

Лапкина Е. В.

Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского

ЗАЩИТНОЕ И СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ ВЗРОСЛОЙ ЛИЧНОСТИ: ВОЗРАСТНАЯ ДИНАМИКА

В современном трансформирующемся обществе личность сталкивается с необходимостью адаптироваться к постоянно изменяющимся психосоциальным условиям. И, несмотря на то, что в жизни каждого человека стрессогенные факторы могут быть различны, есть некие общие универсальные «способы проживания» стресса, характерные для той или иной профессиональной, этнической группы, людей одного и того же пола, возраста.

Феномены защитного и совладающего поведения прочно вошли в теорию и практику изучения адаптивного поведения личности. Возникнув в разных психологических школах с интервалом в несколько десятилетий, эти явления психической жизни личности, многие авторы в настоящее время относят к единому процессу защиты психики от тревоги, где осознанное поведение относится к копингу, а бессознательные и частично осознаваемые механизмы – к психологической защите.

В рамках диссертационной работы нами было проведено исследование защитного и совладающего поведения личности в разные периоды взрослого возраста. Использовались следующие методики диагностики:

1) Диагностика типологий психологической защиты (Р. Плутчик в адаптации Л. И. Вассермана, О. Ф. Ерышева, Е. Б. Клубовой и др.);

2) Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (Н. С. Эндлер, Д. А. Паркер; адаптированный вариант Т. Л. Крюковой);

3) Тест рисуночной фрустрации С. Розенцвейга (взрослый вариант) в адаптации Н. В. Тарабриной.

Выбор последнего инструментария был продиктован необходимостью рассмотрения защитного интрапсихического поведения личности в связи с внешними реакциями в ситуации фрустрации. А. А. Налчаджян указывает на то, что за внешне наблюдаемыми защитными реакциями (а также, мыслями, чувствами, связанными с ними) стоят активные внутренние защитно-адаптивные процессы, т.е. механизмы психологической защиты [3].

В исследовании приняли участие 289 человек (168 мужчин и 121 женщина). Распределение испытуемых по возрастным группам осуществлялось на основе периодизации Б. Г. Ананьева: *I возрастная группа* (юношеский возраст) – 17 –21 год (мужчины), 16 –20 лет (женщины), в группу вошли 58 человек; *II возрастная группа* (средний возраст): пер-

вый период – 22 –35 лет (мужчины), 21 –35 лет (женщины) – 122 человека; *III возрастная группа* (средний возраст): второй период — 36 –60 лет (мужчины), 36 –55 лет (женщины) – 109 человек.

Обработка результатов осуществлялась с помощью программы Statistica 6.0. Критерием анализа различий выступил U-критерий Манна-Уитни. В рамках данной статьи мы рассмотрим только различия в выраженности стилей совладающего поведения, механизмов психологической защиты и реакций на фрустрацию разных групп людей взрослого возраста.

Сравнение I и II возрастных групп. Значимое преобладание показателя механизма проекции ($U= 2368$, при $p \leq 0,001$) выявилось в юношестве по сравнению с первым периодом среднего возраста. В психологии проекцию традиционно рассматривают как приписывание другим людям собственных неприемлемых желаний, качеств, побуждений, чувств и пр. [5]. Предполагаем, что преобладание проекции в юношестве связано особыми задачами и интересами возраста - молодой человек воспринимает окружающий мир сообразно собственным ожиданиям, интересам, в связи с этими ожиданиями он выстраивает отношения с окружающими людьми. Эмоционально-ориентированный копинг, включающий осознание и принятие своих чувств и эмоций, потребностей и желаний, овладение социально приемлемыми формами проявления чувств, контроль динамики переживания и др. характерен для людей первого периода взрослого возраста ($U= 2477,5$, при $p \leq 0,01$) по сравнению с юношеством, также как и экстрапунитивная потребностно-неустойчивая реакция ($U= 2591,5$ при $p \leq 0,01$), характеризующаяся вменением ответственности за разрешение проблемы другому лицу.

Выявилась тенденция в молодом возрасте к избеганию, отвлечению и преобладание по ряду защит: компенсация ($U= 2853$, при $p \leq 0,05$), замещение ($U= 2822$, при $p \leq 0,05$); интеллектуализация ($U= 2844,5$, при $p \leq 0,05$); проекция ($U= 2358$, при $p \leq 0,001$). В целом профиль защитных механизмов личности в юношеском возрасте значимо выше. Следовательно, в юношеском возрасте данные механизмы совместно с общей импунитивной направленностью позволяют поддерживать картину «субъективно безопасного» понимания реальности [4].

Сравнение II и III возрастных групп. Значимое увеличение с возрастом показателя эмоционально-ориентированного стиля совладания ($U= 4710$, при $p \leq 0,001$), отвлечения ($U= 3771$, при $p \leq 0,001$) и общего напряжения совладания ($U= 5242,5$, при $p \leq 0,01$) выявилось во взрослом периоде. Преобладание отрицания в старшем периоде может быть связано с общей тенденцией к отвлечению в этом возрасте, корреляционный ана-

лиз показал сильную связь субшкалы отвлечения и механизма защиты отрицания [2]. По результатам сравнения возрастных групп между собой можно констатировать снижение с возрастом выраженности замещения ($U= 5094,5$, при $p \leq 0,01$). Как правило, замещение выражается в переносе действия с недоступного объекта на доступный [1]. Замещение разряжает напряжение, созданное недоступной потребностью, но не приводит к желаемой цели. Обычно разряжается агрессивная энергия, таким образом, с возрастом человек приобретает навык иной регуляции или разрешения собственных агрессивных побуждений. Общая интропунитивная направленность ($U= 5149,5$, при $p \leq 0,01$) и интропунитивная потребностно-неустойчивая реакция ($U= 5497,5$, при $p \leq 0,05$) характерны для III возрастной группы, следовательно, ближе к зрелому возрасту личность склонна рассматривать себя в качестве причины собственных успехов и неудач, признавать ответственность, пытаться самостоятельно исправить положение.

Отмечается некоторая динамика изменения показателей выраженности механизмов защиты, стилей совладания и направленности реакции на фрустрацию взрослых людей разного возраста. При этом нельзя отметить, что в целом с возрастом снижается склонность личности к защитному поведению или более актуальным становится копинг. Изменения касаются конкретных защит и реакций и стилей совладания. Полученные факты определяются спецификой психосоциальной адаптации взрослой личности на каждом этапе жизни, особенностями реализуемых ею онтогенетических задач.

Литература

1. Грановская, Р. М. Психологическая защита / Р. М. Грановская. – СПб., 2007.
2. Лапкина, Е. В. Онтологическая структура защитно-совладающего поведения личности в разные периоды взрослости / Е. В. Лапкина. – Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2013. – Т. 19. – № 4.
3. Налчаджян, А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / А. А. Налчаджян. – М., 2010.
4. Субботина, Л. Ю. Деформация структуры психологических защитных механизмов у лиц, побывавших в «горячих точках» / Л. Ю. Субботина, С. Н. Кузнецова // Научный поиск. – Ярославль, 2000.
5. Фрейд, А. Психология «Я» и защитные механизмы / А. Фрейд. – М., 1993.