

Механизмы психологической защиты у студентов специальности «социальная работа» с разными уровнями эмпатии

The mechanisms of psychological protection of social work students with different empathy levels

Власенко Юлия Михайловна¹

Ulasenka Yuliya

1. Магистр психологических наук, аспирант Витебского государственного университета имени П.М. Машерова

Master of Psychology, PhD student of Vitebsk State University named after P.M. Masherov

e-mail: yulenska-888@yandex.ru

Аннотация

Статья отражает результаты исследования, целью которого было выявление уровня эмпатии и ведущих защитных механизмов психики у студентов специальности «социальная работа». Результаты свидетельствуют о том, что уровень эмпатических способностей студентов специальности «социальная работа» обуславливает проявление у них различных механизмов психологической защиты, как конструктивных (зрелых), отвечающих за адаптивность к неблагоприятным условиям деятельности, так и деструктивных (примитивных), затрудняющих процесс взаимодействия. Полученные результаты позволили сделать вывод о том, что студентам, обучающимся на данной специальности, необходимо не столько высокий, сколько оптимальный уровень развития эмпатии, позволяющий проявлять сочувствие, не испытывая при этом тех же эмоций, что испытывает другой человек в трудной жизненной ситуации. Результаты исследования могут быть использованы для совершенствования профессиональной подготовки специалистов по социальной работе в условиях УВО.

Ключевые слова: механизмы психологической защиты, эмпатия, социальная работа, компромиссный выбор профессии, профессиональная подготовка.

Abstract

The article reflects the results of the research aimed to reveal the empathy level and the main protective psychics mechanisms of social work students. The results show that the level of empathy abilities of social work students determines the manifestation of different psychological protection mechanisms of both constructive (mature) – responsible for adaptability to unfavorable working conditions – and destructive (primitive) – preventing the interaction process – nature. The obtained results have led to the conclusion that students of the given specialty don't so much need high but optimal empathy development level enabling to feel sympathy and not to have the same emotions as another person does in a difficult life situation. The research results can be used for the improvement of social work specialists' professional training in Higher Educational Establishments.

Keywords: mechanisms of psychological protection, empathy, social work, compromise profession choice, professional training.

Поступила в редакцию / Received: 01.06.2015

Web: <http://elibrary.miu.by/journals/item.iot/issue.42/article.12.html>

Введение

Социальная работа является одним из тех видов профессиональной деятельности, где личностная «непроработанность» специалиста приводит к формированию у него активных оборонительных реакций, социальных стереотипов и негативных установок по отношению к клиентам. Клиент может затронуть «слабые» стороны личности специалиста, пробудить его защитные механизмы, что будет оказывать влияние на процесс консультирования. Субъект, включённый в данный процесс, должен уметь успешно адаптироваться к стремительным изменениям, быть готов к работе в ситуации «вынужденного» общения, высокой эмоциональной нагрузке при взаимодействии с различными категориями клиентов. Всё это вступает в противоречие с гуманистическим характером социальной работы как вида профессиональной деятельности и идеальным, ожидаемым образом специалиста-профессионала (способного к эмпатии, сопереживанию, открытого, доброжелательного, готового помочь). При этом важность проявления эмпатии в «помогающих» профессиях (в том числе и в социальной работе) зачастую абсолютизируется без учета возможных негативных последствий эмоциональной чуткости как для специалистов, практикующих в этой сфере, так и для клиентов. В этой связи актуальной представляется диагностика эмпатии уже на этапе овладения профессией специалиста по социальной работе, а также выявление ее соотношения с другими свойствами личности профессионала, которые способствуют поддержанию психологического комфорта в неблагоприятных условиях осуществления деятельности, т.е. механизмами психологической защиты.

Цель исследования заключалась в выявлении уровня эмпатии и ведущих защитных механизмов психики у студентов специальности «социальная работа» и прогнозировании их влияния на эффективность будущей профессиональной деятельности. Респондентами выступили студенты 3-го и 5-го курсов (специальность «социальная работа») в количестве 60 человек. В качестве методов использованы сравнительные, психодиагностические (опросник «Индекс жизненного стиля» (Life Style Index, LSI), разработанный Р. Плутчиком в соавторстве с Г. Келлерманом и Х.Р. Контом (в адаптации Л.И. Вассермана), методика диагностики уровня эмпатических способностей В.В. Бойко) и методы количественного анализа (χ -критерий Колмогорова – Смирнова, t -критерий Стьюдента). Обработка данных осуществлялась посредством программы «SPSS 16.0 for Windows».

Феномен эмпатии занимает важное место в исследованиях как отечественных, так и зарубежных исследователей. Так, К. Роджерс определил эмпатию как «осознание чувств и эмоций других людей, умение чувствовать эмоции и настроения окружающих, понимать их точку зрения и проявлять активный интерес к их заботам, открытость во взаимодействии, умение проникать во внутренний мир другого человека» [1, с. 267]. Именно выделение актуальности переживания составляет основу эмпатического отношения профессионала к объектам его деятельности. М.Л. Хоффман акцентировал внимание на познавательном компоненте эмпатического взаимодействия и интерактивном аспекте данного взаимодействия [2].

Отечественные психологи неоднозначно трактуют содержание понятия эмпатии, определяя ее как способность, как процесс или как состояние, при этом связывая эмпатию с различными психическими процессами и особенностями личности. В психологическом словаре (Б. Мещеряков, В. Зинченко) [3] эмпатия (от греч. *empathia* – «сопереживание») понимается как вне-рациональное познание человеком внутреннего мира других людей (вчувствование); отзывчивость на переживания и эмоции другого, разновидность социальных (нравственных) эмоций.

С.Л. Рубинштейн рассматривает эмпатию как составную часть любви человека к человеку. Подлинно эмпатическим отношениям он противопоставляет феномен «расширенного эгоизма» [4, с. 416]. В.В. Бойко выделяет следующие виды эмпатии:

- 1) рациональная эмпатия, которая осуществляется посредством сопричастности, внимания к другому, интенсивной аналитической переработки информации о нем;

- 2) эмоциональная эмпатия, реализуемая посредством эмоционального опыта (переживаний, чувств);
- 3) интуитивность, позволяющая обрабатывать информацию о партнере на бессознательном уровне [5].

Большинство исследователей феномена эмпатии отмечают, что она является профессионально важным свойством, основой истинного понимания ситуации и эмоционального состояния клиента. Однако если рассматривать эмпатию как процесс восприятия мира глазами других людей, способность стать на их место, почувствовать их боль, то следует говорить не столько об эмпатии в целом, сколько об оптимальном ее уровне, не несущем дискомфорта ни специалисту, оказывающему помощь, ни клиенту.

Так, П. Блум выделяет ряд негативных последствий чрезмерного вчувствования в состояние другого человека. Он выступает противником так называемого эмпатического альтруизма, суть которого – в прямой зависимости между сочувствием и желанием помочь. По его мнению, эмпатию человек проявляет только по отношению к привлекательным людям либо схожим с ним по каким-либо признакам. Также он отмечает, что люди с высоким уровнем эмпатии подвержены большему риску развития депрессии и тревожных расстройств. Это является следствием эмпатического стресса, вызванного способностью чувствовать чужую боль. А. Смит описывает людей «с деликатными чувствами», которые, заметив рану или язву у нищего, «способны чувствовать неприятное ощущение в той же части своего тела» [6].

В социальной работе более приемлемым будет дистанцированное сочувствие (в противовес эмоциональной эмпатии), когда есть потребность и готовность оказывать помощь, понимание истинной сути ситуации, не испытывая при этом тех же чувств, что испытывает клиент. Нарушение же этой тонкой грани активизирует защитные механизмы психики личности, которые наряду с минимизацией негативных, травмирующих переживаний могут вызвать феномены переноса и контрпереноса – эмоциональное отношение клиента к специалисту (специалиста к клиенту), возникающее в результате переноса на него чувств, испытанных ранее по отношению к другим людям, что будет затруднять процесс профессионального взаимодействия.

Использованная в качестве диагностического инструментария методика диагностики уровня эмпатических способностей В.В. Бойко позволяет выявить общий уровень эмпатии (очень высокий, средний, заниженный, очень низкий) и преобладающий канал (тенденцию) в структуре эмпатии [7]. Преобладание определенного

канала эмпатии отражают шесть шкал методики: рациональный, эмоциональный, интуитивный каналы, установки, способствующие или препятствующие эмпатии, проникающая способность и идентификация в эмпатии. Оценки по каждой шкале могут варьироваться от 0 до 6. Показатели отдельных шкал выполняют вспомогательную роль при интерпретации основного показателя уровня эмпатии, определяемого путем подсчета суммы баллов за каждый ответ испытуемого, совпавший с ключом (сумма варьируется от 0 до 36 баллов).

Для диагностики психологических защит был использован опросник «Индекс жизненного стиля» (Life Style Index, LSI), разработанный Р. Плутчиком в соавторстве с Г. Келлерманом и Х.Р. Контом (в адаптации Л.И. Вассермана), состоящий из 92 утверждений и позволяющий выявить общую напряженность психологических защит и отдельные защитные механизмы (вытеснение, регрессия, замещение, отрицание, проекция, компенсация, гиперкомпенсация, рационализация) [8].

По результатам психодиагностики нами были выявлены симптомокомплексы, отражающие эмпатические тенденции студентов специальности «социальная работа» и их ведущие психологические защиты. Высокий уровень эмпатии имеют 3 % студентов 3-го курса, у студентов-пятикурсников этот уровень эмпатии не выявлен. Это может свидетельствовать о более профессиональном подходе к будущим клиентам у студентов-пятикурсников в отличие от студентов 3-го курса, имеющих несколько идеализированное представление о будущей профессии. На среднем уровне эмпатия развита у 33 % (10 человек) студентов-третьекурсников и 20 % (7 человек) пятикурсников.

Большинство респондентов имеют заниженный уровень эмпатии: 57 % (17 человек) – 3-й курс и 70 % (21 человек) – 5-й курс. В целом студенты, принявшие участие в исследовании, не склонны к проявлению эмпатии по отношению к другим людям. С одной стороны, в будущей профессиональной деятельности специалиста по социальной работе это может привести к непониманию между консультантом и клиентом, а также создать препятствия для проникновения в суть ситуации. Однако, принимая во внимание тот факт, что чрезмерное сочувствие может привести к ситуации эмпатического стресса, расширению границ беспокойства за другого человека вплоть до физического ощущения чужой боли и затруднения процесса оказания помощи, эта тенденция является скорее положительным моментом на данном этапе профессионализации. Проявление эмпатии может привести также к активизации различных защитных механизмов психики – как конструктивных, которые будут способствовать разрешению ситуации, обеспечивать психологический комфорт в неблагоприятных

условиях выполнения деятельности (зрелых), так и деструктивных (примитивных), когда происходит, согласно Р. Плутчику, искажение реальности (т.е. реальность может игнорироваться или не восприниматься; будучи воспринятой, забываться; в случае допущения в сознание и запоминания – интерпретироваться удобным для индивида образом) [9].

Так, для большинства респондентов 3-го курса с заниженным и средним уровнем эмпатии характерным является такой механизм психологической защиты, как проекция (у 60 % респондентов со средним уровнем, у 53 % респондентов со сниженным уровнем эмпатии). При этом механизме неосознаваемые и неприемлемые для личности чувства и мысли локализируются вовне, и негативный, социально не одобряемый оттенок испытываемых чувств и свойств нередко приписывается окружающим. Такая тенденция может оказать влияние на характер взаимодействия специалиста с клиентом в процессе оказания помощи, где на первый план должно выходить безоценочное отношение к личности клиента (к людям с ограниченными возможностями, людям без определенного места жительства, людям, вернувшимся из мест лишения свободы). Ведь специалисту в области социальной работы не приходится выбирать, с кем приятно и удобно работать, а с кем – нет. Это может привести к нарушению процесса коммуникации, когда специалист будет подсознательно ожидать, например, проявления агрессии от клиента. У имеющих средний уровень эмпатии пятикурсников имеет место рационализация (50 % респондентов). Рационализация относится к наиболее сложным и зрелым видам защит, связанных с переработкой и переоценкой информации, и является свидетельством развития профессионального мышления и более объективного видения ситуации. Этот механизм ограничивает возможности проявления эмоциональной эмпатии, но в то же время свидетельствует о более реалистичных представлениях о будущей профессиональной деятельности специалиста по социальной работе.

Наряду с этим такой механизм зачастую имеет место при компромиссном профессиональном выборе [10], когда человек выбирает профессию и идет учиться на ту или иную специальность не в соответствии со своими интересами и наклонностями, а под влиянием внешних обстоятельств. Компромиссный профессиональный выбор чаще всего делается в области, сходной с той, в которой первоначально стремился работать человек. Такие студенты испытывают серьезные трудности в осознании себя в будущей профессиональной роли, что связано с эмоциональной перегруженностью, остротой, травматичностью содержания, которое необходимо усваивать: травматогенные переживания ограничиваются и

вытесняются в подсознание, включая защитный механизм психики – рационализацию, чтобы ослабить чувство тревоги, смириться с компромиссом. Такой профессиональный выбор осознается человеком как временный, вынужденный. Однако чем сильнее переживание неудачи, тем больше отчуждение от «временной» работы, учебы, тем острее неприязнь к тем, кто требует от него учиться или выполнять данную работу. Такие студенты требуют специального к себе внимания со стороны психологической службы учебного учреждения.

Статистическая значимость результатов исследования проверялась с помощью *t*-критерия Стьюдента (для независимых выборок). Данный критерий был выбран на основе заключения о том, что для выборки 3-го и 5-го курсов для измеряемых переменных (общая напряженность психологической защиты и уровень эмпатии) распределение существенно не отличается от нормального вида (для распределения показателей 3-го и 5-го курсов значение *z*-критерия Колмогорова – Смирнова составляет 0,6 (*Asymp. Sig* = 0,8 и 0,7) ($> 0,05$)). Различия в использовании механизмов психологических защит и уровне эмпатии для студентов 3-го и 5-го курсов специальности «социальная работа» обнаружены на уровне статистической тенденции ($p \leq 0,1$).

Заключение

Проведенное исследование позволило сделать следующие выводы. Низкий уровень развития эмпатии у студентов, принявших участие в исследовании, следует рассматривать не как препятствие к выполнению будущей профессиональной деятельности специалиста по социальной работе (непониманию особенностей ситуации и эмоционального состояния другого человека (клиента), а как вполне допустимую тенденцию, связанную со способностью дистанцированного сочувствия без эмпатического стресса.

Действующие механизмы психологической защиты, наряду с главной их функцией – защиты психики от неблагоприятных травмирующих переживаний, могут препятствовать осознанию студентами себя в будущей профессиональной роли, формировать негативное отношение к обучению по избранной специальности в ситуации компромиссного профессионального выбора, а также (в случае, если преобладают примитивные механизмы) препятствовать эффективности оказания помощи клиенту при взаимодействии с ним в процессе социальной работы.

Студенты 3-го курса, имеющие идеализированное представление о профессии, склонны руководствоваться своим прошлым личным опытом и интуицией в приписывании другим людям как негативных, так и пози-

тивных характеристик. Студенты более старших курсов рационально подходят к оценке личности другого, однако это резко ограничивает их возможности «вчувствования».

На этапе вузовского обучения необходимо формирование у студентов оптимального уровня эмпатии, обучение управлению своим состоянием, что поможет минимизировать влияние деструктивных психологических защит на процесс взаимодействия и будет способствовать гармоничному развитию личности профессионала.

Литература / References

1. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию : становление личности : пер. с англ. / К. Роджерс ; под. ред. М.М. Исениной. – М.: Прогресс, 1994. – 480 с.
Rodzhers, K. Vzglyad na psikhoterapiyu : stanovleniye lichnosti : per. s angl. / K. Rodzhers ; pod. red. M.M. Iseninoy. – М.: Progress, 1994. – 480 p.
2. Hoffman, M.L. Empathy, its development and prosocial implications / M.L. Hoffman // Nebraska Symposium on Motivation / ed. C.B. Keasey. – Lincoln, 1978. – Vol. 25. – 114 p.
3. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – М.: Олма-пресс, 2004. – 666 с.
Bolshoy psikhologicheskii slovar / pod red. V.P. Zinchenko, B.G. Meshcheryakova. – М.: Olma-press, 2004. – 666 p.
4. Рубинштейн, С.Л. Проблемы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 2008. – 416 с.
Rubinshteyn, S.L. Problemy obshchey psikhologii / S.L. Rubinshteyn. – М.: Pedagogika, 2008. – 416 p.
5. Бойко, В.В. Энергия эмоций в общении : взгляд на себя и на других / В.В. Бойко. – М.: Филинь, 1996. – 472 с.
Boyko, V.V. Energiya emotsiy v obshchenii: vzglyad na sebya i na drugikh / V.V. Boyko. – М.: Filin, 1996. – 472 p.
6. Bloom, P. Against empathy [Electronic resource] / P. Bloom // Bostonreview, a political and literary forum. – Mode of access: <http://www.bostonreview.net/forum>. – Date of access: 15.02.2015.
7. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика : методики и тесты : учеб. пособие / Д.Я. Райгородский. – Самара: БАХРАХ, 1998. – 672 с.
Raygorodskiy, D.Ya. Prakticheskaya psikhodiagnostika : metodiki i testy : ucheb. posobiye / D.Ya. Raygorodskiy. – Samara: BAKhRAKh, 1998. – 672 p.
8. Вассерман, Л.И. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля / Л.И. Вассерман, О.Ф. Ерышев, Е.Б. Клубова. – СПб.: изд-во СПбНИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005. – 50 с.
Vasserman, L.I. Psikhologicheskaya diagnostika indeksa zhiznennogo stilya / L.I. Vasserman, O.F. Yeryshev, Ye.B. Klubova. – SPb.: izd-vo SPbNIPNI im. V.M. Bekhtereva, 2005. – 50 p.

9. Кружкова, О.В. Психологические защиты личности : учеб. пособие / О.В. Кружкова, О.Н. Шахматова. – Екатеринбург: изд-во Росгоспрофпедуниверситета, 2006. – 153 с.
Kruzhkova, O.V. Psikhologicheskiye zashchity lichnosti : ucheb. posobiye / O.V. Kruzhkova, O.N. Shakhmatova. – Ekaterinburg: izd-vo Rosgosprofpeduniversiteta, 2006. – 153 p.
10. Буланова-Топоркова, М.В. Педагогика и психология высшей школы : учеб. пособие / М.В. Буланова-Топоркова. – Ростов н/Д : Феникс, 2002. – 544 с.
Bulanova-Toporkova, M.V. Pedagogika i psikhologiya vysshey shkoly : ucheb. posobiye / M.V. Bulanova-Toporkova. – Rostov n/D : Feniks, 2002. – 544 p.