

СПЕЦИФИКА КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ ПЕДАГОГОВ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ И ОНЛАЙН ПРЕПОДАВАНИЯ

Полякова Ольга Борисовна

Российский государственный социальный университет

Цифровизация образовательного процесса в высшей школе (подготовка электронных контентов учебных дисциплин, подключение системы дистанционного обучения, появление групп заочной формы обучения с использованием дистанционных образовательных технологий, разработка тестовых материалов проверки усвоения теоретического и практического материалов и т.п.) способствовала относительно безболезненному переходу на онлайн обучение и онлайн преподавание в связи с пандемией COVID-19 в конце марта 2020 года [1; 2].

Перед педагогами высшей школы встала задача решения целого ряда коммуникационных, методических, методологических, организационных, педагогических, психологических, социальных, технических, технологических и других вопросов в кратчайшие сроки с целью непрерывности образовательного процесса, что увеличило показатель стрессогенности профессиональной педагогической деятельности и в отдельных случаях привело к возникновению нервно-психического напряжения [3] и эмоционального истощения [4] и включению способов совладающего поведения [5] и копинг-стратегий [6].

Цель – выявить специфику копинг-стратегий поведения педагогов высшей школы в условиях цифровизации и онлайн преподавания. Для выявления специфики копинг-стратегий поведения педагогов высшей школы в условиях цифровизации и онлайн преподавания использовались: 1) опросник копинга Р. Лазаруса и С. Фолкмана для определения копинг-механизмов, копинг-стратегий и способов преодоления трудностей [7]; 2) опросник индикатора копинг-стратегий Д. Амирхана для определения доминирующей копинг-стратегии [8]; 3) опросник стратегий преодоления стрессовых ситуаций С. Хобфолла для выявления особенностей стратегий поведения-преодоления [9]. В исследовании участвовали 60 педагогов высшей школы, осуществляющих свою профессиональную деятельность с 25.03.2020 в режиме онлайн.

Результаты выявления специфики копинг-стратегий поведения педагогов высшей школы в условиях цифровизации и онлайн преподавания показали:

1) по опроснику копинга: выше средней степень: 2.3 – планирования решения проблем (аналитического подхода к решению проблем, произвольных фокусированных на проблемах усилий с целью изменения

стрессогенных ситуаций); 2.0 – поиска социальной поддержки (усилий в поиске действенной, информационной, материальной и эмоциональной поддержки); 1.9 – самоконтроля (усилий по саморегуляции действий и чувств); средняя степень: 1.8 – положительной переоценки (усилий по созданию позитивного значения, ориентации на рост своей личности); 1.6 – принятия ответственности (признания собственной роли в проблеме, попыток разрешения стрессогенных ситуаций); 1.5 – дистанцирования (когнитивных усилий отделения от стрессогенной ситуации и уменьшения ее значимости); 1.4 – бегства и избегания (мысленного стремления и поведенческих усилий к бегству или избеганию проблем); 1.3 – конфронтационного копинга (агрессивных усилий по изменению ситуации, враждебности, готовности к риску);

2) по опроснику индикатора копинг-стратегий: выше средней степень: 9 – разрешения проблем; 8 – поиска социальной поддержки; ниже средней степень: 4 – избегания проблем;

3) по опроснику стратегий преодоления стрессовых ситуаций: выше средней степень: 22 – поиска социальной поддержки (просоциальной модели поведения-преодоления, поиска действенной, информационной, материальной и эмоциональной помощи окружающих); 22 – вступления в социальные контакты (просоциальной модели поведения-преодоления, установления дружеских отношений с окружающими, конформных приемлемых личностных связей); средняя степень: 20 – осторожных действий (пассивной модели поведения-преодоления, продумывания действий и поступков, осторожности при принятии решений); 20 – ассертивных действий (активной модели поведения-преодоления, прямого открытого поведения, уверенного отстаивания собственных прав, попирания прав окружающих); 18 – манипулятивных действий (непрямой модели поведения-преодоления, навязывания своих взглядов окружающим); 16 – импульсивных действий (прямой модели поведения-преодоления, склонности действовать без самоконтроля); 16 – асоциальных действий (асоциальной модели поведения-преодоления, поведения, противоречащего нормам и принципам общества); 16 – агрессивных действий (асоциальной модели поведения-преодоления, мотивированного разрушительного поведения, импульса или намерения, рождающего дискомфорт психологического характера и наносящего ущерб окружающим); ниже средней степень: 15 – избегания (пассивной модели поведения-преодоления, старания избежать контактов с действительностью, уйти от решения проблем).

Результаты математической обработки с помощью критерия корреляции К. Пирсона и таблицы Чеддока свидетельствуют о наличии: положительной умеренной связи между: конфронтационным копингом и манипулятивными (+0.328) и агрессивными (+0.301) действиями; поис-

ком социальной поддержки и осторожными (+0.495) и агрессивными (+0.353) действиями; принятием ответственности и вступлением в социальные контакты (+0.376); отрицательной умеренной связи между поиском социальной поддержки и ассертивными действиями (-0.426), и избеганием проблем (-0.38); положительной пограничной умеренно-слабой связи между: осторожными действиями и принятием ответственности (+0.265), и бегством-избеганием (+0.268); поиском социальной поддержки и решением проблем (+0.286), и принятием ответственности (+0.249); положительной переоценкой и решением проблем (+0.264); отрицательной пограничной умеренно-слабой связи между: положительной переоценкой и манипулятивными (-0.274) и агрессивными (-0.278) действиями; решением проблем и избеганием (-0.252).

Таким образом, специфика копинг-стратегий поведения педагогов высшей школы в условиях цифровизации и онлайн преподавания заключается:

1) в выше средней степени выраженности таких копинг-стратегий, как: вступление в социальные контакты (просоциальная модель поведения-преодоления, установление дружеских отношений с окружающими, конформные приемлемые личностные связи); планирование и решение проблем (аналитический подход к решению проблем, произвольные фокусированные на проблемах усилия с целью изменения стрессогенных ситуаций); поиск социальной поддержки (просоциальная модель поведения-преодоления, усилия в поиске действенной, информационной, материальной и эмоциональной поддержки и помощи окружающих); самоконтроль (усилия по саморегуляции действий и чувств);

2) чем выше поиск социальной поддержки, тем выше принятие ответственности и решение проблем; чем выше положительная переоценка, тем выше решение проблем; чем выше принятие ответственности, тем выше вступление в социальные контакты и осторожные действия;

3) чем выше поиск социальной поддержки, тем ниже ассертивность и избегание проблем; чем выше положительная переоценка, тем ниже агрессивные и манипулятивные действия; чем выше решение проблем, тем ниже избегание.

Психопрофилактическая и психокоррекционная помощь педагогам высшей школы в условиях цифровизации и онлайн преподавания должна опираться:

1) на оптимизацию вступления в социальные контакты [10], планирования и решения проблем, поиска социальной поддержки [11], положительной переоценки, принятия ответственности и самоконтроля [12];

2) на предупреждение и нивелирование агрессивных действий, ассертивности, избегания проблем, манипулятивных действий [13], а так-

же депрессивной симптоматики [14], пониженных показателей стрессоустойчивости [15] и субъективного благополучия [16], психосоматических проявлений [17; 18].

Библиографический список

1. Мишин, А.А. Анализ тенденций выбора педагогами защитно-совладающих стратегий поведения / А.А. Мишин // Известия Саратовского университета. – 2019. – Т. 8. – № 3. – С. 270-277. – Текст непосредственный.
2. Филатова, О.А. Аутентичность в структуре совладающего поведения педагога: эмпирическое исследование / О.А. Филатова // Вестник Костромского государственного университета. – 2020. – Т. 26. – № 2. – С. 147-153. – Текст непосредственный.
3. Полякова, О.Б., Бонкало, Т.И. Физиологические симптомы нервно-психического напряжения у медицинских работников с профессиональными деформациями / О.Б. Полякова, Т.И. Бонкало // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2020. – Т. 28. – № S2. – С. 1195-1201. DOI: <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2020-28-s2-1195-1201>. – Текст непосредственный.
4. Бонкало, Т.И., Полякова, О.Б. Эмоциональное истощение как фактор возникновения и развития невротических состояний медицинских работников / Т.И. Бонкало, О.Б. Полякова // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2020. – Т. 28. – № S2. – С. 1208-1214. DOI: <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2020-28-s2-1208-1214>. – Текст непосредственный.
5. Никифорова, Д.М. Внешние факторы защитного и совладающего поведения педагогов в образовательной среде / Д.М. Никифорова // Педагогическое образование в России. – 2019. – № 2. – С. 85-90. – Текст непосредственный.
6. Желдоченко, Л.Д., Дьяконов, Ю.А. Взаимосвязь копинг-стратегий и форм агрессивности у педагогов / Л.Д. Желдоченко, Ю.А. Дьяконов // Известия Южного федерального университета. – 2018. – № 8. – С. 65-69. – Текст непосредственный.
7. Лазарус, Р., Фолкман, С. Копинг: опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк // Журнал практического психолога. – 2007. – № 3. – С. 93-112. – Текст непосредственный.
8. Ильин, Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2004. – 701 с. – Текст непосредственный.
9. Никифоров, Г.С., Дмитриева, М.А., Снетков, В.Н. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / Г.С. Никифоров, М.А. Дмитриева, В.Н. Снетков. – СПб: Речь, 2001. – 448 с. – Текст непосредственный.
10. Mironova, O.I., Polyakova, O.B., Ushkov, F.I. Psychological health of leaders with professional burnout in compelled contacts / O.I. Mironova, O.B. Polyakova, F.I. Ushkov // The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences EpSBS. – 2018. – С. 801-807. DOI: <https://doi.org/10.15405/epsbs.2018.12.99>. – Text direct.
11. Басманова, Н.И., Андриенко, С.А., Юрина, С.В. Совладающее поведение как фактор эффективности профессиональной деятельности педагогов / Н.И. Басманова, С.А. Андриенко, С.В. Юрина // Ученые записки Российского государственного социального университета. – 2019. – Т. 18. – № 2 (151). – С. 86-95. – Текст непосредственный.

12.Полякова О.Б. Самоконтроль в общении как фактор преодоления состояний деперсонализации психологов и педагогов / О.Б. Полякова // Вестник Томского государственного университета. – 2011. – № 348. – С. 133-137. – Текст непосредственный.

13.Bonkalo, T.I., Polyakova, O.B., Bonkalo, S.V., Kolesnik, N.T., Sorokoumova, E.A. Development of ethnic social identity among the members of ethnic community organizations as the factor of preventing the spread of nationalist sentiments in a multicultural society / T.I. Bonkalo, O.B. Polyakova, S.V. Bonkalo, N.T. Kolesnik, E.A. Sorokoumova // Biosciences Biotechnology Research Asia. – 2015. – Т. 12. – № 3. – С. 2361-2372. DOI: <http://dx.doi.org/10.13005/bbra/1912>. – Text direct.

14.Elshansky, S.P., Anufriev, A.F., Polyakova, O.B., Semenov, D.V. Positive personal qualities and depression / S.P. Elshansky, A.F. Anufriev, O.B. Polyakova, D.V. Semenov // Prensa Medica Argentina. – 2018. – Т. 104. – № 6. – С. 1000322. DOI: <https://doi.org/10.41720032-745X.1000322>. – Text direct.

15.Jafar Zade, D.A., Senkevich, L.V., Polyakova, O.B., Basimov, M.M., Strelkov, V.I., Tarasov, M.V. Features of professional deformations (burnout) of medical workers depending on working conditions / D.A. Jafar Zade, L.V. Senkevich, O.B. Polyakova, M.M. Basimov, V.I. Strelkov, M.V. Tarasov // Prensa Medica Argentina. – 2019. – Т. 105. – № 1. – С. 1000334. DOI: <https://doi.org/10.41720032-745X.1000334>. – Text direct.

16.Polyakova, O.B., Petrova, E.A., Mironova, O.I. Features of subjective well-being of leaders with professional deformations (burnout) / O.B. Polyakova, E.A. Petrova, O.I. Mironova // The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences EpSBS. – 2018. – С. 958-965. DOI: <https://doi.org/10.15405/epsbs.2018.12.117>. – Text direct.

17.Полякова, О.Б., Бонкало, Т.И. Особенности психосоматизации медицинских работников с профессиональными деформациями / О.Б. Полякова, Т.И. Бонкало // Здравоохранение Российской Федерации. – 2020. – Т. 64. – № 5. – С. 278-286. DOI: <https://doi.org/10.46563/0044-197X-2020-64-5-278-286>. – Текст непосредственный.

18.Polyakova, O.B., Petrova, E.A., Mironova, O.I., Semenov, D.V. Specificity of psychosomatization of psychologist-leaders with professional deformations (burnout) / O.B. Polyakova, E.A. Petrova, O.I. Mironova, D.V. Semenov // Prensa Medica Argentina. – 2019. – Т. 105. – № 1. – С. 1-7. DOI: <https://doi.org/10.41720032-745X.1000326>. – Text direct.

УДК 796

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Прилуцкая Валерия Андреевна

*Самарский филиал Московского городского педагогического
университета*

В современном мире инновации стали привычны и характерны абсолютно для любой сферы профессиональной деятельности человека.