



## 5.3.3 ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА, ИНЖЕНЕРНАЯ ПСИХОЛОГИЯ, КОГНИТИВНАЯ ЭРГОНОМИКА

### ОБ АВТОРАХ:

**Н.Г. Жарких,**

кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры, ФГБОУ ВО «Орловский государственный университет», Орел, Россия.

**С.С. Костыря**

кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры гуманитарных и социальных дисциплин, Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования Московской области «Технологический университет имени дважды Героя Советского Союза, летчика-космонавта А.А. Леонова», Королев, Россия

### ABOUT THE AUTHORS:

**N.G. Zharkih,**

PhD in Psychology, associate professor, Department of Social Psychology and Acmeology, Oryol State University. I.S. Turgenev, Oryol, Russia.

**S.S. Kostyrya,**

PhD {Psychology}, Associate professor, Associate professor of the Department of Humanity and Social Disciplines, State Educational Institution of Higher Education Moscow Region «Leonov Moscow Region University of Technology», Korolev, Russia

УДК 159.9

### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ У ЛИЦ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЛЯ

Жарких Н.Г., Костыря С.С.

*В статье анализируются результаты исследования психологических защит у людей, имеющих разный уровень субъективного контроля. В исследовании анализируются и сравниваются психологические защиты у лиц с экстернальным и интернальным типом контроля. Обнаружены различия в психологических защитах у «экстерналов» и «интерналов». Как показали результаты исследования, «интерналы» чаще используют более зрелые типы психологических защит, обладают более вариативным репертуаром реакций на стресс.*

**Психологическая защита личности, локус субъективного контроля, зрелые и незрелые психологические защиты.**

**Для цитирования:** Жарких Н.Г., Костыря С.С. Психологические защиты у лиц с разным уровнем субъективного контроля // Социально-гуманитарные технологии. 2022. №3 (23). С. 47-53.

## PSYCHOLOGICAL DEFENSES OF INDIVIDUALS WITH DIFFERENT LEVELS OF SUBJECTIVE CONTROL

Zharkih N.G., S.S. Kostyrya

*The article analyzes the results of a study of psychological defenses in people with different levels of subjective control. The study analyzes and compares psychological defenses in individuals with external and internal control types. Differences in psychological defenses of "externals" and "internals" were found. As the results of the study showed, internals more often use more mature types of psychological defenses and have a more variable repertoire of reactions to stress.*

**Professional selection, values of the subject of professional activity, success of professional activity.**

**For citation:** Zharkih N.G., Kostyrya S.S. Psychological defenses of individuals with different levels of subjective control. *Sotsial'no-gumanitarnye tekhnologii*. 2022; 3 (23): 47-53. (In Russ.)

Механизмы психологической защиты – это неотъемлемая часть выживания и развития личности. Эти механизмы предохраняют личность от различного рода отрицательных эмоциональных переживаний и перцепций, сохраняют психологическую стабильности, помогают разрешить внутриличностные конфликты и, как правило, протекают на бессознательном и подсознательном психологических уровнях.

Защитные механизмы личности бессознательно оберегают психику от травм, которые могут причинить ей реальные жизненные ситуации, грозящие разрушить Я-концепцию личности, которая

складывалась до этого на протяжении всей жизни человека. Но вместе с тем эти механизмы могут препятствовать осознавать свои заблуждения относительно собственных черт характера и мотивов поведения, которые меняются под воздействием разных внешних и внутренних факторов, что зачастую затрудняет эффективное разрешение личных проблем.

Изучению такого явления как психологические защиты посвящено множество научных работ и публикаций. Например, достаточно хорошо изучена проблема полоролевых особенностей во взаимосвязи с механизмами психологической защиты.

Малоизученной остается проблема изучения взаимосвязи различных свойств личности и особенностей механизмов психологической защиты.

Одна из важнейших характеристик личности - степень независимости, самостоятельности и активности человека в достижении своих целей, принятие личной ответственности за происходящие с ним события. Люди различаются между собой по тому, где они локализуют контроль над значимыми для себя событиями. Возможны два локуса контроля и соответственно два типа людей:

1) «Экстерналы» – те, кто полагают, что происходящие с ним события являются результатом внешних сил, случая, обстоятельств, других людей и т.п.

2) «Интерналы» – те, кто интерпретирует значимые события как результат собственных усилий.

Проблематика взаимосвязи механизмов психологических защит и уровнем интернальности личности еще мало изучена. В предлагаемом исследовании эмпирически выявляются особенности механизмов психологических защит у лиц с разным локусом контроля.

**Целью исследования было** - выявление связи между типом субъективного контроля и определенными видами психологической защиты личности.

**Проверялась гипотеза:** существует связь между типом субъективного контроля (интернальность-экстернальность) и проявлением психологических защитных механизмов личности.

Частные гипотезы:

- Вероятнее всего, для людей с высоким уровнем интернальности характерны «зрелые» психологические защиты, такие как проекция, компенсация, интеллектуализация и реактивное образование.
- Вероятнее всего, для людей с высоким уровнем экстернальности характерны «незрелые» психологические защиты, такие как отрицание, подавление, регрессия, замещение.

Для исследования выбраны две психодиагностические методики:

Опросник Плутчика–Келлермана–Конте «Индекс Жизненного Стиля» (LSI - Life Style Index) в модификации Е.С.Романовой Л.Р.Гребеникова. Методика «Уровень субъективного контроля» (УСК) Дж. Роттера (Locus of control scale) в модификации Е. Ф. Бажина, Е. А. Голынкиной.

Первая методика позволяет выявить профиль защитных механизмов личности. Вторая методика необходима для определения локуса контроля.

Для проверки гипотезы использовался расчет коэффициента корреляции Спирмена.

**Место проведения исследования:** г. Пушкино, г. Королев.

**Описание испытуемых:** в исследовании приняли участие 28 человек. Из них 10 мужчин и 18 женщин. Возраст испытуемых от 19 лет (4 человека), остальные от 30 до 50 лет.

Для проверки эмпирической гипотезы было организовано эмпирическое исследование.

На основании данных из таблицы 1 построена диаграмма «Обобщенная структура использования испытуемыми различных видов защит» (Рис.1), которая показывает процентное соотношение всех видов защит в группе испытуемых.



**Рисунок 1. Обобщенная структура использования участниками исследования различных видов защит**

По методике УСК определен уровень общей интернальности испытуемых. Далее сравнили результаты с нормой 5,5 стенов. Отклонение вправо (6 и более стенов) свидетельствует об интернальном типе уровня субъективного контроля в соответствующих ситуациях, отклонение влево (5 и менее стенов) свидетельствует об экстернальном типе.

Для наглядности полученные данные отражены на графике (Рис. 2). Значения выше оси – интернальность, ниже оси – экстернальность.

#### Анализ результатов

Для проверки гипотезы были использованы методы математической статистики. Корреляционный анализ между результатами методик ИЖС и УСК был проведен с помощью критерия Спирмена  $r$ .

Произведен расчет коэффициента корреляции Спирмена. Корреляция между уровнем интернальности и степенью выраженности каждой из психологических защит незначительна и не достигает уровня статистической значимости.

Это говорит о том, что высокие или низкие показатели по общей интернальности не имеют тенденции совпадать с высокими или низкими показателями по всем видам психологических защит.

На втором этапе для проверки гипотезы все испытуемые были разделены на две группы – интерналы и экстерналы. К группе интерналов отнесены лица с показателем общей интернальности 6 и более стенов. К группе экстерналов отнесены лица с показателем общей интернальности 5 и менее стенов.

Произведен расчет коэффициента корреляции Спирмена (Табл.1)

**Таблица 1.**

#### Коэффициенты корреляции Спирмена для группы «интерналов» и «экстерналов»

Виды защит	R1	R2
«Отрицание»	0,87	0,12
«Подавление»	-0,46	-0,19
«Регрессия»	0,05	0,08
«Компенсация»	0,44	0,38
«Проекция»	0,49	-0,05
«Замещение»	0,15	-0,07
«Интеллектуализация»	-0,04	-0,25
«Реактивное образование»	-0,23	0,56

Интерпретация результатов:

▶ существует значимая положительная корреляционная связь ( $r > 0,7$ ) между показателями интернальности и защитным механизмом отрицание ( $r = 0,87$ ) в группе интерналов. Т.е., чем выше у человека уровень интернальности (ответственности...), тем чаще у него возникает такая

психологическая защита как отрицание. Может быть, такая реакция возникает в ответ на их стремление все держать под контролем, а если это не получается-они это избегают (отрицают)

- ▶ существует умеренная положительная корреляционная связь ( $0,3 < r < 0,7$ ) между показателями интернальности и защитным механизмом компенсация ( $r=0,44$ ) и проекция ( $r=0,49$ ) в группе интерналов.

- ▶ существует умеренная отрицательная корреляционная связь ( $0,3 < r < 0,7$ ) между показателями интернальности и защитным механизмом подавление ( $r= -0,46$ ) в группе интерналов.

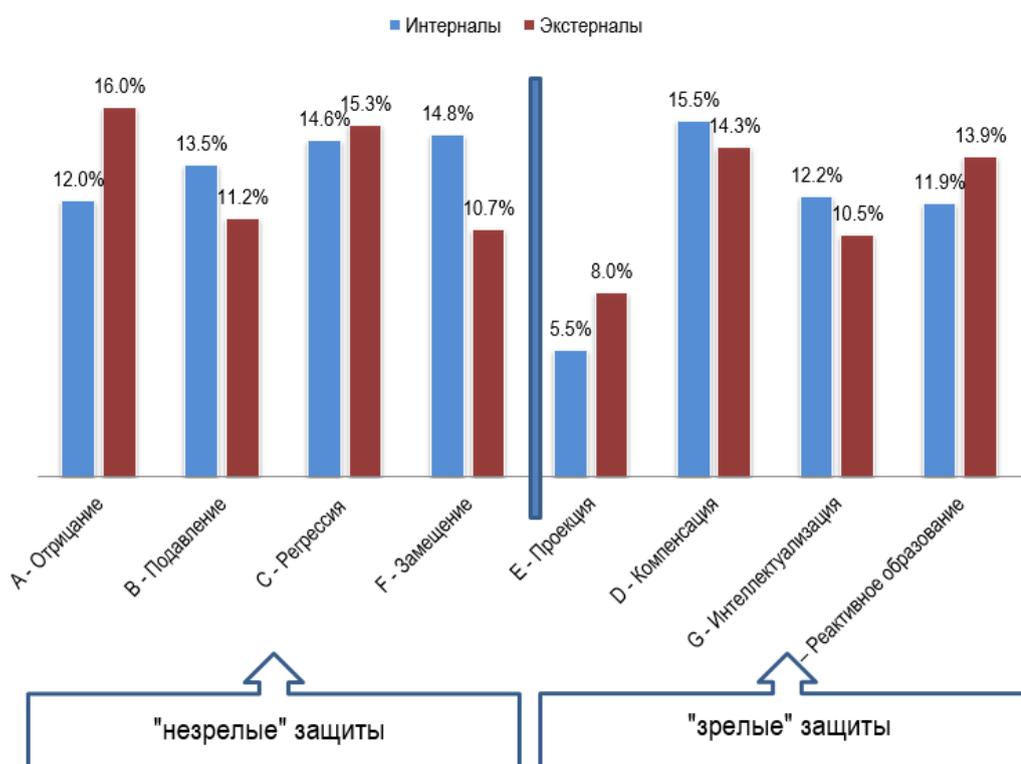
- ▶ существует умеренная положительная корреляционная связь ( $0,3 < r < 0,7$ ) между показателями интернальности и защитным механизмом компенсация ( $r=0,44$ ) и реактивное образование ( $r=0,56$ ) в группе экстерналов.

**Выводы:** В каждой из групп (интерналы и экстерналы) корреляция между уровнем интернальности и степенью выраженности каждой из психологических защит не достигает уровня статистической значимости.

На третьем этапе для проверки частных гипотез все испытуемые были разделены на две группы – интерналы и экстерналы. Кроме того, все защиты тоже были разделены на две группы: «незрелые» и «зрелые». Составлена таблица, в которой представлено процентное соотношение видов защит по группам интерналов и экстерналов. Для наглядности в таблице выделены «незрелые» защиты зеленым цветом и «зрелые» защиты оранжевым цветом.

**Таблица 2.**  
**Процентное распределение «зрелых» и «незрелых» защит в 2-х группах**

Защита/группы	Интерналы	Экстерналы
Отрицание	12,0%	16,0%
Подавление	13,5%	11,2%
Регрессия	14,6%	15,3%
Замещение	14,8%	10,7%
Проекция	5,5%	8,0%
Компенсация	15,5%	14,3%
Интеллектуализация	12,2%	10,5%
Реактивное образование	11,9%	13,9%



**Рисунок 2.** Процентное распределение «зрелых» и «незрелых» защит в группах испытуемых

На основе полученных данных можно сделать заключение о том, что представители обоих типов (интерналы и экстерналы) используют все типы защит, как «зрелые» (отрицание, подавление, регрессия, замещение), так и «незрелые» (проекция, компенсация, интеллектуализация, реактивное образование). Не прослеживается тенденция у интерналов использовать «зрелые» защиты, а у экстерналов – «незрелые» защиты.

Наша гипотеза подтвердилась частично. В проведенном исследовании оказалось, что не существует корреляционной связи между типом субъективного контроля (интернальность-экстернальность) и степенью выраженности психологических защитных механизмов личности. То есть, структура психологической защиты каждого человека уникальна и не зависит от склонности человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам либо собственным способностям и усилиям.

Возможно, такие результаты получены только на исследуемой выборке. А результаты по другой выборке, с большим количеством испытуемых, могли бы быть другими.

Защитные механизмы личности формируются в раннем детстве под влиянием родительских способов поведения на эмоциональное состояние ребенка, и такую систему защит, сформированных в детстве, человек использует почти всю жизнь.

Интернальность и экстернальность - это личностные черты, которые не являются врожденными и неизменными, они формируются в детстве и подростковом возрасте. Формирование ответственности, и как следствие локуса контроля, прямо связано с предоставлением личности свободы в принятии решений.

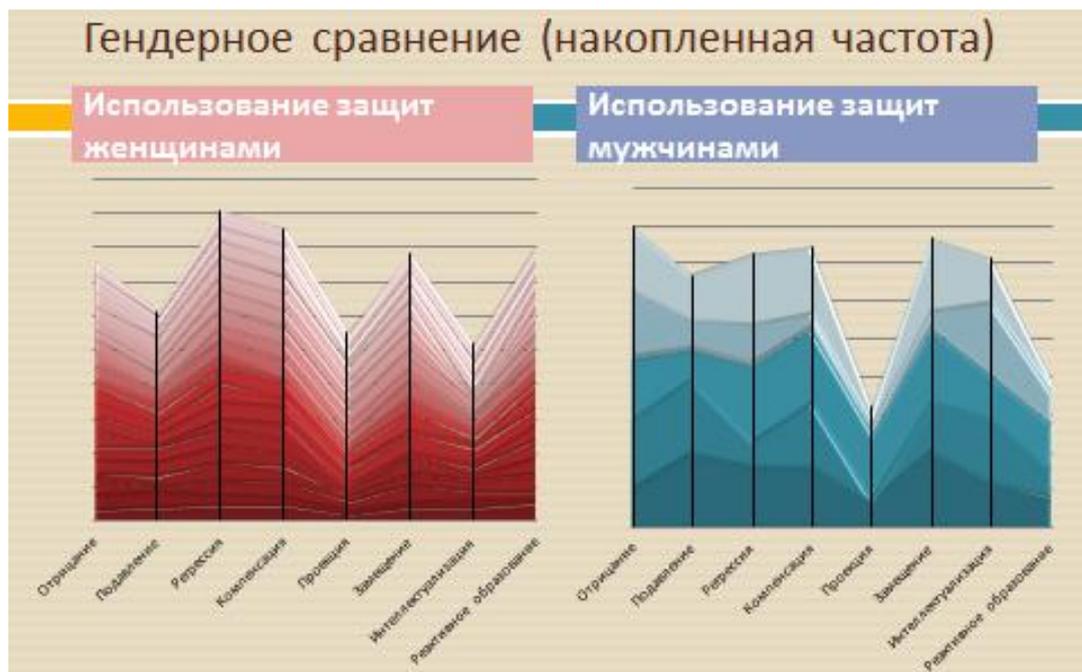
Таким образом, система защиты человека и локус контроля формируются в разные периоды «взросления». Действие защитных механизмов относится к бессознательному, и поэтому структура защитных механизмов относительно стабильна и мало поддается коррекции. Локус контроля напротив не является довольно устойчивой личностной характеристикой, он подвержен коррекции за счет социального переучивания или в ходе психотерапевтической работы, что доказано многими исследованиями.

1. Интерналы и экстерналы используют все типы защит как «зрелые», так и «незрелые». Не прослеживается тенденции у интерналов использовать «зрелые» защиты, а у экстерналов – «незрелые» защиты.

2. В результате проведенного исследования также выявлено следующее:

- ✓ Самый малоиспользуемый вид защиты – проекция (7%), а остальные встречаются примерно одинаково от 11 до 15 %. Механизм проекция типичен для детей, однако некоторые взрослые также активно используют эту защиту. В исследуемой выборке этот механизм сильно выражен только у 4 человек.
- ✓ Интерналы чаще экстерналов используют замещение (14,8% и 10,7% соответственно). Кроме того незначительный перевес в использовании механизмов подавления, компенсации и интеллектуализации.
- ✓ Экстерналы чаще интерналов используют отрицание (16% и 12% соответственно), проекцию (8% и 5,5%) и реактивное образование (13,9% и 11,9%).
- ✓ Среди интерналов преобладает компенсация (15,5%), замещение (14,8%), регрессия (14,6%)
- ✓ Среди экстерналов преобладает отрицание (16%), регрессия (15,3%), компенсация (14,3%).

При сравнении выборки по полу, были получены результаты, которые не противоречат ранее полученным результатам (Рис. 3)



**Рисунок 3. Сравнение выборки по полу с разными психологическими защитами**

- ✓ Женщины значительно чаще мужчин используют реактивное образование и регрессию. «Регрессия является формой защиты, состоящей в возвращении к ранним, связанным с детством типам поведения, в переходе на более ранние уровни психического развития, когда она чувствовала себя в безопасности» [3]. К сожалению, регрессия, как и реактивные образования, характеризует инфантильную и невротическую личность
- ✓ Мужчины чаще используют интеллектуализацию. Данная форма психологической защиты обнаруживается в бессознательном контроле над эмоциями, который больше присущ мужчинам (по результатам многочисленных исследований), путем чрезмерного полагания на рациональное истолкование событий. В данном случае человек признает травмирующий факт, подвергает его интеллектуальному анализу, но отказывается от переживания отрицательных эмоций [3].

Полученные данные можно учитывать в процессе психологического консультирования, оказания психологической помощи. Хотя защитные механизмы личности формируются в раннем детстве под влиянием родительских способов поведения, общей семейной ситуации и условий, в которых растет ребенок, но в дальнейшем человек использует их почти всю жизнь.

«Интернальность» и «экстернальность» - это не врожденные и неизменные личностные черты, они формируются в детстве и подростковом возрасте и, по мнению поведенческих психологов, их преобладание обусловлено социальным научением. Формирование ответственности, и как следствие локуса контроля, прямо связано с предоставлением личности свободы в принятии решений.

Таким образом, система защиты человека и локус контроля формируются в разные периоды «взросления». Действие защитных механизмов относится к бессознательному и поэтому структура защитных механизмов относительно стабильна и мало поддается коррекции. Локус контроля напротив, не является довольно устойчивой личностной характеристикой, он подвержен коррекции за счет социального переучивания или в ходе психотерапевтической работы, что доказано многими исследованиями, например, в процессе когнитивно-поведенческой и экзистенциальной психотерапии.

При работе с данной проблематикой необходимо помнить, что защитные механизмы:

- это естественное противостояние человека окружающей среде,
- это способы, которыми личность защищает себя от внутренних и внешних напряжений,
- они бессознательно предохраняют человека от эмоционально-негативной перегрузки,

- все кажущиеся разнообразными «техники» можно свести, в принципе, к единой функции: «Что бы ни делать, как бы ни делать, лишь бы достичь комфортного состояния, безопасности».

Система защиты человека и локус контроля формируются в разные периоды «взросления».

Действие защитных механизмов относится к бессознательному и поэтому структура защитных механизмов относительно стабильна и мало поддается коррекции.

Локус контроля напротив не является довольно устойчивой личностной характеристикой, он подвержен коррекции за счет социального переучивания или в ходе психотерапевтической работы, что доказано многими исследованиями.

Вероятно, это является причиной того, что наша гипотеза о связи этих явлений не подтвердилась. Также, причиной таких результатов могли стать особенности нашей выборки: всего 35% испытуемых имели выраженные тенденции общей интернальности, остальные 65% - средние значения.

Представленная работа содержит материал, который будет полезен в дальнейшей исследовательской работе по проблематике функционирования психологических защит личности. Обнаруженные корреляционные связи личностных особенностей и защитных механизмов полезны в практической деятельности для диагностики преобладающего вида психологической защиты и в психокоррекционной работе.

#### *Литература:*

1. Грабовский, А.И., Чибискова, О.В., Взаимосвязь защитных механизмов личности с системной структурой мотивации старших подростков. Журнал «Системная психология и социология», 2010 г. Том 1 № 1.
2. Грановская, Р.М., Никольская, И.М. Защита личности: психологические механизмы. СПб., 2019.
3. Носов, С.С., Взаимосвязь психологических защит с полоролевой идентификацией. Диссертация на соискание канд. пс. н., МГУ. – 2011 г.