

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ БАРЬЕРЫ ЛИЧНОСТИ В СИТУАЦИИ ЖИЗНЕННОГО КРИЗИСА

**Волков А.А.,
Исаакян О.В.**

Целью данной статьи является презентация роли различных психологических барьеров в возникновении кризисов личности. Для этого, как нам кажется, уместным оказалось бы раскрытие всех тех потенциальных плоскостей, которые вместе образуют многомерное пространство психологических препятствий личности.

Ключевые слова: *творчество, психологический барьер, познавательные барьеры, коммуникативные барьеры, переживания, ситуации жизненного кризиса.*

Барьеры психологические (от франц. *bariere* — преграда, препятствие) — специфические психологические состояния личности, которые не позволяют ей занять активную позицию и реализовать тот или иной вид деятельности и общения. Эти психические состояния, как правило, связаны с неадекватно острыми отрицательными переживаниями по поводу конкретных проблем и актуальных ситуаций.[1] Психологические барьеры субъективно переживаются личностью как серьезные трудности в организации коммуникативных связей и взаимоотношений и сопровождаются чувством самонеподовлетворенности, самонеприятием и самонепринятием, неоправданно заниженными самооценкой и уровнем притязаний, что нередко приводит к внутриличностным конфликтам, патологическим страху, стыду, тревоге и чувству необоснованной вины [3].

Познавательные барьеры.

Нет сомнения, механизм творчества является одним из труднейших для понимания мыслительной деятельности человека, а деятельность психической фильтрации, наряду с другими факторами, направляет и выбирает русло творческого процесса. Безусловно, чтобы осуществлялся выбор, должны существовать механизмы торможения одних потоков и стимулирование других. Каждый поток есть определенным образом сформированные информационно-смысловые и другие виды структур [7]. Проблему торможения и стимулирования рассматривал философ Б.М. Кедров. Кедров предложил необычную теорию о том, как человек делает открытия и изобретения. В основе его теории лежит анализ движения творческой мысли, на пути которой, по мнению Кедрова, в сознании стоят познавательно-психологические барьеры (ППБ). Эти барьеры имеют две основные функции. Философ

полагал, что цель первой функции – тормозить движение творческой мысли, а цель второй – стимулировать процесс развития [3, 4, 5].

Смысл тормозящей функции ППБ можно описать с помощью оригинальной метафоры: когда хотят создать водоем, то реку перекрывают плотиной – задерживая воду, и она обеспечивает наполнение водоема. Так и в сознании – барьеры препятствуют замене старой информации новой. Оградительная функция барьеров напоминает русло реки с обеих сторон окаймленное высокими берегами и определяющими ее течение. Творческая мысль человека, двигаясь к истине, находится в некотором ограничивающем ее русле, за пределы которого ей выйти не просто [6]. Идею Кедрова поддержал нейрофизиолог академик П.В. Симонов, утверждая, что диалектика развития психики такова, что коллективный опыт человечества, сконцентрированный в сознании, должен быть защищен от случайного, сомнительного, не подтвержденного практикой. И потому мозг бережет фонд знания от причудливого смешения следов полученных ранее впечатлений, подобно тому, как природа оберегает генетический фонд наследственности от превратности внешних влияний [7]. По сути, Кедров и Симонов говорят о наличии в сознании или, более того, в мозгу некоторых механизмов фильтрующих информацию в желательном для сознания направлении. Это есть свидетельство консерватизма сознания, но фильтр, не изменяющий своих параметров в соответствии с изменяющейся ситуацией, всегда консервативен и настроен на те сигналы, которые попадают в полосу его пропускания. Такой консервативный фильтр работает в режиме усиления только для сигналов в области строго определенных частот, если перевести процесс

фльтрации в частную область. Такой фильтр ставит непреодолимые барьеры на пути любой информации, не соответствующей некоторым устоявшимся представлениям [2].

О консерватизме сознания до Кедрова говорил Фрейд. По Фрейду, сознание есть система восприятия раздражений, приходящих из внешнего мира, она должна лежать на границе внешнего и внутреннего. Она обращена к внешнему миру и облакает другие психические системы. Фрейд образно сравнил живой организм с пузырьком как органом раздражимой субстанции: «Этот кусочек живой материи носится среди внешнего мира, заряженного энергией огромной силы и, если бы он не был снабжен защитой от раздражения, он давно бы погиб от действия этих раздражений» [3 с. 119]. И, чтобы не погибнуть, он вырабатывает предохраняющие приспособления.

По Кедрову, предохраняющими приспособлениями являются познавательные психологические барьеры, препятствующие непрерывному переполнению мозга новой информацией. Другими словами, сознание не только воспринимает, оно еще тщательно фильтрует все то, что вызывает его ответную реакцию. Таким образом, первая функция ППБ, защищающая мозг от переполнения информацией – стабилизирует поведение человека, создавая ему относительно комфортную среду психического обитания. В этом ее положительная роль [2].

Парадокс состоит в том, замечает Симонов, что, препятствуя появлению новых гипотез, тормозящая функция несет в себе стремление к их возникновению [2]. И потому в теории Кедрова появляется вторая функция, вступающая в противоборство с первой.

В философии впервые качественный скачок был рассмотрен Гегелем. Обобщив фактический материал, Кедров показал, что сначала ученый собирает частные факты, анализирует их и выделяет из них особенное, структурируя связи и понятия, затем видит противоречия известных фактов в рамках прежних представлений. Чтобы разрешить противоречие, исследователь должен создать новую теорию. Но старые знания, как оковы, не дают это сделать, они становятся барьером на пути к новому. Эти оковы есть результат деятельности психических фильтров. Кедров видоизменяет схему, дополняя ее новым элементом, который он назвал познавательным психологическим барьером, не пропускающим творческую мысль ученого к выходу на уровень нового знания. Перед барьером Кедров ставит трамплин, который представляет собой ассоциативную подсказку. В приведенной предельно упрощенной схеме творчества, почти не объясняется: каковы психические нейрофизиологические механизмы преодоления прежних представлений и каков механизм открытий или создания произведения искусства, а,

следовательно, нет выводов относительно того, как происходит процесс творчества [7]. Когда трамплин, образно говоря, подбрасывает мысль ученого над барьером, и в этот момент происходит перескок на новую ступень познания – всеобщее знание. На рисунке изображена схема процесса познания по Кедрову. Однако в ней мы видим одно упущение, связанное с отсутствием дедуктивных рассуждений на первом и втором этапах процесса познания.

Здесь X и Y – два независимых ряда движения творческой мысли, X – путь движения к истине, на котором исследователь собирает единичные факты – E, затем путем сортировки выделяет в них особенное – O, но обобщить их, связав воедино (обнаружить всеобщее – B), мешает познавательнопсихологический барьер (ППБ), который всегда стоит на пути к истине. E, O, B – категории диалектической логики. E – единичное, O – особенное, B – всеобщее, Y – неожиданно и независимо вклинивающийся ряд, T – трамплин-подсказка, C – точка пересечения рядов X и Y.

В схеме Кедрова дедукция до барьера не присутствует, так как до ППБ он рассматривал только индуктивные рассуждения, что является недостатком его идеи. В момент движения творческого процесса в направлении X преодолеть психологический барьер можно только тогда, когда независимо и, как правило, неожиданно от ряда X появляется и вклинивается ряд Y.

Открытия в науке очень редки [1]. Преодолеть барьер при помощи скачка удается немногим, и, очевидно, что эти немногие обладают даром гения, именно у них присутствует необычайная способность продуцировать идеи и гипотезы. Именно у гениев есть дар далекого интуитивного предвидения. Но и интуиция бессильна, если на помощь не приходит случай. Кедров делает вывод, что мысль ученого в момент ее максимального напряжения и постоянной направленности на разрешение противоречия – подбрасывается ассоциативной подсказкой как трамплином, и «перепрыгивает» через барьер. Что такое ассоциативная подсказка? Это не что иное, как образное целостное метафорическое представление нового знания или, другими словами, информационно-смысловых структур [5].

Д.И. Менделееву образ его знаменитой таблицы приснился во сне в виде пасьянса игральных карт. Хотя, на первый взгляд, схема познания Кедрова обладает динамикой, но Кедров дает только ее срез, в котором не видны непрерывно изменяющиеся потоки взаимосвязанных частей, вовлеченных в некоторое скрытое от наблюдателя целое. Эти потоки интерферируют между собой, являя общую картину. Нужно отметить, что ассоциации, воспринимаемые сознанием, интерферируют в сознании с сигналами,

отображающими прежние представления. Новые сигналы, имея эмоциональную окраску, выступают в двух ролях: союзников и противников прежних образов. Поэтому одновременно происходит как усиление, так и ослабление старых взглядов [6].

Любые внешние объекты состоят из различных образов. Каждый образ характеризуется присущим ему информационным смыслом. Когда индивид воспринимает целостный внешний объект, в силу неоднородности по смыслу его различных частей, возникает эффект сортировки в сознании приемлемых и неприемлемых смыслов. Сознание индивида избирательно настраивается на близкие ему смыслы и отвергает нежелательные. Из внешнего объекта в сознание индивида идет суммарный поток сигналов.

Предположим, что ученый обдумывает идеи своей теории. Те сигналы, которые соответствуют его взглядам, идейным представлениям – усиливаются, развивая теорию. А те части суммарного сигнального потока, которые опровергают новые представления – подавляются. Так протекает в сознании ученого интерференция сигналов от внешних объектов. Одна ассоциация порождает другую – возникает ассоциативный поток, в котором сознание и внешние локальные объекты динамически взаимодействуя друг с другом, изменяются в стремлении проникнуть в скрытую внутреннюю сущность познаваемого объекта. Этот процесс непрерывного динамического участия в познании двух элементов мира – сознания и внешнего объекта входит в систему холоддвижения (революционная модель Вселенной, разработанная в физике Д. Бомом). Д. Бом рассматривал материю и сознание только как абстракции неявного порядка, являющиеся интегральной частью холоддвижения.

Коммуникативные барьеры.

В условиях человеческой коммуникации могут возникать совершенно специфические коммуникативные барьеры. Они не связаны с уязвимыми местами в каком-либо канале коммуникации или с погрешностями кодирования и декодирования, а носят социальный или психологический характер. С одной стороны, такие барьеры могут возникать из-за того, что отсутствует понимание ситуации общения, вызванное не просто различным языком, на котором говорят участники коммуникативного процесса, но различиями более глубокого плана, существующими между партнерами. Это могут быть социальные, политические, религиозные, профессиональные различия, которые не только порождают разную интерпретацию тех же самых понятий, употребляемых в процессе коммуникации, но и вообще различное мироощущение, мировоззрение, миропонимание. Такого рода барьеры порождены объективными социальными причинами [3], принадлежностью партнеров по коммуникации к различным социальным группам,

и при их проявлении особенно отчетливо выступает включенность коммуникации в более широкую систему общественных отношений. Коммуникация в этом случае демонстрирует ту свою характеристику, что она есть лишь сторона общения. Естественно, что процесс коммуникации осуществляется и при наличии этих барьеров: даже военные противники ведут переговоры. Но вся ситуация коммуникативного акта значительно усложняется благодаря их наличию. С другой стороны, барьеры при коммуникации могут носить и более чисто выраженный психологический характер. Они могут возникнуть или вследствие индивидуальных психологических особенностей общающихся (например, чрезмерная застенчивость одного из них (Зимбардо, 1993), скрытность другого, присутствие у кого-то черты, получившей название «некоммуникабельность»), или в силу сложившихся между общающимися особого рода психологических отношений: неприязни по отношению друг к другу, недоверия и т.п. [7]. В этом случае особенно четко выступает та связь, которая существует между общением и отношением, отсутствующая, естественно, в кибернетических системах. Все это позволяет совершенно по-особому ставить вопрос об обучении общению, например, в условиях социально-психологического тренинга, что будет подробнее рассмотрено ниже.

Смысловые барьеры.

Если коммуникативный барьер напрямую связан с теми трудностями, которые возникают у личности, прежде всего, при планировании и организации его актуального общенческого акта, то смысловой барьер связан с взаимонепониманием между людьми, так как для них одно и то же событие или явление имеет различный смысл. При этом, как правило, значение, например, слов просьбы или приказа понятно обеим общающимся сторонам, но несовпадение смыслов приводит к разрушению взаимодействия, обуславливает непродуктивность контакта, закладывает основы возможного межличностного конфликта. Практически невозможно назвать ту сферу взаимодействия людей, которая была бы гарантирована от смысловых барьеров. В то же время наиболее часто смысловые барьеры возникают в ходе взаимодействия детей и взрослых, а также в отношенческих системах «руководитель — подчиненный» и «подчиненный — руководитель». Понятно, что смысловое непонимание принимает особо острые формы и приводит к особенно болезненным последствиям в обстоятельствах кардинальной смены социальных ориентиров в социуме, деформации ценностной системы общества [6].

Классическим примером психологического барьера является ситуация, в которой потенциальные субъекты взаимодействия в буквальном смысле

говорят на разных языках в отсутствии переводчика. На практике подобные барьеры чаще всего имеют место при прохождении той или иной информации через многочисленные передаточные звенья в так называемых коммуникационных сетях организаций. Это может носить характер фильтрации, либо блокирования информации. Под фильтрацией понимается сознательное либо неосознанное искажение входящего сообщения передаточной инстанцией. Классическое исследование фильтрации послания в коммуникативных сетях организации построенной по иерархическому принципу, проведенное в 60-е гг. XX века американским психологом Р. Николсом показало, что «...около 80 % информации, содержащейся в послании, терялось к тому моменту, когда оно доходило от тех, кто занимал высшие посты в организационной иерархии, до отдельных работников среднего звена». Аналогичные искажения происходят и при прохождении информации «снизу вверх». Блокирование означает полное перекрытие коммуникативного канала. Примером может служить «синдром гонца, доставившего дурные вести», когда руководству не докладывается информация негативного характера, дабы избежать «снятия голов». Количество коммуникативных барьеров в организации, как правило прямо пропорционально и является показателем степени ее бюрократизации [3].

Смысловые барьеры часто являются следствием не только культурных, социальных, профессиональных, но и внутриличностных различий. Наиболее наглядно это проявляется во взаимодействии представителей разных психологических типов в рамках типологии Майерс — Бриггс. Вот как описывает менеджер одной из фирм встречу с руководителем. «Когда я, ENTJ прихожу к своему ENTP — начальнику за советом, он часто приказывает мне то, что я никак не могу сделать. Принимая во внимание мой характер и прочие препятствия. Я начинаю сердиться, однако потом мне становится ясно, что он всего лишь обсуждал вместе со мной проблему, а не давал указания, что мне следует делать. Теперь я могу слушать его более спокойно и извлекать из беседы известную пользу».

Барьеры в психоанализе.

Совокупность действий, нацеленных на уменьшение или устранение любого изменения, угрожающего цельности и устойчивости биопсихологического индивида. Поскольку эта устойчивость воплощается в Я, которое всячески стремится ее сохранить, его можно считать ставкой и действующим лицом в этих процессах.

В целом речь идет о защите от внутреннего возбуждения (влечения) и особенно от представлений (воспоминаний, фантазий), причастных к этому влечению, а также о защите от ситуаций, порождающих

такое возбуждение, которое нарушает душевное равновесие и, следовательно, неприятно для Я. Подразумевается также защита от неприятных аффектов, выступающих тогда как поводы или сигналы к защите.

Защитный процесс осуществляется механизмами защиты, в большей или меньшей мере интегрированными в Я [5].

Будучи отмечена и пронизана влечениями, тем, против чего она в конечном счете направлена, защита подчас становится навязчивой и проявляет себя (по крайней мере отчасти) бессознательным образом.

Возникновение собственно фрейдовской концепции психики, в отличие от взглядов его современников, было обусловлено выходом понятия защиты на первый план в истерии, а затем и вскоре в других видах психоневроза (см.: Истерия защиты). В «Исследованиях истерии» (Studien über Hysterie, 1895) обнаруживается вся сложность отношений между защитой и осуществляющим ее Я. Фактически Я — это личное «пространство», которое должно быть защищено от любого вторжения (например, от конфликтов между противоположенными желаниями). Я — это также «группа представлений», противоречащих какому-то «несовместимому» с ними представлению, о чем свидетельствует чувство неудовольствия. Наконец, Я — это инстанция защиты. В тех трудах Фрейда, где развивается понятие психоневроза защиты, всегда подчеркивается именно этот момент несовместимости того или иного представления с Я; различные формы защиты суть не что иное, как различные способы обращения с этим представлением, особенно если речь идет об отделении этого представления от связанного с ним изначально аффекта. Кроме того, как известно, Фрейд очень рано начал противопоставлять психоневрозы защиты актуальным неврозам*, или, иначе, той группе неврозов, при которых внутреннее напряжение становится из-за отсутствия разрядки сексуального возбуждения невыносимым и проявляется в виде различных соматических симптомов. Важно, что в случае актуальных неврозов Фрейд не говорит о защите, хотя при этом обнаруживаются особые способы охраны организма и делаются попытки восстановить его равновесие.

Психологические кризисы [6].

Понятия «стресс», «кризис», «напряженность» прочно вошли в словарь современного человека. Чаще всего мы употребляем эти понятия, придавая им отрицательную окраску, не задумываясь о том, что эти неизбежные спутники нашей жизни могут одновременно с неприятностями помогать нам пересматривать жизненные ценности, заставляют нас двигаться вперед, совершенствоваться. Каждый человек имеет некое содержательное психологическое «ядро»,

называемое смыслом жизни. Активность человека реализуется через интеллектуальные, эмоциональные, мотивационные и другие механизмы. Однако вдруг наступает момент, когда человек, имея внешние возможности осуществлять свою активность, перестает чувствовать потребность в ее осуществлении, как бы переставая понимать, зачем ему это нужно. Невозможность осуществлять жизненные замыслы и составляет суть психологического кризиса. Из кризисной ситуации человек выходит либо нравственно обновленным, с новыми ценностными ориентациями, либо духовно сломленным.

Причинами кризисов могут быть такие психотравмирующие ситуации как:

- смерть близкого человека,
- расставание с родителями, с семьей,
- возрастные кризисы,
- резкая смена профессии или уход на пенсию,
- тяжелые заболевания,
- понижение или повышение социального статуса,
- женитьба, замужество, рождение детей,
- переживание ситуации насилия.

Дети, так же, как и взрослые, подвержены психологическим кризисам, а последствия кризисов и стрессовых ситуаций, перенесенных в детстве, могут повлиять и на дальнейшую взрослую жизнь человека. Поэтому важно знать возрастные особенности психологических кризисов.

Рассмотрим очень типичную для нашего общества ситуацию распада семьи, уход одного из родителей, развод и т.д.

Ребенок 3–6 лет переживает эту ситуацию наиболее тяжело, так как именно для этого возраста участие обоих родителей в воспитании ребенка наиболее важно для развития здоровых установок по отношению к другим людям. Ребенок 3–6 лет, переживая психологический кризис, становится более агрессивным, замкнутым, капризным, эмоционально неустойчивым, плохо спит, теряет те навыки, которые приобрел ранее, может принимать на себя вину за развод родителей («Папа ушел от мамы потому, что я ее не слушался, плохо кушал и т.п.»).

У детей 7–10 лет такая ситуация вызывает страх перед будущим, появляется комплекс неполноценности («у всех есть мама и папа, а у меня только мама»), изменяется поведение в школе, ухудшается успеваемость.

Эмоциональные реакции на развод родителей 11–14-летних подростков и 15–18-летних юношей схожи: злость и гнев на одного из родителей или на обоих, стыд из-за происходящего в семье, страх одиночества, боязнь осуждения со стороны социума, боязнь финансовых затруднений.

Задача взрослых в этой ситуации – не забыть о ребенке, поддержать его в трудную минуту, вдохнуть

в него веру в то, что все наладится, придет в норму, и что он от этого не пострадает. Попробуйте разрешить все детские сомнения и отвести страхи, поговорив с ребенком откровенно (насколько это позволяет его возраст), создайте оптимистические установки на будущее, по возможности чаще бывайте вместе и не показывайте ребенку, что вам тяжело. Ведь в случае семейной драмы ребенок переживает две боли – свою и вашу.

Все психологические процессы, или переживания, имеют свои внутренние цели. Невозможность реализации этих целей приводит к разным видам психологических кризисов.

Первый тип кризиса – **кризис удовольствия**. Связан он с невозможностью получить желаемое удовлетворение и состоит в отбрасывании всего негативного, в уходе из реальности. Включаются механизмы психологической защиты, и человек как бы замирает, впадает в «летаргический сон», не реагируя на внешние воздействия, замыкается в своей оболочке. Так психика защищается от непосильных переживаний.

Выход из этого кризиса – в межличностных отношениях, в общении, в эмоционально теплой атмосфере, в новых знакомствах, смене круга общения [7].

Второй тип кризиса – **фрустрация** – возникает в том случае, если нет средств для удовлетворения сильной потребности. При этом для преодоления внешнего препятствия человек выбирает некие формы поведения и идет к желанной цели. Однако попытка (одна, вторая, третья) не увенчалась успехом. Человек понимает, что его поведение не дает желаемого результата, но продолжает вести себя так же, только слегка модифицирует свои действия. Происходит «застревание» на способе достижения цели.

Выход из кризиса – поиск новых поведенческих форм, возможно – пересмотр цели и отказ от нее.

Третий тип кризиса – **ценностный**, в его основе – борьба мотивов. Человек включен в многообразные отношения, реализуемые разными видами деятельности, каждая из которых имеет свои мотивы. Борьба отношений выступает как борьба мотивов. Выбор мотива связан с системой ценностей данной личности. При этом мотив всегда индивидуален, а ценность – это не только личное, но и общественное, социально одобренное. Возникает конфликт – планируемое на языке ценностей может оказаться слабо мотивированным, и наоборот. Помните, в фильме «Влюблен по собственному желанию» герой Олега Янковского, работая на станке, повторяет: «Я – рабочий, я – гегемон, я стою у этого станка, благодаря мне все вертится, я создаю... и т.д.» И тут же останавливает себя: «Не то, не то, не греет!» Главный герой фильма утратил прежнюю систему ценностей (ушел

из спорта), а новой не приобрел. Жизнь его потеряла смысл, и вернуть его к полноценной жизни может только обретение новых ценностей, приведенных в соответствие с внутренними мотивами.

Четвертый тип кризиса – **целостный кризис**, или кризис воли и творческого процесса. В структуре сознания человека выделяются теоретическая и практическая составляющие. Теоретическое сознание – это полет нашей творческой мысли, в нем работают ценности и мотивы. Практическое сознание переводит на практический язык, ставит на реальную основу планы теоретического сознания. Воля – механизм, который обеспечивает согласие и соответствие обоих видов сознания. Если вся система (теоретическое, практическое сознание и воля) устойчива, то психологического кризиса нет. Однако процесс реализации замыслов часто сталкивается с препятствиями, изменяющими мотивы, и желаемое становится менее привлекательным. Потеря воли, прекращение творческого процесса рушат всю систему ценностей и мотивов. Выход из этого кризиса – воля вместе с напряженно работающим творческим блоком, создающим новые ценности, мотивы, эмоции. Такой кризис сопровождается разрывом отношений с близкими людьми. Потеря отношений с окружающими людьми – это потеря самого человека. Задача близких – поддержать человека, укрепить его волю в этот трудный для него момент жизни [5].

Основываясь на концепции профессионального становления личности, кризисы можно определить как резкие изменения вектора ее профессионального развития. Непродолжительные по времени, они наиболее ярко проявляются при переходе от одной стадии профессионального становления к другой. Кризисы протекают, как правило, без ярко выраженных изменений профессионального поведения. Однако происходящая перестройка смысловых структур профессионального сознания, переориентация на новые цели, коррекция и ревизия социально-профессиональной позиции подготавливают смену способов выполнения деятельности, ведут к изменению взаимоотношений с окружающими людьми, а в отдельных случаях — к смене профессии.

Подробнее рассмотрим факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития. В качестве детерминант могут выступать постепенные качественные изменения способов выполнения деятельности. На стадии первичной профессионализации наступает момент, когда дальнейшее эволюционное развитие деятельности, формирование ее индивидуального стиля невозможны без коренной ломки нормативно одобряемой деятельности. Личность должна совершить профессиональный поступок, проявить *сверхнормативную активность* либо смириться. Сверхнормативная профессиональная

активность может выразиться в переходе на новый образовательно-квалификационный либо творческий уровень выполнения деятельности [4].

Другим фактором, инициирующим кризисы профессионального становления, может стать возросшая социально-профессиональная активность личности вследствие ее неудовлетворенности своим социальным и профессионально-образовательным статусом. Социально-психологическая направленность, профессиональная инициатива, интеллектуально-эмоциональная напряженность нередко приводят к поиску новых способов выполнения профессиональной деятельности, путей ее совершенствования, а также к смене профессии или места работы.

В качестве факторов, порождающих профессиональные кризисы, могут выступать социально-экономические условия жизнедеятельности человека: ликвидация предприятия, сокращение рабочих мест, неудовлетворительная зарплата, переезд на новое местожительство и др. [1].

Факторами, обуславливающими кризис профессионального развития, становятся возрастные психофизиологические изменения: ухудшение здоровья, снижение работоспособности, ослабление психических процессов, профессиональная усталость, интеллектуальная беспомощность, синдром «эмоционального сгорания» и т.д.

Профессиональные кризисы нередко возникают при вступлении в новую должность, участии в конкурсах на замещение вакантной должности, аттестации и тарификации специалистов.

Наконец, фактором длительного кризисного явления может стать полная поглощенность профессиональной деятельностью.

Канадский психолог Барбара Киллинджер в книге «Трудоголики, респектабельные наркоманы» отмечает, что специалисты, одержимые работой как средством достижения признания и успеха, иногда серьезно нарушают профессиональную этику, становятся конфликтными, проявляют жесткость во взаимоотношениях.

Кризисы профессионального развития могут инициироваться изменениями жизнедеятельности (смена местожительства; перерыв в работе, связанный с уходом за малолетними детьми; «служебный роман» и т.п.).

Кризисные явления нередко сопровождаются нечетким осознанием недостаточного уровня своей компетентности и профессиональной беспомощностью. Иногда наблюдаются кризисные явления при уровне профессиональной компетентности, более высоком, чем требуется для выполнения нормативной работы. Как следствие возникает состояние профессиональной апатии и пассивности.

Л.С. Выготский при анализе возрастных кризисов выделил три фазы: предкритическую, собственно критическую и посткритическую. По его мнению, в первой фазе происходит обострение противоречия между субъективной и объективной составляющими социальной ситуации развития; в критической фазе это противоречие начинает проявляться в поведении и деятельности; в посткритической – противоречие разрешается путем образования новой социальной ситуации развития.

Основываясь на этих положениях, можно анализировать кризисы профессионального развития личности [6].

1. *Предкритическая фаза* обнаруживается в неудовлетворенности существующим профессиональным статусом, содержанием деятельности, способами ее реализации, межличностными отношениями. Эта неудовлетворенность не всегда отчетливо осознается, но проявляется в психологическом дискомфорте на работе, раздражительности, недовольстве организацией, оплатой труда, руководителями и т.п.

2. *Критическая фаза* отличается осознанной неудовлетворенностью реальной профессиональной ситуацией. Намечаются варианты ее изменения, проигрываются сценарии дальнейшей профессиональной жизни, усиливается психическая напряженность. Противоречия усугубляются, и возникает *конфликт*, который становится ядром кризисных явлений.

Анализ конфликтных ситуаций в кризисных явлениях позволяет выделить следующие типы конфликтов профессионального развития личности:

- мотивационный, обусловленный потерей интереса к учебе, работе, утратой перспектив профроста, дезинтеграцией профориентации, установок, позиций;
- когнитивно-деятельностный, детерминированный неудовлетворенностью содержанием и способами осуществления учебно-профессиональной и профессиональной деятельности;
- поведенческий, обусловленный противоречиями в межличностных отношениях в первичном коллективе, неудовлетворенностью своим

социально-професс. статусом, положением в группе, уровнем зарплаты и т.п.

Конфликт сопровождается рефлексией, ревизией учебно-профессиональной ситуации, анализом своих возможностей и способностей.

3. *Разрешение конфликта* приводит кризис в *посткритическую фазу*. Способы разрешения конфликтов могут иметь конструктивный, профессионально-нейтральный и деструктивный характер.

Конструктивный выход из конфликта предполагает повышение профессиональной квалификации, поиск новых способов выполнения деятельности, изменение профессионального статуса, смену места работы и переквалификацию. Такой путь преодоления кризисов требует от личности проявления сверхнормативной профессиональной активности, совершения поступков, которые прокладывают новое русло для ее профессионального развития.

Профессионально-нейтральное отношение личности к кризисам приводит к профессиональной стагнации, равнодушию и пассивности. Личность стремится реализовать себя вне профессиональной деятельности; в быту, различного рода хобби, садоводстве и т.п.

Деструктивные последствия кризисов выражаются в нравственном разложении, профессиональной апатии, пьянстве, безделье [6].

ЛИТЕРАТУРА

1. Боев И.В. Аномальная личность. – М.: Класс, 2001. – 476 с.
2. Кедров Б.В. О творчестве в науке. – М.: Смысл, 2002. – 462 с.
3. Лапланш Ж. Словарь по психоанализу. – СПб: Восточно-Европейский ин-т психоанализа, 1997. – 315 с.
4. Мазурина Е.Г. Социальная психология. – М.: Прогресс, 1990. – 366 с.
5. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов. – М.: Академия, 2000. – 180 с.
6. Васильюк Ф.Е. Психология переживания. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
7. Кернберг О. Тяжелые личностные расстройства. – М.: Класс, 2001. – 459 с.