

DOI: 10.12731/2218-7405-2018-8-152-174  
УДК 159.9.07

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ПЕРЕЖИВАНИЯ ПЕДАГОГАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КРИЗИСА ЛИЧНОСТИ

*Садовникова Н.О.*

*Целью исследования* явилось теоретическое обоснование содержания категории «психологический механизм переживания профессионального кризиса личности» и эмпирическое обоснование существования ценностно-смыслового, рефлексивного механизмов, а также механизма опережающего отражения, которые актуализируются в ситуации переживания педагогами профессионального кризиса личности.

*Метод и методология проведения работы.* Методологической основой работы явились контекстный, системный историко-эволюционный и феноменологический подходы. В качестве организационных методов применялись метод поперечных срезов и лонгитюдный метод. Сбор эмпирических данных осуществлялся посредством опросных методов: методика биографической рефлексии М.В. Клементьевой, дифференциальный тест рефлексивности Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина, тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева, феноменологическая анкета «Переживание профессионального кризиса личности».

*Результаты.* Теоретико-методологический анализ позволил сформулировать определение категории «психологический механизм переживания профессионального кризиса личности», а также обосновать предположение о том, какие психологические механизмы переживания педагогами профессионального кризиса личности актуализируются в ситуации кризиса. Результаты эмпирического исследования позволили достоверно доказать существование ценностно-смыслового, рефлексивного и антиципационного меха-

низмов переживания профессионального кризиса личности. Было установлено изменение смыслов выполняемой деятельности и переоценка ценностей, проявление у педагогов потребности в рефлексии собственных переживаний и состояний. Также отмечено, что в ситуации переживания профессионального кризиса личности у педагога происходит поиск новых смысловых ориентиров, процесс осознания собственного профессионального потенциала.

**Область применения.** Результаты исследования могут стать эмпирической основой для разработки программ психолого-педагогического сопровождения педагогов, переживающих профессиональный кризис личности.

**Ключевые слова:** переживание; психологический механизм; профессиональный кризис личности; ценностно-смысловая сфера; рефлексия; антиципация.

## PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EXPERIENCE OF PROFESSIONAL CRISIS OF PERSONALITY BY TEACHERS

*Sadovnikova N.O.*

*The purpose of the study was the theoretical substantiation of the content of the category “psychological mechanism of experiencing a professional personality crisis” and empirical substantiation of the existence of value-semantic, reflexive mechanisms, as well as the mechanism of advanced reflection, which are updated in the situation of teachers experiencing a professional personality crisis.*

**Method and methodology.** *The methodological basis of the work was the contextual, systemic historical-evolutionary and phenomenological approaches. As organizational methods, the cross-sectional method and the logistic method were used. The collection of empirical data was carried out by means of survey methods: the technique of biographical reflection of M.V. Klementieva, differential test of reflexivity D.A. Leontyeva, E.N. Aspen, a test of life-oriented orientations of D.A. Leontiev,*

*a phenomenological questionnaire “Experiencing a professional personality crisis.”*

**Results.** *Theoretical and methodological analysis allowed to formulate the definition of the categories “experiencing a professional personality crisis”, “psychological mechanism of experiencing a professional personality crisis”, and justify the assumption about which psychological mechanisms experienced by teachers of a professional personality crisis are actualized in a crisis situation. The results of the empirical research allowed to reliably prove the existence of value-semantic, reflexive and anticipatory mechanisms of experiencing a professional personality crisis. It was found a change in the meanings of the activities performed and a reassessment of values, the manifestation of the need for teachers to reflect on their own experiences and states. It was also noted that in a situation of experiencing a professional crisis of personality, a teacher is looking for new semantic orientations, a process of realizing his own professional potential.*

**Practical implications.** *The results of the study can be an empirical basis for the development of programs of psychological and pedagogical support and teachers who are experiencing a professional personality crisis.*

**Keywords:** *experience; psychological mechanism; professional personality crisis; value-semantic sphere; reflection; anticipation.*

## **Введение**

Современная образовательная действительность характеризуется перманентными изменениями, затрагивающими как внешние, организационные, так и внутренние содержательные аспекты образования. В нормативных документах Правительства РФ в качестве главенствующей задачи российской образовательной политики обозначено развитие образования в соответствии с актуальными и перспективными потребностями личности, общества и государства и обеспечение его качества при сохранении фундаментальности. Важнейшим фактором, позволяющим реализовать данную целевую установку становится личность педагога, ее способность к

саморазвитию, проектированию новых траекторий своего профессионального развития и преодолению различного рода трудностей профессионального развития.

Одним из видов трудностей профессионального профессионализации современного педагога становится переживание им психологических барьеров профессионального развития, в качестве которых, например, выступает профессиональный кризис личности.

В своих предыдущих исследованиях мы описали феноменологию профессионального кризиса личности педагога и определили его как длительное неравновесное состояние субъекта труда, вызванное рассогласованием ценностно-смысловой сферы личности [14]. Профессиональный кризис личности актуализирует *процесс переживания* – деятельность по устранению дезинтеграции ценностно-смысловой сферы субъекта труда, регулируемой посредством особых психологических механизмов – ценностно-смыслового и рефлексивного механизмов, которые разворачиваются в направлении изменения системы ценностей и смыслового поля сознания, а также посредством антиципационного механизма (механизма опережающего отражения), направленного на поиск новых смыслов профессиональной деятельности и проектирование профессионального будущего [14]. Поскольку в настоящее время исследований, раскрывающих процесс переживания педагогами профессионального кризиса личности нет, мы в настоящей статье ставим цель раскрыть особенности функционирования каждого из обозначенных выше механизмов переживания педагогом профессионального кризиса личности.

### **Категория «психологический механизм»**

Категорию «механизм», согласно уровням методологического анализа (философский, общенаучный, частнонаучный уровни), можно отнести к философскому уровню методологии. На данном уровне методологического анализа понятие механизма определяется в трех направлениях: как внутреннее устройство (система звеньев) машины, прибора, аппарата, приводящее их в действие; как система,

устройство, определяющие порядок какого-нибудь вида деятельности; как последовательность состояний, процессов, определяющих собою какое-нибудь действие или явление.

Понятие «психологический механизм» анализируется в работах Л.И. Анцыферовой, Н.А. Бернштейна, Л.С. Выготского, А.А. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, Р.Х. Шакурова, А.С. Шарова и др. Это понятие соответствует общенаучному уровню методологического анализа (Л.М. Аболин, В.К. Вилюнас, Ю.Я. Голиков, А.Н. Костин, Б.Ф. Ломов, А.С. Шаров, и др.). Так с общепсихологической точки зрения, согласно Б.Ф. Ломову, психологический механизм определяется «как система действий, состояний, определяющих процесс или явление» [7]. И что очень важно психологические механизмы, представляя собой некие закрепившиеся в психологической организации личности функциональные способы ее преобразования, обеспечивают появление психологических новообразований [3].

Опираясь на работы Л.И. Анцыферовой, Б.Ф. Ломова; А.С. Шарова и ряда других авторов мы под *психологическим механизмом переживания профессионального кризиса личности* понимаем: открытую, целостную и динамическую систему средств внешней и внутренней регуляции жизнедеятельности личности в ситуации профессионального кризиса личности. В качестве таких механизмов выступают рефлексия, ценностно-смысловой механизм и механизм опережающего отражения (антиципация). Кратко обоснуем свои предположения.

Предположение о том, что одним из психологических механизмов переживания профессионального кризиса является рефлексия основывается на работах Л.Г. Жедуновой, А.В. Карпова, М.В. Клементьевой, А.О. Прохорова, Н.О. Саковской и др.

Так в работах указанных авторов отмечается, что рефлексия выступает как глобальный интегративный психологический механизм организации психики человека, с целью более эффективной регуляции взаимодействия человека с миром (Н.О. Саковская) [15], как процесс, свойство и состояние особенно необходимые в тех ситуациях, организация поведения в которых сопряжена с выбором, с

неопределенностью и необходимостью ее преодоления (А.В. Карпов), когда имеет место необходимость изменения психического состояния как неадекватного событию, ситуации и цели деятельности (А.О. Прохоров, А.В. Чернов) [9].

В исследовании особенностей рефлексии в ситуации жизненных или личностных кризисов установлено, что, например, в ситуации жизненного кризиса рефлексия приобретает амбивалентный характер (М.В. Клементьева) [5], в разных типах жизненных кризисов наблюдается разобщенность и дезинтеграция структуры направленности рефлексии, поляризация показателей направленности рефлексии (Н.О. Саковская) [15], на разных этапах переживания личностного кризиса мера присутствия, форма и направленность рефлексии претерпевают изменения, подчиняющиеся определенным закономерностям (Л.Г. Жедунова) [4].

В контексте нашего исследования выдвигается предположение о том, что в ситуации переживания педагогами профессионального кризиса личности происходит актуализация рефлексивных процессов, изменение типа рефлексии и «встраивание» рефлексии в смысловые процессы. Все это заставляет личность простраивать новые границы своего профессионального пространства, искать новые профессиональные горизонты и перспективы профессионального развития. Для педагога значимость рефлексивных механизмов огромна, поскольку именно посредством рефлексии профессионалу удается оставаться субъектом своей профессиональной деятельности.

Еще одним психологическим механизмом переживания педагогами профессионального кризиса личности, является ценностно-смысловой механизм. Предположение об этом основано на работах А.Г. Асмолова, Б.С. Братуся, Ф.Е. Василюка, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Д.А. Леонтьева, Б.С. Ливехуда, А.К. Марковой, А.О. Прохорова, Н.Р. Салиховой, В.А. Серого, В.Э. Чудновского, А.С. Шарова, Р. Шакурова, Г. Шихи и др.

В кризисные моменты развития личности запускается механизм модификации ценностно-смысловой сферы личности (А.К. Маркова, Б. Ливехуд, Г. Шихи), изменения социальной ситуации разви-

тия могут привести к глубоким перестройкам всей совокупности личностных смыслов (А.Г. Асмолова, Ф.Е. Василюка, Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева), а трудности профессионального развития, стрессовые ситуации и неудачи побуждают человека переосмыслить свое отношение к профессии, выработать новый взгляд на нее, степень адекватности смысла жизни существенно обуславливает характер профессионального самоопределения (В.Э. Чудновский, Г.А. Вайзер, Е.Е. Вахромов, Н.Л. Карпова, А.В. Суворов).

Об изменениях ценностно-смысловой сферы говорят и зарубежные исследователи, анализируя экзистенциальные кризисы (R.K. James [17], A. Olson [18], D. Ulich [21]).

Вышесказанное позволяет предположить, что сущность ценностно-смыслового механизма переживания профессионального кризиса личности заключается в *трансформации системы личностных ценностей*, что проявляется в изменения характера взаимосвязей в системе ценностей и степени значимости их для педагога, а также в *трансформации системы личностных смыслов*. Такая трансформация запускается, когда педагог, переживая профессиональный кризис личности, не имея возможности наделить смыслом существующую ситуацию профессионального развития, стремится найти ее значение для себя. При этом его внимание и восприятие становится ограниченным, ограниченным каким-то временным локусом: «будущего», «настоящего», «прошлого» (например, педагог обращается к прошлому, поскольку тогда, в то время у него были возможности резервы, горизонт будущего был более необъятным и пр.). Такая «временная» фиксация приводит к своеобразному «смысловому десинхрозу» (Серый В.А.) [10].

Говоря об антиципации в переживании профессионального кризиса личности, отметим, что антиципация является важным психологическим механизмом, обеспечивающим в целом адекватность поведения человека. В работах Л.И. Анцыферовой, К.А. Абульхановой-Славской, Б.Ф. Ломова, Л.А. Редуш, Е.А. Сергиенко, Е.Н. Суркова раскрываются различные аспекты антиципации, значимые в контексте нашего исследования. Так, по мнению Л.И. Анцыферо-

вой предвосхищение возникновения трудной ситуации влияет на формирование психологической готовности к встрече с негативным событием или поиск путей ее предотвращения [2]. В работах Л.И. Анцыферовой мы встречаем утверждение о том, что поскольку основным способом бытия личности является развитие, то постоянная экстраполяция себя в будущее, а своего отдаленного будущего в свое настоящее – это и есть проявление желания развиваться [2].

В работах К.А. Абульхановой-Славской антиципация является необходимым компонентом смыслообразования (планирования будущего), ответственности (предвидение последствий своих действий), организации времени жизни (опережающее и своевременное планирование) [1].

Рассматривая антиципацию как неотъемлемое свойство психики Б.Ф. Ломов, Л.А. Регуш, Е.А. Сергиенко, Е.Н. Сурков раскрывают когнитивную, регулятивную и коммуникативную функции психики. Когнитивная функция антиципации заключается в познании будущего в его самых различных формах. Регулятивная функция обеспечивает готовность к встрече с событиями, упреждение их в поведении, планирование действий. Коммуникативная функция антиципации состоит в готовности, планирования, предсказуемости процессов общения.

На наш взгляд, именно когнитивная и регулятивная функции играют важную роль в переживании педагогами профессионального кризиса личности.

На основе анализа работ вышеперечисленных авторов обозначим несколько позиций, раскрывающих антиципационный механизм переживания профессионального кризиса личности. Во-первых, нужно отметить, что антиципация является компонентом смыслообразования. В процессе переживания профессионального кризиса личности будущее существует в сознании личности как некий идеал, к которому она стремится. Цели, ценности личности выступают ориентирами в построении вероятностной модели будущего. Не имея возможности реализовать в актуальной профессиональной ситуации свои потребности, личность изменяет и обогащает систе-

му ценностей и смыслов, сопоставляя ее с возможным профессиональным будущим.

Во-вторых, антиципация играет особую роль в психической регуляции поведения и деятельности и обеспечивает готовность субъекта к встрече с событиями, планированию действий. Механизма антиципации обеспечивает формирование цели, планирование и программирование поведения и деятельности по преодолению ситуации профессионального кризиса личности. Антиципация включается в процесс принятия личностью решения о своем профессиональном будущем, в процессы текущего контроля за процессами совладания с кризисом и пр.

В-третьих, неэффективность антиципации приводит к повышению вероятности невротического расстройства личности. В клинической психологии накоплен большой эмпирический материал, подтверждающий факт того, что неспособность личности предвосхищать ход событий и собственное поведение во фрустрирующих ситуациях, приводит к развитию невроза. Ситуация профессионального кризиса личности является безусловно ситуацией фрустрации. Будучи неспособным спланировать свое поведение и деятельность по совладанию с профессиональным кризисом личности, педагог, тем самым, увеличивает вероятность неблагоприятного разрешения кризиса, вплоть до ухода в пограничные состояния.

### **Материалы и методы**

Для эмпирического исследования психологических механизмов переживания педагогами профессионального кризиса личности нами использовались следующие методы исследования:

1. Теоретические (анализ, сравнение): были проанализированы работы отечественных и зарубежных авторов по теме исследования и сформулированы основные предположения относительно содержания психологических механизмов переживания педагогами профессионального кризиса личности.

2. Организационные методы (метод поперечных срезов, лонгитюд) обеспечивающие процедурные аспекты исследования. Метод

поперечных срезов использовался при сравнении разных групп испытуемых по параметрам рефлексии, ценностно-смысловой сферы и антиципации. Лонгитюд применялся для получения данных, позволяющих описать изменения в ценностно-смысловой сфере личности педагога и преодоления им ситуации профессионального кризиса личности.

3. Эмпирические методы (феноменологическая анкета, опросники). Для сбора эмпирических данных использовались:

- методика биографической рефлексии М.В. Клементьевой [5], направленная на оценку уровня биографической рефлексии. Биографическая рефлексия проявляется в механизмах познания, идентификации и интерпретации личностью процессов, явлений и событий жизни и обеспечивает саморегуляцию жизненного пути, участвуя в процессах порождения смыслов жизни.
- дифференциальный тест рефлексивности Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина, позволяющий исследовать выраженность таких параметров рефлексивности как арефлексия, интроспекция, системная рефлексия и квазирефлексия [6].
- тест смысловых ориентаций Д.А. Леонтьева (адаптированная версия теста «Цель в жизни» (Purpose-in-Life Test, PIL, Дж. Крамбо и Л. Махолика) направлен на изучение осмысленности жизни и позволяет выявить особенности смысла о жизненных ориентациях личности (цели в жизни, насыщенность жизни и удовлетворенность самореализацией), которые соотносятся соответственно с целью (будущим), процессом (настоящим) и результатом (прошлым).
- тест «Способность к прогнозированию» Л.А. Регуш, нацеленный на диагностику прогностических способностей, которые являются психологическим предиктором опережающего отражения [11, 12].
- опросник «Стиль саморегуляции поведения» (автор В.И. Моросанова), направленный на диагностику стилей саморегуляции, прежде всего, параметров планирования поведения и деятельности, лежащего в основе антиципации [8].

- авторская анкета «Переживание профессионального кризиса личности» [20], разработанная на основе феноменологического метода, который позволяет исследовать богатство и глубину человеческого переживания и который предназначен для изучения личности, имеющей опыт переживания или способной хотя бы минимально его описать (Varela F.J., Shear J. Dukes, Polkinghorne) [22, 16, 19].

3. Методы математической статистики (дескриптивная статистика, корреляционный анализ) для обработки эмпирических данных.

Опытно-экспериментальной базой исследования выступили общеобразовательные организации Свердловской области Российской Федерации. Всего в исследовании приняли участие 170 человек. В группу педагогов, переживающих кризис, вошли 70 человек. Остальные педагоги (80 человек) были отнесены к группе сравнения. Средний возраст участников – 36 лет, стаж – 15 лет. Все испытуемые имеют педагогическое образование.

### **Результаты исследования**

Опытно-поисковое исследование психологических механизмов переживания педагогами профессионального кризиса личности проводилось в три этапа. На первом этапе исследования был осуществлен теоретический анализ литературы с целью обоснования психологических механизмов переживания педагогами профессионального кризиса личности. На втором этапе исследования был осуществлен сбор эмпирических данных. На третьем этапе исследования был проведен математический анализ данных с применением дескриптивной статистики и корреляционного анализа ( $t$ -критерий Спирмена).

Первым направлением анализа результатов исследования было выделение, на основании анализа анкет, группы педагогов, переживающих профессиональный кризис личности. Критериями отнесения педагогов к группе переживающих профессиональный кризис личности являлись: самооценка педагогом ситуации профессиональной деятельности как кризисной; общий эмоциональный фон самоотчета

на момент обследования; характер оценивания профессиональной деятельности; характер оценивания себя как профессионала. Подтверждение предположений о функционировании психологических механизмов переживания педагогами профессионального кризиса личности осуществлялось в дальнейшем именно на этой группе.

Обратимся к анализу результатов.

Отправной точкой анализа результатов исследования явились ответы педагогов на вопросы феноменологической анкеты [20]. Одним из блоков этой анкеты явился блок вопросов о переживании педагогом профессионального кризиса. Анализ результатов показывает, что для многих педагогов переживание профессионального кризиса сопровождается рефлексией содержания профессиональной деятельности (18% всех ответов испытуемых), затем актуализируется рефлексия внутреннего мира (13% всех ответов испытуемых) и социального окружения (13% всех ответов испытуемых). Совокупное количество ответов испытуемых, акцентирующих внимание на рефлексивных аспектах переживания профессионального кризиса личности, составило 51%. Другими словами чуть более половины педагогов отмечают необходимость анализа себя, своего профессионального пути, своих профессиональных достижений в процессе переживания ими профессионального кризиса личности.

Полученные результаты были дополнены данными, полученными с помощью методики биографической рефлексии (М.В. Клементьева) и дифференциального теста рефлексивности Д.Н. Леонтьева и Е.Н. Осина. А именно, доказательством того, что рефлексия является психологическим механизмом переживания профессионального кризиса личности стали результаты корреляционного анализа контент-аналитических категорий и параметров рефлексии (с применением коэффициента ранговой корреляции Ч. Спирмена). Так было установлено положительная взаимосвязь между *инстропспекцией* (дифференциальный тест рефлексивности Д.А. Леонтьева и Е.Н. Осина) и контент-аналитической категорией *переживание кризиса* ( $r = 0,37$ , при  $p \leq 0,5$ ). Также было выявлено наличие отрицательной взаимосвязи между *конфигуративной рефлексией* и контент-аналитической

категорией *эмоциональные переживания* ( $r = -0,39$ , при  $p \leq 0,5$ ). А *личностная составляющая биографической рефлексии* положительно связана с контент-аналитической категорией *тоска и опустошение* ( $r = 0,53$ , при  $p \leq 0,1$ ).

Анализируя полученные результаты, мы можем сделать вывод о том, что в ситуации переживания профессионального кризиса личности у педагога актуализируется потребность в рефлексии собственных переживаний и состояний. При этом, как отмечается Е.А. Осиным и Д.А. Леонтьевым, интроспекция направлена, прежде всего, на внутренний мир человека, а не на анализ внешней ситуации. Другими словами, в ситуации профессионального кризиса личности, в силу высокой социальной значимости профессии педагога, и на фоне потери профессиональной перспективы и смысла профессиональной деятельности, главная задача, которая возникает у педагога это задача на понимание себя, поиск новых ресурсов. Но, поскольку, интроспекция, которая запускается в ситуации кризиса, не затрагивает внешней, объективной социально-профессиональной ситуации, высока вероятность неконструктивного разрешения кризиса.

Анализируя наличие взаимосвязи *личностной составляющей биографической рефлексии* (методика биографической рефлексии М.В. Клементьевой) с категорией *тоска-опустошение* (феноменологическая анкета) мы можем отметить, что поскольку личностная составляющая рефлексии характеризует процесс наделения смыслами поступков и событий жизни, осознание личностных свойств, проявляющихся в событиях жизни, то в ситуации переживания педагогами профессионального кризиса личности, когда у них нарастает чувство тоски и опустошения от того, что профессия потеряла смысл, нет к ней интереса, актуализируется процесс поиска себя, поиска новых смысловых ориентиров, процесс осознания собственного профессионального потенциала. Конфигуративная же рефлексия характеризует процесс формирования контекста жизненного пути. В свете этого, пиковые эмоциональные переживания, сопровождающие ситуацию профессионального кризиса личности, блокируют

процесс проектирования жизненного пути, который предстает перед личностью как разорванная, фрагментарная картина.

Итак, переживание педагогами профессионального кризиса личности актуализирует процесс рефлексии себя, своего состояния и переживаний. У педагогов снижается уровень рефлексии собственного профессионального и жизненного пути в силу эмоциональных переживаний.

Для подтверждения предположения о существовании ценностно-смыслового механизма переживания педагогами профессионального кризиса личности нами были совокупно проанализированы ответы испытуемых на вопросы феноменологической анкеты, раскрывающие общее мироощущение до кризиса и вопросы, раскрывающие деятельность по преодолению кризиса. Как видно из ответов педагогов, в период до профессионального кризиса профессиональная перспектива, будущее были понятны. Все педагоги отмечали, что видели смысл своей работы, профессиональные задачи воспринимали с энтузиазмом, вдохновением.

Анализ ответов педагогов, характеризующих процесс переживания профессионального кризиса, позволяет сделать вывод о том, что в ситуации кризиса педагоги начинают остро воспринимать оценку своей деятельности. Многие отмечали появление негативных внешних оценок: *«боязнь осуждения»*, *«чувствовала себя «белой вороной»»*, *«я не смогу стать хорошей»*, *«отношение коллег как конкуренту»*, *«сплетни, давление»*, *«непонимание со стороны начальства»*, *«не принятие как коллеги»* и пр. (21% всех ответов).

Размытая временная профессиональная перспектива или её отсутствие (12% всех ответов) и, как следствие, актуализация потребности в выборе дальнейшего сценария профессиональной жизни проявилась в таких ответах: *«нужна ли мне эта профессия»*, *«будет ли она интересна в будущем»*, *«хотелось уйти на другое место работы»*, *«профессиональное будущее безрадостное»*, *«профессиональное будущее – все как всегда и будет только хуже»* и пр. Нужно отметить, что в докризисный период образ профессии включал в себя профессиональные планы и возможности самореализации (16% всех ответов).

Анализируя ответы испытуемых на вопросы, касающиеся процесса переживания профессионального кризиса, мы установили, что 30% ответов педагогов свидетельствуют о том, что переживание педагогами профессионального кризиса личности сопровождается трансформацией ценностно-смысловой сферы личности. Так на основе анализа анкет педагогов было установлено, что переживание профессионального кризиса личности сопряжено с изменением смыслового контекста работы (21% всех ответов). Многие педагоги отмечали: *«мне казалось, что все забывается»*, *«тетради на проверку домой перестала брать»*, *«мне не удастся понять нужно ли мне это»*, *«стала меньше реагировать на требования родителей»*, *«теперь силой воли заставляю себя идти, профессиональные обязанности выполняю по привычке, автоматически»*, *«смысл стал – уберечь своего ребенка от того, что сейчас в детских садах..»*, *«очень разочаровала система образования»*, *«я стала по-другому смотреть на свою деятельность»* и др. 9% всех ответов педагогов – это ответы доказывающие, что процесс переживания профессионального кризиса личности сопровождается изменением иерархии жизненных сфер.

Полученные результаты подтверждаются данными, полученными с помощью теста смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева. При среднем уровне значений смысложизненных ориентаций в целом по выборке, педагогам, переживающим кризис, свойственно снижение показателей выраженности смысложизненных ориентаций, что подтверждает выдвинутые предположения о том, что в профессиональный кризис затрагивает смысловую сферу личности и запускает процессы ее трансформации.

Так, было установлено, снижение значения показателя *«цели в жизни»* ( $X_{ср} = 34,34$ ), который характеризует наличие или отсутствие в жизни педагога целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Показатели по шкале *«результативность жизни или удовлетворенность самореализацией»* ( $X_{ср} = 25,08$ ) также имеют низкий уровень выраженности. Данный показатель отражает оценку пройденного от-

резка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть.

Полученные результаты свидетельствует о том, что в ситуации профессионального кризиса для педагога характерно жить сегодняшним днем, не планируя будущего, поскольку оно малопонятно, а профессиональная перспектива неясна, педагоги не видят смысла в своей деятельности. При этом педагоги преимущественно не удовлетворены и прожитой частью жизни, в силу чего у них возникает потребность в ревизии собственных достижений, рефлексии опыта и собственных возможностей. Кроме того, недовольство прошлым может быть обусловлено ощущением, что имеющийся багаж профессиональных знаний и умений в нынешних условиях профессиональной деятельности не может обеспечить достижение декларируемых социально-профессиональной средой задач.

Подтверждением данных о трансформации ценностно-смысловой сферы стали ответы на блок вопросов, характеризующих процесс преодоления кризиса. Наибольшее количество ответов набрала подкатегория – *актуализация личностного ресурса*. Педагоги отмечали, что для разрешения профессионального кризиса им понадобились *«терпение и спокойствие»*, *«поняла, что если не можешь изменить ситуацию – измени отношение к ней»*, *«уверенность в себе»*, *«оптимизм»*, *«уверенность в своих знаниях и своих силах»*, *«стрессоустойчивость»*, *«уверенность, что кризис закончиться, мотивация»* и пр. Еще одним важным для нас результатом, стал результат, свидетельствующий о том, что в процессе переживания педагогами профессионального кризиса личности происходит изменение характера деятельности (11% всех ответов). В эту категорию вошли такие ответы как: *«в то время я подала документы на высшее образование»*, *«я поняла, что надо что-то дальше делать и выходить из ситуации кризиса»*, *«мне предложили интересную подработку»*, *«сменить деятельность»*, *«участвую в конкурсах и побеждаю»* и пр.

Приведенные результаты свидетельствуют о том, что в сознании педагога происходит переоценка ценностей, поиск новых смыслов жизнедеятельности.

Обратимся к описанию результатов, свидетельствующих о том, что в ситуации переживания педагогами профессионального кризиса личности начинает действовать механизм опережающего отражения.

Корреляционный анализ позволил установить, что существуют значимые взаимосвязи между значениями способности к прогнозированию, контент-аналитическими категориями феноменологической анкеты и параметрами саморегуляции поведения и деятельности. Так мы установили, что способность к прогнозированию связана с таким параметром саморегуляции как *программирование* ( $r=0,534$ , при  $p \leq 0,01$ ), а также с такими контент-аналитическими категориями как *возможность творческой самореализации* ( $r=0,418$ , при  $p \leq 0,05$ ), *рефлексия внутреннего мира* ( $r=0,397$ , при  $p \leq 0,05$ ), *хобби и увлечения* ( $r=0,418$ , при  $p \leq 0,05$ ). Опишем указанные результаты.

Поскольку основной аспект опережающего отражения связан со способностью педагога к прогнозированию, предвосхищению будущего и определению путей развития настоящего, то закономерно предположить, что способность педагога к прогнозированию будет определять и возможность планирования им своего поведения и деятельности. Следствием этого будет успешное переживание профессионального кризиса личности за счет четкого проектирования своего профессионального будущего и себя в контексте этого будущего. Механизм антиципации обеспечивает формирование цели, планирование и программирование поведения и деятельности по преодолению ситуации профессионального кризиса личности. Антиципация включается в процесс принятия личностью решения о своем профессиональном будущем, в процессы текущего контроля за процессами совладания с кризисом и пр.

Далее немаловажно отметить, что процессы опережающего отражения невозможны без активизации рефлексивных процессов, чему мы находим подтверждение, анализируя связь способности к прогнозированию и параметров рефлексии внутреннего мира: именно посредством этого происходит поиск ресурсов для проживания педагогом ситуации профессионального кризиса личности и дальнейшая творческая самореализация педагога.

Ну и в заключение нужно отметить, что несформированность способности к прогнозированию и, как следствие, неэффективность антиципации приводит к повышению вероятности деструктивного выхода из профессионального кризиса личности. Подтверждением этому стали отрицательная взаимосвязь между способностью к прогнозированию и такой контент-аналитической категорией как *утрата профессиональной идентичности* ( $r=-0,456$ , при  $p\leq 0,05$ ). Этот результат свидетельствует о том, что неспособность к прогнозированию своего будущего приводит к появлению так называемого профессионального отчуждения – утрате профессиональной идентификации с педагогической профессией, что может иметь серьезные негативные последствия, вплоть до усиления деструкции личности педагога.

### **Заключение**

В ходе исследования мы ставили задачу раскрыть психологические механизмы переживания педагогами профессионального кризиса личности. На основании анализа работ отечественных и зарубежных исследователей мы сформулировали определение категории «психологический механизм переживания профессионального кризиса, под которым мы понимаем: открытую, целостную и динамическую систему средств внешней и внутренней регуляции жизнедеятельности личности в ситуации профессионального кризиса личности. В качестве таких механизмов выступают рефлексия, ценностно-смысловой механизм и механизм опережающего отражения (антиципация).

В ходе нашего эмпирического исследования мы установили, что

1. Рефлексивный механизм переживания профессионального кризиса личности обеспечивает нахождение новых профессиональных горизонтов, перспектив профессионального развития.
2. Работа ценностно-смыслового механизма переживания профессионального кризиса личности приводит к тому, что постепенно с изменением иерархии ценностей и формированием

иной смысловой реальности, происходит переоценка прошлого и настоящего и построение личностью будущего, посредством проектирования новой профессиональной перспективы. В ходе этой внутренней, сложной работы происходит трансформация ценностно-смысловой сферы личности; вносятся изменения в содержание, структуру деятельности, тем самым выводя ее на уровень творчества.

3. Антиципация, как механизм переживания профессионального кризиса личности, обеспечивает нахождение новых профессиональных горизонтов, перспектив профессионального развития. Для профессионала значимость антиципационных механизмов огромна, поскольку именно посредством антиципации личности удается оставаться субъектом своей профессиональной деятельности и сохранять психологическое благополучие.

Результаты нашего исследования имеют важное практическое значение, поскольку позволяют спроектировать и реализовать программы психолого-педагогического сопровождения педагогов с учетом особенностей переживания ими профессионального кризиса личности.

**Информация о конфликте интересов.** Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

**Информация о спонсорстве.**

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научно-исследовательского проекта «Психологические механизмы переживания педагогами профессионального кризиса личности», проект № 16-36-01031-ОГН\18.

*Список литературы*

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. Москва: Мысль, 1991. 299 с.
2. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных ситуациях: переосмысление, преобразование ситуации и психологическая защита// Психологический журнал. 1997. №1. С. 3–18.

3. Анцыферова Л.И. Сознание и действия личности в трудных жизненных ситуациях // Психологический журнал. 1991. Т.12, №1. С. 23–31.
4. Жедунова Л.Г. Феноменологическое исследование субъективного опыта переживания личностного кризиса// Ярославский педагогический вестник. 2012. № 1. Том II (Психолого-педагогические науки). С. 238–243.
5. Клементьева М.В. Понятие биографической рефлексии и методика ее оценки // Культурно-историческая психология. 2014. № 4. С. 80–93.
6. Леонтьев Д.А., Осин Е. Н. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014. № 4. С. 110–135.
7. Ломов Б.Ф. Системность в психологии. Воронеж: НПО «Модэк», 1996. 424 с
8. Моросанова В.И. Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. 2000. № 2. С. 118–127.
9. Прохоров А.О., Чернов А.В. Рефлексивная регуляция психических состояний // Ученые записки казанского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2012. Том 154. № 6. С. 244–257.
10. Психологические механизмы функционирования системы личностных смыслов / А.В. Серый. Кемерово: Кузбассвузиздат. 2002. 183 с.
11. Регуш Л.А. Психология прогнозирования: способность, ее развитие и диагностика. Киев. 1997. 88 с.
12. Регуш Л.А. Психология прогнозирования. Успехи в познании будущего. СПб.: Речь, 2003. 352 с.
13. Садовникова Н.О., Заннони Ф. Психологические особенности переживания педагогами профессионального кризиса личности // Образование и наука 2018. №3 (20). С. 83–99.
14. Садовникова Н. О. Профессиональный кризис личности педагога: содержание и основные признаки // Научный диалог. 2016. №11 (59). С. 400–411.
15. Саковская О.Н. Направленность рефлексии в кризисе профессионального развития // Вестник Ярославского гос. ун-та им. П.Г. Демидова. Серия: Гуманитарные науки. 2011. № 3. С. 114–116.

16. Dukes S. Phenomenological methodology in the human sciences. *Journal of Religion and Health*, 1984. 23 (3), 107–203. [cited 2016 Jul 13]; Available from: <http://link.springer.com/article/10.1007%2FBF00990785>
17. James R.K., Gilliland B.E. *Crisis Intervention Strategies*. Belmont: CA: Wadsworth, 2001. 352 p.
18. Olson A. The theory of Self-actualization: mental illness, creative and art. *Psychology Today*. Режим доступа: <https://www.psychologytoday.com/blog/theory-and-psychopathology/201308/the-theory-self-actualization>. (дата обращения 28.08.2018).
19. Polkinghorne D. *Phenomenological research methods. Existential phenomenological perspectives in psychology exploring the breadth of human experience: with special on transpersonal psychology* / R.S. Valle, S. Halling (Eds.). New York: Plenum Press, 1989. 45.
20. Sadovnikova N.O., Sergeeva T.B., Suraeva M.O., Kuzmina O.Y. Phenomenological Analysis of Professional Identity Crisis Experience by Teachers // *International Journal of Environmental and Science Education*. 2016. № 11 (14), pp. 6898–6912.
21. Ulich D., Hausser K., Mayring Ph., Strehmel P., Kandler M., Degenhardt B. *Psychologie der Krisenbewältigung. Eine Längsschnittuntersuchung mit arbeitslosen Lehrern*. Weinheim: Beltz. 1985. 244 p.
22. Varela F.J., Shear J. First-person accounts: why, what, and how. The view from within: First-person approaches to the study of consciousness. *Journal of Consciousness Studies*, 1999, pp. 2–3. [cited 2016 Jul 13] / 1–14; Available from: [http://www.imprint.co.uk/pdf/VFW\\_intro-duc.pdf](http://www.imprint.co.uk/pdf/VFW_intro-duc.pdf)

### *References*

1. Abul'khanova-Slavskaya K.A. *Strategiya zhizni* [Life strategy]. Moscow: Mysl', 1991. 299 s. (In Russ.)
2. Antsyferova L.I. *Psikhologicheskij zhurnal*. 1997. №1, pp. 3–18. (In Russ.)
3. Antsyferova L.I. *Psikhologicheskij zhurnal*. 1991. V.12., №1. S. 23–31. (In Russ.)
4. Zhedunova L.G. *Yaroslavskij pedagogicheskij vestnik*. 2012. № 1, V. II, pp. 238–243 (In Russ.)

5. Klement'eva M.V. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya*. 2014. № 4, pp. 80–93. (In Russ.)
6. Leont'ev D.A., Osin E.N. *Psikhologiya. Zhurnal Vyshej shkoly ehkonomiki*. 2014. № 4, pp. 110–135. (In Russ.)
7. Lomov B.F. *Sistemnost' v psikhologii* [Systematic in psychology]. Voronezh: NPO «Modehk», 1996. 424 p. (In Russ.)
8. Morosanova V.I. *Voprosy psikhologii*. 2000. № 2, pp. 118–127. (In Russ.)
9. Prokhorov A.O., Chernov A.V. *Uchenye zapiski kazanskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki*. 2012, V. 154. № 6, pp. 244–257. (In Russ.)
10. Seryj A.V. *Psikhologicheskie mekhanizmy funkcionirovaniya sistemy lichnostnykh smyslov* [Psychological mechanisms of functioning of the system of personal meanings]. Kemerovo : Kuzbassvuzizdat. 2002. 183 p. (In Russ.)
11. Regush L.A. *Psikhologiya prognozirovaniya: sposobnost', ee razvitie i diagnostika* [Psychology of forecasting. Successes in knowledge of the future]. Kiev. 1997. 88 p. (In Russ.)
12. Regush L.A. *Psikhologiya prognozirovaniya. Uspekhi v poznanii budushhego* [Psychology of forecasting: ability, its development and diagnostics]. SPb.: Rech', 2003. 352 p. (In Russ.)
13. Sadovnikova N.O., Zannoni F. *Obrazovanie i nauka* 2018. №3 (20), pp. 83–99. (In Russ.)
14. Sadovnikova N.O. *Nauchnyj dialog*. 2016. №11 (59), pp. 400–411. (In Russ.)
15. Sakovskaya O.N. *Vestnik Yaroslavskogo gos. un-ta im. P.G. Demidova. Seriya: Gumanitarnye nauki*. 2011. № 3, pp. 114–116. (In Russ.)
16. Dukes S. Phenomenological methodology in the human sciences. *Journal of Religion and Health*, 1984. 23 (3), 107–203. [cited 2016 Jul 13]; Available from: <http://link.springer.com/article/10.1007%2FBF00990785>
17. James R.K., Gilliland B.E. *Crisis Intervention Strategies*. Belmont: CA: Wadsworth, 2001. 352 p.
18. Olson A. The theory of Self-actualization: mental illness, creative and art. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/blog/theory-and-psychopathology/201308/the-theory-self-actualization>.
19. Polkinghorne D. Phenomenological research methods. *Existential phenomenological perspectives in psychology exploring the breadth of human*

- experience: with special on transpersonal psychology / R.S. Valle, S. Halling (Eds.). New York: PlenumPress, 1989. 45.
20. Sadovnikova N.O., Sergeeva T.B., Suraeva M.O., Kuzmina O.Y. Phenomenological Analysis of Professional Identity Crisis Experience by Teachers. *International Journal of Environmental and Science Education*. 2016. № 11 (14), pp. 6898–6912.
21. Ulich D., Hausser K., Mayring Ph., Strehmel P., Kandler M., Degenhardt B. Psychologie der Krisenbewältigung. Eine Längsschnittuntersuchung mit arbeitslosen Lehrern. Weinheim: Beltz. 1985. 244 p.
22. Varela F.J., Shear J. First-person accounts: why, what, and how. The view from within: First-person approaches to the study of consciousness. *Journal of Consciousness Studies*, 1999, pp. 2–3. [cited 2016 Jul 13]/ 1–14; Available from: [http://www.imprint.co.uk/pdf/VFW\\_introduc.pdf](http://www.imprint.co.uk/pdf/VFW_introduc.pdf)

#### ДААННЫЕ ОБ АВТОРЕ

**Садовникова Надежда Олеговна**, заведующая кафедрой профессиональной педагогики и психологии, кандидат психологических наук, доцент  
*ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет»*  
*ул. Машиностроителей, 11, г. Екатеринбург, 620012, Российская Федерация*  
*[nosadovnikova@gmail.com](mailto:nosadovnikova@gmail.com)*

#### DATA ABOUT THE AUTHOR

**Sadovnikova Nadezhda Olegovna**, Head of Department, Department of Professional pedagogy and Psychology, PhD in Psychology, Associate Professor  
*Russian State Vocational Pedagogical University*  
*11, Mashinostroitelej Str., Yekaterinburg, 620012, Russian Federation*  
*[nosadovnikova@gmail.com](mailto:nosadovnikova@gmail.com)*  
*ORCID: 0000-0001-8738-3996*  
*Scopus Author ID: 57191169642*