности и бегство-избегание слабо положительная. Полученные результаты свидетельствуют о согласованности копинг-стратегий в данной группе испытуемых.

Временная составляющая антиципационной состоятельности имеет обратную связь с показателем неадаптивных копинг-стратегий ( $p < 0,01$ ). В группе испытуемых с общим



трудовым стажем менее 10 лет между временной составляющей антиципационной состоятельности наблюдается тенденция к отрицательной корреляции. Чем лучше у испытуемых развита способность прогнозировать свои действия во времени, тем реже они используют неадаптивные копинг-стратегии.

По результатам проведённого исследования можно сделать следующие **выводы**:

1. Показатели механизма психологической защиты замещение в обеих исследуемых группах находятся в зоне низких значений. В обеих исследуемых группах отмечаются низкие значения копинг-стратегии принятие ответственности. В группе испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет копинг-стратегия положительная переоценка имеет высокие значения. Испытуемые данной группы чаще прилагают усилия по фокусированию на положительных сторонах ситуации.
2. В обеих группах слабо развиты способности прогнозировать межличностные конфликты и свои действия по их решению, координировать свои движения и прогнозировать свои действия во времени.
3. В группе испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет наблюдается большее количество связей между механизмами психологической защиты, копинг-стратегиями и составляющими антиципационной состоятельности. Также в данной группе испытуемых наблюдается большее количество интротестовых связей. Полученные результаты говорят о большей согласованности совладающего поведения в группе испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет.
4. В группе испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет использование проблемно-фокусированного копинга входит в противоречие с использованием механизма психологической защиты реактивные образования.
5. В группе испытуемых с общим трудовым стажем более 11 лет временная составляющая антиципационной состоятельности имеет обратную связь с

показателем неадаптивных копинг-стратегий ( $p < 0,01$ ). Чем лучше испытуемые данной группы прогнозируют своё время, тем реже они используют неадаптивные копинг-стратегии.

#### Литература:

1. Абитов И.Р. Антиципационная состоятельность в структуре совладающего поведения (в норме и при психосоматических и невротических расстройствах): дис....канд. психол. наук – Казань, 2007. – 159 с.
2. Вассерман Л.И., Ерышев О.Ф., Клубова Е.Б. и соавт. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля (пособие для врачей и психологов) – СПб.: НИПНИ им. В.М.Бехтерева, 1998. – 34 с.
3. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
4. Менделевич В.Д. Антиципационные механизмы неврозогенеза // Психологический журнал. – 1996. - № 4 – С. 107 – 115.