

ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159.923

DOI: 10.21779/2542-0313-2023-38-1-95–100

М.К. Омарова

Феномен психологической защиты в общении и личностные характеристики индивида

Дагестанский государственный университет; Россия, 367000, г. Махачкала, ул. М. Гаджиева, 43а; maoat@mail.ru

В статье раскрываются взаимосвязи между стратегиями психологической защиты в общении и такими характеристиками человека, как личностная тревожность, ригидность, фрустрированность и агрессивность. Проблема защитного поведения в психологической литературе освещается довольно широко, и традиция изучения гендерных, возрастных и социальных аспектов использования их в повседневной жизни появилась ещё в середине прошлого столетия. В ходе подготовки работы автором использовались методы анализа психологической литературы, синтеза, обобщения, количественный и качественный анализ результатов исследования. Для статистической обработки полученных данных применялся корреляционный анализ (по Спирмену). Исследование проводилось на выборке студентов старших курсов бакалавриата университета. Анализ результатов показал наличие устойчивых корреляционных связей между механизмами защиты в общении (миролюбие, избегание, агрессивность) и выраженностью фрустрации, агрессии, ригидности и личностной тревожности. К механизму «миролюбие» личность прибегает тем реже, чем выше уровень её агрессивности. Механизм психологической защиты в общении «избегание» встречается тем реже, чем более выражены у индивида признаки фрустрации, агрессии, ригидности и личностной тревожности. При высоких значениях ригидности и личностной тревожности повышается вероятность использования защитного механизма агрессии в общении. Дальнейшие эмпирические исследования механизмов психологической защиты в общении возможно расширить в сторону изучения влияния других личностных особенностей на их выбор.

Ключевые слова: *защитный механизм, фрустрация, агрессивность, ригидность, личностная тревожность.*

Феномен психологической защиты как важный механизм регуляции поведения и деятельности личности в последние годы вызывает особенный интерес у специалистов: в частности, исследования ведутся в ракурсе влияния личностных и индивидуальных свойств и состояний на выбор человеком того или иного способа защиты в процессе межличностного взаимодействия с другими. При этом надо отметить, что изучение феноменов защиты и общения имеет давнюю традицию и на сегодняшний день получено довольно много достоверных данных о закономерностях в их проявлении у представителей различных возрастных и социальных групп. Разработкой проблемы занимались как отечественные (Б.Г. Ананьев [1], Л.И. Анцыферова [2], Р.М. Грановская [6], Ф.В. Бассин [3], Ф.Е. Василюк [5], Т.Л. Крюкова [9]), так и зарубежные психологи (З. Фрейд [12], А. Фрейд [11], Р. Плутчек, Х. Келлерман, Х. Конте [14] и др.).

В научной литературе определений психологической защиты множество. Так, В.И. Журбин выделяет более десяти различных подходов к пониманию феномена, каждый из которых опирается на своё понимание того, что лежит в основе – познавательные процессы, эмоции, цели, результаты или деятельность и пр. [7]. Единство мнений отсутствует и в вопросе о том, сколько механизмов защиты может использовать человек. К примеру, А. Фрейд описала пятнадцать механизмов, Колеман говорил о семнадцати, а в американском справочнике по психиатрии речь идёт о двадцати трёх [13].

Изучение психологических характеристик общения, в том числе и проявления защиты в процессе взаимодействия, необходимо для расширения знаний о поведении личности в конфликтной ситуации. Как любой объект психологического анализа психологическая защита – многомерное и многокачественное явление во всех сферах жизнедеятельности личности. В частности, в сфере общения В.В. Бойко было выделено три возможных защитных механизма: миролюбие, избегание и агрессивность. Ведущую роль в стратегии защиты «миролюбие» играют характер и интеллект. *Интеллект* погашает или нейтрализует энергию эмоций в тех случаях, когда возникает угроза для «Я» личности. При этом важно наличие мягкого, уравновешенного, коммуникабельного характера. Избегание как защитный механизм основано на экономии эмоций и интеллектуальных ресурсов. В случае угрозы «Я» человек старается уйти от зоны конфликта. Если избегание носит психогенный характер, то избирающий стратегию индивид отличается бедностью и ригидностью эмоциональной сферы, невысоким интеллектом и слабым темпераментом. В основе стратегии защиты «агрессия» лежит природный инстинкт. Именно агрессия защищает личностное Я в процессе его непрерывного взаимодействия с социумом [4].

С целью изучения взаимосвязей между указанными выше механизмами защиты в общении и такими психологическими характеристиками человека, как личностная тревожность, ригидность, фрустрация и агрессивность, было проведено исследование.

Эмпирические данные были получены при помощи следующего диагностического инструментария: методики диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении В.В. Бойко; шкалы самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина; методики «Самооценка психических состояний» Г.Ю. Айзенка. Выборку испытуемых составили студенты старших курсов бакалавриата Даггосуниверситета. Всего в исследовании приняли участие 68 юношей и девушек. В соответствии с целью и гипотезой, поставленной в начале работы, необходимо было выявить и изучить взаимосвязи между психологическими механизмами защиты в общении и личностными характеристиками индивида. С этой целью был применен корреляционный анализ (по Спирмену). Коэффициенты корреляции представлены в таблице:

**Коэффициенты корреляции между шкалами методики Бойко В.В.
и шкалами методик Г.Ю. Айзенка и Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина**

Шкалы	Механизмы психологической защиты в общении		
<i>Личностные особенности</i>	<i>Миролюбие</i>	<i>Избегание</i>	<i>Агрессивность в общении</i>
<i>Фрустрация</i>	– 0,07	– 0,32	0,28
<i>Агрессивность</i>	– 0,41	– 0,47	0,64
<i>Ригидность</i>	– 0,13	– 0,38	0,37

Личностная тревожность	– 0,19	– 0,35	0,37
------------------------	--------	--------	------

$p < 0,05$, значимые коэффициенты выделены полужирным шрифтом

Как видно из таблицы 1, что выбор механизма защиты в общении связан с такими психологическими характеристиками, как фрустрация, агрессивность, ригидность и личностная тревожность. Выявлена умеренная отрицательная корреляционная связь между миролюбием и психическим состоянием «агрессивность» ($r = -0,41$). Полученный показатель достаточно предсказуем. Миролюбие предполагает партнерство и сотрудничество, которых невозможно придерживаться при выраженном состоянии агрессии, поскольку оно потенциально конфликтогенно. Согласно В.В. Бойко, иногда миролюбие проявляется в приспособлении, в желании не обострять отношения с партнером, не конфликтовать, чтобы уберечь своё «Я» от ненужных испытаний [4].

Избегание в общении взаимосвязано со всеми психическими состояниями, исследуемыми нами в работе: с фрустрацией ($r = -0,32$), с агрессивностью ($r = -0,47$), с ригидностью ($r = -0,38$) и с личностной тревожностью ($r = -0,35$). Причём все коэффициенты корреляции отрицательные, следовательно, механизм избегания в общении встречается тем реже, чем более выражены признаки состояний фрустрации, агрессии, ригидности и черты личностной тревожности.

Состояние фрустрации возникает в ситуации разочарования, неосуществления значимой для личности цели, потребности. Фрустрированная личность характеризуется как тревожная, ощущая безысходность в сложившейся жизненной ситуации. В таком состоянии она испытывает сильное нервно-психическое потрясение, которое может приводить к озлобленности и желанию выместить свои негативные эмоции на окружающих.

Агрессивность и фрустрация – неотрывно связанные между собой состояния, и одно всегда следует за другим [8]. Поэтому для редукции внутреннего напряжения, возникающего в критической ситуации, человеку необходимо взаимодействие с партнерами, и избегание, вероятнее всего, не станет для него приоритетной стратегией.

Совершенно естественно, что довольно высокие показатели связи выявлены между уровнем агрессивности и выбором агрессии в качестве доминирующего механизма психологической защиты в общении ($r = 0,64$). Состояние агрессии отражается на всех сферах жизнедеятельности индивида, в том числе и на сфере общения.

Агрессивность в общении взаимосвязана с ригидностью ($r = 0,37$). Ригидность как свойство личности становится проблемой в тех ситуациях, когда от индивида требуется повышенная активность в социально одобряемой деятельности, а он с компульсивной навязчивостью продолжает функционировать в привычном для него ритме. Это, как правило, вызывает у окружения реакцию раздражения и неприятия. И чем более настойчиво индивид будет стараться реализовать раздражающую всех поведенческую модель, тем выше будет напряжение между участвующими в межличностном взаимодействии сторонами и выше вероятность агрессивной реакции, причём со стороны ригидной личности агрессия в общении, скорее всего, будет ответной.

Мы рассматривали личностную тревожность как один из факторов, связанных с выбором психологической защиты. Анализ полученных данных показал наличие невысоких, но статистически достоверных коэффициентов корреляции между тревожностью и стратегиями «избегание» ($r = -0,35$) и «агрессивность в общении» ($r = 0,37$).

Анализ основных форм и типов проявления тревожности довольно хорошо представлен в работах А.М. Прихожан. В зависимости от степени осознания тревоги

ею были описаны две формы проявления: агрессивно-тревожная и тревожно-зависимая. Тревножно-зависимые – выглядят беспомощными, нуждающимися в защите и поддержке других людей.

Агрессивно-тревожные – склонны к демонстрации агрессивного поведения как в случае открытой, так и в случае закрытой формы тревожности. Сочетание тревоги и агрессии приводит к тому, что индивид при совершении агрессивного поступка сам пугается своей смелости и начинает испытывать чувство вины [10].

Все изученные формы компенсации, регуляции и преодоления тревожности не могут однозначно описываться в ракурсе проблемы защитных механизмов. Зачастую снижение уровня тревожности является результатом сознательно выстроенной стратегии её преодоления. Когда тревожность выступает как устойчивая личностная характеристика, страдает и развитие самой личности, и развитие её деятельности. В этом случае вся деятельность подстраивается под переживаемые ощущения тревоги, утрачивая свой настоящий внутренний мотив и попадая в зависимость от степени выраженности личностной тревожности.

То, насколько интенсивны и устойчивы переживания тревожности, очень сильно увеличивает число обстоятельств и ситуаций, которые личностью будут рассматриваться как тревожные, поскольку будут оцениваться как личностно значимые. Явления, ранее относившиеся к категории нейтральных, при повышенной тревожности становятся эмоционально значимыми и негативно окрашенными.

Исследования людей с различным уровнем тревожности позволили Дж. Тейлор выделить и описать их особенности. К примеру, высокотревожным индивидам в большом диапазоне жизненных ситуаций присуща особенность восприятия любого проявления интереса к их персоне как угрожающего самооценке и репутации. При повышенном к ним интересе они становятся раздражительными и вспыльчивыми, готовы вступить в конфликт даже при отсутствии реального повода. Люди с высоким уровнем тревожности не способны к адекватному восприятию просьб, замечаний и даже советов. Нервные срывы и аффективные реагирования становятся неизбежны в ситуации, в которой каким-либо образом встаёт вопрос знаний, самооценки или престижа. Срывы и конфликты, а также препятствующие эффективному взаимодействию препоны могут провоцироваться при слишком пристальном внимании к их деятельности и подчеркивании как позитивных, так и негативных её сторон. Опасны предъявления очень строгих требований к высокотревожным людям даже тогда, когда их выполнение не представляет для них сложности. Неадекватная реакция может сильно отбросить назад получение ожидаемого результата [10].

Возможно, в выборке исследованных нами студентов оказалось достаточно большое количество представителей агрессивно-тревожного типа. Отсюда и связь между личностной тревожностью и таким психологическим механизмом защиты в общении, как агрессивность.

Анализ полученных результатов привёл нас к следующим выводам:

1. Выбор механизма психологической защиты в общении связан с такими личностными особенностями, как фрустрация, агрессивность, ригидность и личностная тревожность.

2. К механизму «миролюбие» личность прибегает тем реже, чем выше уровень её агрессивности.

3. Механизм психологической защиты в общении «избегание» встречается в меньшей степени тогда, когда у индивида более выражены признаки фрустрации, агрессии, ригидности и личностной тревожности.

4. При высоких значениях ригидности и личностной тревожности повышается вероятность использования защитного механизма агрессии в общении.

Таким образом, проведенное исследование показало, что аффективные состояния и тревожность как личностная черта могут выступать значимыми факторами, оказывающими влияние на поведение человека в общении. Эмпирические исследования механизмов психологической защиты в общении возможно расширить в сторону изучения влияния других личностных особенностей на их выбор. В дальнейшем также важно выявление не только корреляционных, но и причинно-следственных связей между изучаемыми в этой работе явлениями психологической реальности.

Литература

1. *Ананьев Б.Г.* Избранные психологические труды: в 2 т. – М.: Педагогика, 1980. Т. 1. – 232 с.
2. *Анцыферова Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. № 1. – С. 3–18.
3. *Бассин Ф.В.* О силе «Я» и психологической защите // Вопросы философии. 1969. № 2. – С. 118–125.
4. *Бойко В.В.* Психозэнергетика. Краткий справочник. – СПб.: Питер, 2008. – 416 с.
5. *Василюк Ф.Е.* Психология переживания. – М.: Изд. Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
6. *Грановская Р.М.* Психологическая защита. – М.: Речь, 2007. – 480 с.
7. *Журбин В.И.* Понятие психологической защиты в концепциях З. Фрейда и К. Роджерса. – Режим доступа: <http://www.voppsy.ru/issues/1990/904/904014.htm> (дата обращения: 16.01.2022).
8. *Зейгарник Б.В.* Теории личности в зарубежной психологии. – М.: Едиториал УРСС, 2021. – 136 с.
9. *Крюкова Т.Л.* Человек как субъект совладающего поведения // Психологический журнал. 2008. Т. 2, № 2. – С. 88–95.
10. *Прихожан А.М.* Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: Издательство МПСИ; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.
11. *Фрейд А.* Психология Я и защитные механизмы. Детский психоанализ. – СПб.: Питер, 2022. – 160 с.
12. *Фрейд З.* О психоанализе. Пять лекций // Хрестоматия по истории психологии / под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. – М., 1980. – С. 143–183.
13. *Coleman J.* Psychology and effective behavior. – N. Y., 1969.
14. *Plutchik R., Kellerman H., Conte H.R.* A structural theory of ego defenses and emotions // *Izard C.* Emotions in personality and psychopathology. – N. Y: Plenum Press, 1979. – Pp. 229–257.

Поступила в редакцию 22 августа 2022 г.

UDC 159.923

DOI: 10.21779/2542-0313-2023-38-1-95–100

The Phenomenon of Psychological Protection in Communication and Personal Characteristics of an Individual

M.K. Omarova

*Dagestan State University; Russia, 367000, Makhachkala, M. Gadzhiev st., 43a;
makaom@mail.ru*

The current article is about researching connection between strategies of psychological defense in communication and such characteristics of a human as personal anxiety, rigidity, frustration and aggressiveness. The problem of defensive behavior in psychological literature is widely covered and tradition of researching gender, age and social aspects of using them in everyday life appeared even in the last century. In the article, we announced results of empirical research of their connections with psychological characteristics like frustration, rigidity, aggressiveness and personal anxiety. During the preparation of the article, the author used methods of analysis of psychological literature, synthesis, generalizations – theoretical methods; quantitative and qualitative analysis of research results – practical methods of research. The correlation analysis was used for statistical processing of the obtained data. (according to Spearman). The study was conducted on a sample of senior undergraduate students of the university. Analysis of the results showed the presence of stable correlations between defense mechanisms in communication – peacefulness, avoidance, aggressiveness and expression of frustration, aggression, rigidity and personal anxiety. The person resorts to the mechanism of "peacefulness" the less often, the higher the level of his aggressiveness. The mechanism of psychological defense in communication "avoidance" is the less common, the more pronounced the individual's signs of frustration, aggressiveness, rigidity and personal anxiety. With high values of rigidity and personal anxiety, the likelihood of using the defensive mechanism of aggression in communication increases. Further empirical studies of the mechanisms of psychological defense in communication can be expanded towards studying the influence of other personal characteristics on their choice.

Keywords: defensive mechanism, frustration, aggression, rigidity, personal anxiety.

Received 22 August 2022