

Изучение понятия «преодоление» в рамках концепции психологических барьеров

Манина Валерия Алексеевна,
Оренбургский государственный аграрный университет, Россия
e-mail: valeriamanina@gmail.com

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению исследований отечественных ученых, направленных на изучение преодоления психологических барьеров. Также рассматриваются факторы, затрудняющие процесс преодоления психологических барьеров и схема операций действия преодоления затруднений.

Ключевые слова: преодоление; психологический барьер; стратегии.

Study of "bridging" concepts within concept of psychological barriers

Manina Valeriya Alexeevna,
Orenburg State Agrarian University, Russia
e-mail: valeriamanina@gmail.com

Abstract. The article is devoted to researches of Russian scientists, aimed at studying the overcoming of psychological barriers. It also discusses the factors that impede the process of overcoming of psychological barriers and scheme of action to overcome the difficulties.

Keywords: overcoming, psychological barrier, strategy.

В процессе освоения профессиональной деятельности барьеры, с которыми сталкиваются студенты, приводят к снижению успешности в обучении, неуспеваемости, низкому качеству знаний.

С какой бы позиции ни рассматривалось понятие психологический барьер – в качестве препятствия, которое мешает человеку на пути его становления как личности и как профессионала или же, наоборот, в качестве явления,

выполняющего развивающие функции. Независимо от этого, чтобы барьер выполнил свои функции, его необходимо преодолеть.

Преодоление барьеров может быть самостоятельным когда мы, прилагая определенные усилия, справляемся с рассогласованиями, возникающими между внутренним и внешним мирами. В каких-то моментах мы можем даже не прилагать особых усилий, так как преодоление происходит уже не впервые и мы, используя прошлый опыт, легко перешагиваем возникающие препятствия. Если же барьер не может быть пройден самостоятельно, то мы прибегаем к помощи посторонних людей – близких нам людей или же специалистов в сфере, в которой возникло данное препятствие.

Проблема преодоления барьеров интересует как педагогов, так и психологов. Обратившись к толковым словарям, мы находим следующие определения: в словаре В.И. Даля преодоление обозначается следующим образом: «одолеть, осилить, превозмочь, подчинить себе (преодолеть сам себя)», в словаре С.И. Ожегова – «преодолеть – значит пересилить, справиться с чем-нибудь (преодолеть все трудности)».

В работах Н.Г. Осуховой преодоление описывается, как «стратегия преобразования трудностей посредством материальных или символических действий (коммуникации, язык) в пространстве внешнего мира» [5, с. 28]. Преодоление обеспечивается активностью индивида, направленной на преобразование трудности, «разрешение проблемы» в процессе предметно-практической или познавательной деятельности. Преодоление предполагает усилия и затраты энергии, высокий уровень саморегуляции, поиск информации, интенсивные раздумья [5, с. 28].

Сущность действия преодоления раскрывает Н.В. Барабошина, предлагая следующую схему операций действия преодоления затруднений в профессиональной деятельности:

1. Субъект испытывает возникающее затруднение при столкновении с трудностями в виде сигнала «что-то не так».
2. Субъект осознает затруднение как состояние напряженности, тяжести, неудовлетворенности «Мне неприятно, надо что-то делать».
3. Субъект осуществляет поиск внешних и внутренних факторов, причин неудовлетворенности.
4. Субъект анализирует внешние факторы и определяет уровни собственной подготовленности к деятельности, осознает отношения к ней, формирует проблему.
5. Субъект выстраивает вариативные гипотезы (цель, средства, желания).
6. Субъект апробирует варианты.

7. Субъект анализирует эффективность преодоления (профессиональная рефлексия) [1, с. 46].

Таким образом, как мы видим, для эффективного преодоления необходимо осознание причин трудностей и их устранение.

Согласно исследованиям Л.С. Выготского и С.Л. Рубинштейна, внешние факторы и условия создают предпосылки для реализации внутренних возможностей, проявления внутренних факторов и условий развития личности [2; 7]. Чтобы обучение и воспитание стало плодотворным, оно должно осуществляться в зоне ближайшего развития [2, с. 281], т.е. в условиях повышенной сложности. Повышение сложности, проблемности задач и заданий вызывает психологический барьер у студента. Преодоление психологических барьеров является важным условием развития и саморазвития личности. Реализация этого условия возможна, если преподаватель знает факторы возникновения психологических барьеров [3, с. 54].

В работе Н.С. Степашова исследуется проблема преодоления студентами жизненных затруднений. Проводится анализ жизненных трудностей, выделяемых самими студентами, факторов влияющих на возникновение трудностей, факторов преодоления проблемных ситуаций. Для нашего исследования наиболее значимыми являются факторы, затрудняющие процесс преодоления психологических барьеров. Н.С. Степашов выделяет следующие факторы:

- личностные качества (застенчивость, стыдливость);
- иллюзии собственной неуязвимости;
- ошибки и заблуждения;
- влияние культурных ценностей, национальных особенностей;
- боязнь потерять свою независимость;
- нереалистичский оптимизм;
- боязнь общественного мнения;
- нежелание показывать свою слабость;
- боязнь возможного самоущерба и потеря самоуважения;
- состояние здоровья, болезни;
- стремление сохранить позитивное мнение о себе [8, с. 103].

В условиях освоения будущей профессиональной деятельности существует большое количество факторов, оказывающих влияние на возникновение психологических барьеров, которые не зависят от личности студента, и могут быть устранены только усилиями педагогов. С другой стороны, внутренние причины барьеров не всегда осознаются студентами, и могут быть скорректированы психологическими методами в процессе обучения.

Большинство людей, в состоянии адекватно реагировать на сложившуюся затруднительную ситуацию, у них включаются так называемые мобилизационные механизмы, у тех же, кто не может перешагнуть образовавшийся барьер, включаются демобилизационные механизмы.

Данные, полученные в результате изучения психологических барьеров, в разнообразных сферах профессиональной и социальной деятельности свидетельствуют о том, что различия в путях преодоления психологического барьера связаны с мотивами, установками, отношением личности к ситуации, со значимостью ситуации (Е.П. Ермолаева, Б.Д. Парыгин, О.С. Советова) [4; 6].

Многие исследователи в своих работах в качестве внутренних стратегий преодоления психологических барьеров называют именно механизмы психологической защиты. В нашем исследовании мы рассматриваем подобные механизмы в качестве факторов, способствующих или препятствующих формированию адаптивной стратегии поведения в ситуации возникновения барьеров.

Анализ защитных механизмов психики позволяет сделать вывод, что некоторые из них (замещение, компенсация, реактивное образование) позволяют студенту ослабить дискомфорт, связанный с ситуацией столкновения с психологическим барьером, и являются факторами, способствующими преодолению барьеров. Другие же виды защит (отрицание, вытеснение, регрессия), наоборот, тормозят процесс преодоления и выступают в качестве факторов, препятствующих преодолению психологических барьеров. Но стоит заметить, что данное деление условно, так как в каждой конкретной ситуации тот или иной механизм психологической защиты может выступать как способствующим, так и препятствующим развитию личности фактором.

Психологическое исследование показывает, что поведение человека во многом зависит от уровня субъективного контроля, или локуса-контроля базовой личностной характеристикой, по которой можно судить о том, в какой степени человек считает себя активным субъектом своей собственной деятельности, а в какой степени – пассивным объектом действия других людей и внешних обстоятельств. Многочисленные экспериментальные исследования свидетельствуют о том, что существует связь между уровнями субъективного контроля и различными формами поведения, а также особенностями личности [9, с. 17].

Также считается, что интегральной характеристикой, объединяющей особенности всех стратегий преодоления психологических барьеров учебной деятельности, выступает психологическая устойчивость личности студента, которая включает в себя устойчивость индивидуального сознания личности, проявляющуюся в резистентности психики и связанную с ее стабильностью и

изменчивостью; динамические процессы, являющиеся неотъемлемой чертой устойчивости и лежащие в основе частных проявлений: эмоциональной устойчивости, стрессоустойчивости, саморегуляции психических процессов и устойчивости мотивационной сферы.

Стратегии преодоления психологических барьеров избираются как осознанно, так и не осознанно. Возможно выделение как общих, так и ситуационных специфических стратегий. Существующие классификации часто относятся к психологическим защитам или к поведению в различных ситуациях дискомфорта.

Адекватность выбора стратегий поведения в критических ситуациях определяется действием защитных механизмов, адаптационными возможностями личности, особенностями восприятия и оценки ею значимой для нее ситуации, стилевыми особенностями саморегуляции деятельности.

Список литературы:

1. Барабошина Н.В. Формирование готовности к преодолению затруднений в профессиональной деятельности у студентов педагогического вуза : дис. ... канд. пед. наук. Ярославль, 1998. 126 с.
2. Выготский Л. С. Проблемы развития психики. Собр.соч. в 6 т. Т. 3. М.: Педагогика, 1983. 368 с.
3. Евдоксина Н.В., Ефорова А.Р., Кердяшова О.В. Факторы преодоления психологических барьеров // Альманах современной науки и образования. В 2ч. Ч. 1. Тамбов: Грамота. 2008. № 10 (17). С. 54-56.
4. Ермолаева Е.П. Предпринимательство: самодиагностика и преодоление психологических барьеров. М.: Академия ИП РАН, 1996. 40 с.
5. Осухова, Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях/ Н.Г. Осухова. М.: Академия, 2005. 288 с.
6. Парыгин, Б.Д. Социальная психология. Проблемы методологии, истории и теории. СПб.: ИГУП, 1999. 592с.
7. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1973. 424 с
8. Степашов Н.С., Конопля А.И. Преодоление жизненных затруднений студентов как фактор воспитания // Фундаментальные исследования. 2008. № 7. С. 102-104.
9. Хребина С.В. Организационная психология образования: феноменология и концепция развития. Пятигорск: ПГЛУ, 2007. 288с.

References:

1. Baraboshina N.V. Formirovanie gotovnosti k preodoleniju zatrudnenij v professional'noj dejatel'nosti u studentov pedagogicheskogo vuza : dis. ... kand. ped. nauk. Jaroslavl', 1998. 126 s.
2. Vygotskij L. S. Problemy razvitija psihiki. Sobr.soch. v 6 t. T. 3. M.: Pedagogika, 1983. 368 s.
3. Evdoksina N.V., Eferova A.R., Kerdjashova O.V. Faktory preodolenija psihologicheskikh bar'erov // Al'manah sovremennoj nauki i obrazovanija. V 2ch. Ch. 1. Tambov: Gramota. 2008. № 10 (17). С. 54-56.
4. Ermolaeva E.P. Predprinimatel'stvo: samodiagnostika i preodolenie psihologicheskikh bar'erov. M.: Akademija IP RAN, 1996. 40 s.
5. Osuhova, N.G. Psihologicheskaja pomoshh' v trudnyh i jekstremal'nyh situacijah/ N.G. Osuhova. M.: Akademija, 2005. 288 s.
6. Parygin, B.D. Social'naja psihologija. Problemy metodologii, istorii i teorii. SPb.: IGUP, 1999. 592s.
7. Rubinshtejn S. L. Problemy obshej psihologii. M.: Pedagogika, 1973. 424 s
8. Stepashov N.S., Konoplja A.I. Preodolenie zhiznennyh zatrudnenij studentov kak faktor vospitanija // Fundamental'nye issledovanija. 2008. № 7. S. 102-104.
9. Hrebina S.V. Organizacionnaja psihologija obrazovanija: fenomenologija i koncepcija razvitija. Pjatigorsk: PGLU, 2007. 288s.

Сведения об авторе:

Манина Валерия Алексеевна, кандидат психологических наук, преподаватель кафедры социологии и социальной работы, ФГБОУ ВО Оренбургский государственный аграрный университет (Россия)