

## ОСОБЕННОСТИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА

© 2017 Н.А. Подымов

*докт. психол. наук,  
профессор кафедры психологии образования  
e-mail: kpsio@mail.ru*

*Московский педагогический государственный университет*

В статье рассматриваются факторы возникновения психологических барьеров в профессиональной деятельности педагога. Акцентируется внимание на психологических феноменах; стресс, фрустрация, конфликт, кризис, психическая напряженность, тревога, смысл. Анализируются механизмы психогенеза ценностно-смысловых и эмоциональных барьеров педагогов.

**Ключевые слова:** психологический барьер, профессиональная деятельность педагога, стресс, фрустрация, конфликт, кризис, психическая напряженность, тревога, смысл.

Изучение внутреннего, в том числе эмоционального, мира участников образовательно-воспитательного процесса продолжает оставаться важнейшей задачей психологической науки в современных условиях развития образования. Целостное описание психологических барьеров, возникающих в профессиональной деятельности учителя, представлено в монографии «Психологические барьеры в педагогической деятельности» [Подымов 1998]. В статье акцентируется внимание на механизмах возникновения ценностно-смысловых и эмоциональных барьеров в деятельности педагога.

Нервное напряжение учителя на уроках, в общении с коллегами и администрацией школы, конфликты со школьниками, собственные переживания внутреннего порядка уже не могут и не должны быть сугубо личным делом профессионального педагога. В ходе подготовки учителя необходим учет трудностей, ошибок, барьеров его деятельности, напряженных психических состояний, возникающих при взаимодействии участников педагогического процесса.

Состояние психической напряженности возникает при выполнении человеком продуктивной деятельности в трудных условиях и оказывает сильное влияние на ее эффективность. Характер этого влияния определяется как самой ситуацией, так и особенностями личности, ее мотивацией и т.д.

Психологическая специфика состояний напряженности зависит не от внешних воздействий, хотя они и должны быть достаточно сильными для человека, но от личностного смысла цели деятельности, оценки ситуации, в которой он находится. Для решения этих проблем бесспорное значение имеют вопросы о силе мотивов, их иерархии, типах иерархий, действенности потенциальных и актуальных мотивов, осознаваемости и неосознаваемости, зависимости реализации мотивов от времени, от расстояния к цели, от интенсивности потребностей, от адекватности способов достижения цели, возрастных особенностей и др.

В процессе деятельности мотивы «наполняются» эмоционально, сопрягаются с интенсивными эмоциональными переживаниями, которые играют особую роль в состоянии психической напряженности. Не случайно последняя часто отождествляется

с эмоциональным компонентом. Отсюда возникает употребление понятий «эмоциональная напряженность», «аффективное напряжение», «нервно-психическое напряжение», «эмоциональное возбуждение», «эмоциональный стресс» и др. Общим для всех этих понятий является то, что они обозначают состояния эмоциональной сферы человека, в которых ярко проявляется субъективная окрашенность его переживаний и деятельности [Подымов 1998].

Конкретизация проблем, возникающих при изучении психологических барьеров педагогической деятельности привела к рассмотрению таких психологических феноменов, как стресс, фрустрация, конфликт, кризис, психическая напряженность, тревога, смысл и др. Выполненные в этом контексте работы (Ф.Е. Василюк, Р.М. Грановская, Л.П. Гримак, В.И. Журавлев, Г.Ф. Заремба, А.В. Карпов, Е.П. Крупник, Н.Л. Левитов, Д.А. Леонтьев, А.К. Маркова, Л.М. Митина, Н.И. Наенко, М.С. Неймарк, А.О. Прохоров, М.М. Рыбакова, Ю.Е. Сосновикова и др.) открывают возможность системного подхода к проблеме психологических затруднений, возникающих в профессиональной деятельности учителя.

Для анализа механизмов психогенеза главное значение имеет деление барьеров на ценностно-смысловые и эмоциональные, с которыми связано происхождение мотивационных и операционных структур профессиональной деятельности [Василюк 1984].

*Ценностно-смысловые барьеры* возникают в результате столкновения субъекта с окружающим миром, со смысловой моделью этого мира, носителем которой выступают другие люди или ценности. Необходимым условием проявления смыслового барьера является возможность вступления смыслового опыта субъекта в непосредственный контакт с чужим смысловым опытом или с самой реальностью бытия [Леонтьев 2003].

Данный подход позволил выделить в группу ценностно-смысловых барьеров следующие виды: барьеры общения, инновационные барьеры, барьеры творчества, информационные барьеры, кризис профессионального развития и др.

*Эмоциональные барьеры* рассматриваются как переживание напряженных психических состояний, возникающих под влиянием субъективных затруднений. К ним относятся переживания тревоги, стресса, фрустрации, аффекта и др.

Степень сознательности эмоционального переживания может быть при этом различной, в зависимости от того, в какой мере осознается само отношение, которое в эмоции переживается. Можно испытывать, переживать – и очень интенсивно – то или иное чувство, совсем неадекватно осознавая истинную его природу. Это объясняется тем, что осознать свое чувство значит не просто испытать его как переживание, а и соотнести его с тем предметом или лицом, которое его вызывает и на которое направляется.

Неосознаваемые барьеры проявляются в форме эмоционального отношения и к действию. Эмоциональный механизм барьера состоит в усилении положительных и отрицательных переживаний и установок.

В процессе преодоления психологических барьеров происходит перестройка психологической структуры личности, осуществляется глубокая внутренняя работа по преобразованию сопротивления среды процессу удовлетворения потребностей личности.

Изучение стратегий преодоления психологических барьеров характеризуется положительной и отрицательной модальностью. Модальность определяется способами эмоционального реагирования на изменение профессиональных ситуаций и трудностей. Переживание критических событий приводит к принятию жизненно и профессионально важных решений. В зависимости от значимости переживания, его

силы, количества приложенных усилий для преодоления психологического барьера, то или иное событие преодолевается разными способами.

Проведенный анализ основных психологических характеристик барьеров дает основание уточнить сущность этого феномена, позволяя, в частности, обозначить источники его возникновения и способы преодоления, а также выстроить основные концептуальные положения. Специфика психологических барьеров состоит в том, что они:

– происходят в особых условиях деятельности и на основе сложнейшей системы отражаемых человеком связей, поэтому способны совершаться сразу на разных уровнях (сознательном и бессознательном);

– возникают как в процессе деятельности, так и в плане представлений, то есть выходят за пределы непосредственно воспринимаемой ситуации, что расширяет зону их проявления, делая ее практически неограниченной;

– усложняются из-за вероятностного характера представляемых событий, что создает возможность усиления эмоционального переживания и потери конструктивного способа преодоления.

Проведенный поиск механизмов развития психологических барьеров актуализировал проблему субъективного переживания, его разновидностей и функций как главную, сдерживающую основу преодоления барьеров. Существуют все основания утверждать, что многие нерешенные вопросы поведения личности в кризисных ситуациях тесно связаны с феноменом субъективного переживания.

Анализ психических состояний учителя показывает, что в процессе профессиональной деятельности отдельные эмоциональные реакции вызывают высокую напряженность, они одинаково выражены у учителей с разным стажем педагогической деятельности: разочарование в избранной профессии, общее беспокойство, постоянное ощущение усталости, сомнение в правильности своих действий, тревога за последствия своей работы.

Нами было проведено исследование выраженности указанных психических состояний у учителей с разным стажем работы в школе. «Стажевые» группы выделялись следующим образом: 1-я группа – стаж работы до двух лет; 2-я группа – стаж работы от двух до десяти лет; 3-я группа – стаж работы от одиннадцати до двадцати лет; 4-я группа – стаж работы от двадцати одного года до тридцати лет; 5-я группа – стаж работы свыше тридцати лет. Всего в исследовании приняли участие 1 180 учителей, при этом 600 человек обследовались по всему блоку методик.

Динамика выраженности отдельных психических состояний показывает, что с накоплением опыта профессиональной деятельности напряженность труда учителя увеличивается. Наряду с тревогой педагогическая деятельность подвержена влиянию таких эмоциональных барьеров, как стресс, фрустрация, аффект. Динамика их выраженности у учителей с различным стажем работы показывает, что эмоциональные барьеры занимают ведущее место в структуре профессиональной деятельности.

Исследование свидетельствует, что возникновение эмоциональных барьеров у учителя обусловлено самим содержанием, субъективными и объективными условиями педагогической деятельности. Они представляют собой внутреннее психологическое препятствие, вызывающее определенную реакцию, проявляющуюся в эмоциональной оценке барьера, переживании его травмирующего воздействия и преодолении. Наиболее характерными видами эмоциональных психологических барьеров, имеющими место в педагогической деятельности, являются напряженные психические состояния, стресс и фрустрация.

Психологический барьер напряженных психических состояний, возникающий в деятельности учителя, информирует его о возникновении того или иного препятствия,

в результате чего начинает осуществляться внутренняя деятельность по его оценке, переживанию и поиску путей его преодоления.

Переживание стрессовых состояний является результатом работы одной из основных регулирующих систем личности, опираясь на эмоционально-оценочный и мотивационно-побудительный характер которой человек строит свое поведение и получает возможность адекватного отношения к окружающей действительности.

Для фрустрационного барьера характерны следующие признаки отрицательных переживаний: разочарование, раздражение, тревога, отчаяние, «чувство лишения». Очень часто он развивается в результате неудовлетворенности собственным профессиональным трудом, его содержанием и результатами.

Основными факторами, определяющими природу, качественное своеобразие и интенсивность эмоциональных психологических барьеров, является рассогласование таких параметров деятельности, как мотив, цель и результат.

Эмоциональные барьеры непосредственно переживаются субъектом, приобретают для него положительное или отрицательное значение. Положительное или побуждающее значение эмоционального барьера проявляется в том, что он, несмотря на недостаточную осознанность мотива деятельности, активизирует поисковую активность, направляет ее или по пути наименьшего сопротивления (психологическая защита), или по пути смыслообразования, смысловорчества.

Выполненное исследование показывает, что эмоциональные психологические барьеры проявляются на протяжении всего профессионального развития. Динамика выраженности отдельных видов психологических барьеров показывает, что с накоплением опыта профессиональной деятельности эмоциональная напряженность труда учителя увеличивается, эмоциональные барьеры занимают одно из ведущих мест в структуре профессиональной деятельности учителя.

На разных этапах профессиональной деятельности наблюдаются существенные изменения в интенсивности выраженности эмоциональных барьеров. Критическими моментами в генезисе развития этих барьеров являются кризисы профессионального становления, под влиянием которых происходит перестройка смысловых структур профессионального сознания, переориентация на новые цели, коррекция и ревизия социально-профессиональной позиции. Переживание этих кризисов выражается в неудовлетворенности собой, производственными отношениями, должностными обязанностями, способами выполнения деятельности. Это приводит к внутреннему дискомфорту, усилению психической напряженности и появлению эмоциональных барьеров.

Так, например, наиболее часто педагоги испытывают напряжение из-за угрозы провала в какой-либо сфере профессиональной деятельности, аттестации, низких результатов выполнения учебной деятельности детей, обсуждения их работы на педагогическом совете, непослушании учеников во время урока, выступлении на педагогическом форуме или конференции. Напряжение вызывают у педагогов ситуации, актуализирующие представления о себе как педагоге: неудачно проведенный урок; результаты контрольной работы хуже, чем у других учителей; аттестационный экзамен.

Педагоги болезненно переживают ситуации, связанные с ожидаемой оценкой их деятельности, особенно коллективной. Перспектива открытого урока настраивает вызывает у них раздражение и досаду. Открытый урок воспринимается ими как экзамен, в результате которого они ожидают получить оценку своей профессиональной пригодности. Главным действующим мотивом в этой ситуации у педагога является мотив самоутверждения, доказательства себе и другим своей ценности и значимости. Однако большинство из них испытывают в аналогичной ситуации тревожность,

имеющую конструктивное значение; их переживания связаны с желанием творчества, поиском нового и интересного, ожиданием открытий, повышением активности, работоспособности, деловитости [Подымова, Подымов, Гуляева 2015].

Таким образом, психологические барьеры в профессиональной деятельности выражаются в нарушении смыслового соответствия сознания и объективных условий и способов деятельности. Они осуществляются в особого рода внутренней деятельности – переживании, которая представляет собой внутреннюю работу, направленную на устранение смыслового рассогласования сознания и бытия, восстановление их соответствия и обеспечение эффективности профессиональной деятельности.

Переживание проявляется в форме определенного психического состояния, испытываемого субъектом; в форме стремлений, желаний, представляющих в индивидуальном сознании процесс выбора и обеспечивающих саморегуляцию деятельности; в форме активности, позволяющей субъекту преодолевать критические события. Реально осуществляемая профессиональная деятельность в ситуациях психологических барьеров может приводить к различным эффектам в зависимости от психологических механизмов, на которых она строится. В условиях трансформации смысловых структур личности в соответствии с изменившимися способами профессиональной деятельности происходит конструктивное преодоление психологических барьеров.

В этом случае барьеры создают предпосылки для развития личности, которое осуществляется в процессе устранения кризиса профессиональной деятельности: в психике происходят такие изменения, которые восполняют недостаток внутренних ресурсов, необходимых для преодоления критических ситуаций. Эти изменения стимулируются не только извне – предметом потребности, но и изнутри. Происходящая под влиянием барьера актуализация профессиональных способностей переживается субъектом как состояние напряжения, стресса, дискомфорта. Это – отклонение от нормального режима функционирования. Развитие ведет к восстановлению нарушенного равновесия и снятию напряжения. Стремление к равновесию является основой психологической устойчивости личности. В процессе преодоления барьеров происходит перестройка психологической структуры личности. Возрастание внутренних ресурсов, их переструктурирование позволяют преодолеть сопротивление тех или иных препятствий, что приводит к развитию личности педагога.

Одним из подходов коррекции психологических затруднений педагога является ресурсный подход, разрабатываемый доцентом кафедры теории и методики дошкольного и начального образования Курского государственного университета С.А. Сеиной. В основе такого подхода лежит сочетание психофизиологической и психологической коррекции эмоционального состояния человека, сочетание индивидуальных и групповых методов, включение общеукрепляющих процедур [Сеина, Алисов, Ефремова 2011]. Применительно к сопровождению профессиональной деятельности учителя он связан с изучением характера и содержания затруднений в различных ситуациях обучения, воспитания, взаимодействия с субъектами образовательного пространства.

Ресурсный подход в коррекции напряженных психических состояний педагога отражен в работах Ю.В. Постыляковой, которая утверждает, что усилия, направленные на развитие ресурсов, позволяют человеку более полно реализовать себя в профессии [Постылякова 2005].

**Библиографический список**

- Василюк Ф.Е.* Психология переживания. М.: МГУ, 1984. 240 с.
- Леонтьев Д.А.* Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2003.
- Подымов Н.А.* Психологические барьеры в педагогической деятельности. М.: Прометей, 1998. 239 с.
- Подымова Л.С., Подымов Н.А., Гуляева И.Т.* Социально-психологические факторы агрессивности педагогов // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. 2015. Вып. 4 (36). URL: <http://www.scientific-notes.ru/pdf/041-031.pdf> (дата обращения: 12.09.2017).
- Постылякова Ю.В.* Ресурсы совладания со стрессом в различных видах профессиональной деятельности // Психологический журнал. Т. 26. 2005. № 6. С. 35–43.
- Сеина С. А., Алисов Е.А., Ефремова О.В.* Ресурсное развитие школьника в современной образовательной среде / Региональный открытый социальный ин-т. Курск: РОСИ, 2011. 423 с.