

## СПЕЦИФИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АКТИВНЫХ МЕТОДОВ КАК СПОСОБА ВОЗДЕЙСТВИЯ НА КОГНИТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ В РАБОТЕ С ЗАЩИТНЫМИ МЕХАНИЗМАМИ СОТРУДНИКОВ МЧС РОССИИ

**Сковитина Д. П., Щеголева Т. М.**

*ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет», Иркутск, Россия  
E-mail: d.skovitina@yandex.ru*

Специфика трудовой деятельности сотрудников МЧС связана с постоянным риском, высоким уровнем напряжения, опасностью. Постоянное столкновение с обстоятельствами, представляющими собой угрозу для жизни, условиями сверхнормативности, повышенными требованиями к работнику приводит к тому, что человек чаще вынужден более интенсивно использовать механизмы психологической защиты.

Особенности служебной деятельности сотрудников пожарно-спасательной части увеличивают риск деструктивного использования личностью механизмов психологической защиты, что может выражаться в примитивном, однообразном применении ряда защит. Подобного рода ограниченность личности приводит к деформации ее поступков, к нарушению гармоничных связей между целями поведения и ситуацией, определяющей это поведение. Способность подвергать анализу собственные эмоциональные реакции представляет собой один из признаков зрелой личности. Реализация данного процесса возможна при помощи использования личностью интеллектуальных средств контроля, которые она разрабатывает путем разрешения проблемных ситуаций в условиях одновременного воздействия аффективных состояний.

Организация работы с механизмами психологической защиты требует учёта специфики объекта исследования, а также особенностей трудового распорядка дня сотрудников МЧС и даёт нам возможность предположить, что наиболее приемлемой является работа с использованием активных групповых методов.

Таким образом, целью нашего исследования является оптимизация механизмов психологической защиты путем использования активных методов у сотрудников МЧС.

Анализ работ по представленной теме показал, что наиболее разработанные подходы к исследованию механизмов психологической защиты лежат в русле психоаналитического направления и представлены такими авторами, как З. Фрейд, А. Фрейд, А. Адлер, К. Хорни, Г. Салливан и др.

Особый интерес представляют работы Ф. Перлза. Понятие механизмов психологической защиты в работах ученого представлено термином «механизмы прерывания». Он полагал, что механизм прерывания контакта – это нарушенный способ контакта организма с окружающей средой.

Одним из первых отечественных исследователей, рассматривающих механизмы психологической защиты, был Ф. В. Бассин. Механизмы психологической защиты автор определял как особые формы взаимодействия психологических установок. Ученый отмечает, что главным в защите сознания выступает возможность снижения уровня значимости травмирующей ситуации [2].

Рассмотренные нами подходы о роли механизмов психологической защиты, предложенные авторами отечественной и зарубежной психологии, дают возможность предположить, что в процессе выбора, активизации и интенсивности использования той или иной защиты участвуют интеллектуальные способности личности.

В связи с выдвинутым предположением особую значимость приобретают работы Е. Т. Соколовой. Ею было отмечено, что контроль над классом потенциально разрушительных аффективных состояний требует разработки интеллектуальных стратегий, которые в свою очередь будут направлены на реструктурирование этих состояний в соответствии с усвоенными социально заданными нормами [7].

Важное место когнитивной составляющей в работе механизмов психологической защиты отводил В. В. Столин [8]. Им были выделены два альтернативных измерения, в которых происходит отражение собственного «Я». Первое измерение представляет собой бессознательную работу механизмов психологической защиты в их классическом понимании. Под вторым измерением автор понимал работу интеллектуальных процессов, позволяющих преодолевать влияние механизмов психологической защиты и тем самым расширять поведенческий репертуар личности.

Выделяя интеллектуальные способности как средства работы с механизмами психологической защиты, мы можем полагать, что осуществление работы с данными психическими структурами возможно при помощи использования в практике активных методов. Активные методы представляют собой организацию и ведение рабочего процесса, которые направлены на максимальную активизацию поисковой, обучающей деятельности человека посредством широкого спектра приемов и средств. Особую значимость для нас приобретают групповые активные методы.

Участник-должен не просто накопить в своей памяти варианты возможных решений и выходов из проблемных ситуаций, а

научиться осознать и «видеть» свое поведение со стороны, понимать суть своего участия и роль в процессе групповой работы. Процесс осознания, на наш взгляд, осуществляется путем использования в психической деятельности участником групповой работы своих аналитико-синтетических способностей. Именно интеллектуальный уровень обуславливает, примет ли участник проблемную ситуацию и приступит к поиску возможных путей её разрешения.

Оригинальный подход, с нашей точки зрения, представлен в работах Е. Ю. Емельянова [4]. Автор полагает, что человек может добиться изменений в шаблонах собственного поведения лишь путем участия в групповой работе, поскольку объективное, внешнее изменение взаимоотношений человека с окружающей средой, отражаясь в его сознании, изменяет и внутреннее, психическое состояние человека, перестраивает его сознание, его внутреннее отношение и к другим людям, и к самому себе [5]. Мы считаем, что подобного рода перестройка связана с решением ряда задач, возникающих перед участником в ходе групповой работы.

Рассмотрев представленные подходы, мы можем отметить, что в научной психологической литературе отсутствуют работы, посвященные вопросу применения активных методов в работе с механизмами психологической защиты личности. В связи с этим нами была разработана программа, целью которой является оптимизация механизмов психологической защиты сотрудников МЧС России.

В исследовании приняли участие сотрудники пожарно-спасательной части № 56 и № 57 ФГКУ «17 ОФПС по Иркутской области» города Усолье-Сибирское в возрасте от 22 до 55 лет в количестве 56 человек.

В процессе работы нами были использованы следующие методики: тест-опросник «Индекс жизненного стиля» (Life Style Index) Р. Плутчика, Х. Келлермана и Х. Р. Конте в адаптации Л. И. Вассермана; краткий ориентировочный тест (КОТ) В. Н. Бузина, Э. Ф. Вандерлика (второй вариант); фрустрационный тест Розенцвейга в модификации Н. В. Тарабриной (взрослый вариант). Анализ корреляционной связи между механизмами психологической защиты и интеллектом проводился при помощи подсчета коэффициента корреляции Пирсона. Оценка сдвига значений по показателям методик после апробации разработанной программы осуществлялась при помощи *T*-критерия Вилкоксона. Статистический анализ проведен с помощью программы SPSS Statistics 21.0.

Экспериментальная и контрольная группы были представлены 24 участниками мужского пола в возрасте от 22 до 37 лет.

Программа по оптимизации механизмов психологической защиты включала в себя 10 занятий. Работа осуществлялась в течение пяти недель. Занятия проводились два раза в неделю. Продолжительность каждого занятия – 1,5 часа. После реализации программы осуществлялось ретестовое исследование контрольной и экспериментальной группы, целью которого являлась проверка эффективности разработанной программы.

Мы полагаем, что организация групповой формы работы с применением активных методов для сотрудников МЧС будет способствовать оптимизации их механизмов психологической защиты через использование интеллекта как ресурса. Группа в данном случае представляет собой модель микросоциума, что дает возможность участникам выстраивать межличностные отношения, решать проблемные ситуации, применяя привычные для них модели и стратегии поведения. В процессе группового анализа поведения каждого из участников происходит осознание собственных психологических защит, искажающих восприятие себя, других и ситуации в целом. Таким образом, у сотрудников появляется возможность использовать новые варианты в решении проблемных ситуаций, тем самым расширить свой поведенческий репертуар и, как следствие, оптимизировать работу механизмов психологической защиты.

#### **Литература**

1. Бассин Ф. В. О «силе Я» и «психологической защите» // Вопр. философии. 1969. № 2. С. 118–125.
2. Бассин Ф. В., Бурлакова М. К., Волков В. Н. Проблема психологической защиты // Психол. журн. 1996. Т. 9. № 3. С. 78–87.
3. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М. : Изд-во МГУ, 1984. 200 с.
4. Емельянов Ю. Н. Активные групповые методы социально-психологической подготовки специалистов // Вопр. психологии. 1985. № 6. С. 81–87.
5. Емельянов Ю. Н., Жуков Ю. М. Социально-психологический тренинг: проблемы и перспективы // Вопр. психологии. 1983. № 6. С. 139–140
6. Семенов Т. И. Взаимосвязь интеллекта и механизмов психологической защиты : дис. ... канд. психол. наук. М., 2004. 188 с.
7. Соколова Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М. : Изд-во МГУ, 1989. 215 с.
8. Столин В. В. Самосознание личности. М. : Изд-во МГУ, 1983. 286 с.