

DOI: 10.17805/trudy.2017.2.3

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЗАЩИТНО-СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ С ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВА ЛИЧНОСТИ

О. Ю. Олейник

ООО «Газпром газнадзор»; Московский гуманитарный университет

Н. Е. Коренкова

Московский гуманитарный университет

Аннотация: В работе изучаются взаимосвязи компонентов защитно-совладающего поведения с особенностями психологического пространства личности. Результаты исследования показывают, что отсутствие четко сформированных психологических границ снижает суверенность компонентов психологического пространства личности и уменьшает сензитивность к ощущениям вторжения в это пространство, препятствуя своевременному «включению» механизмов психологических защит.

Ключевые слова: психологические защиты; совладающее поведение; копинг-стратегии; психологическое пространство личности; суверенность психологического пространства; психологические границы личности

INTERRELATIONSHIP BETWEEN PROTECTIVE AND COPING BEHAVIOUR AND CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICAL SPACE OF AN INDIVIDUAL

O. Y. Oleinik

«Gazprom Gaznadzor» Ltd; Moscow University for the Humanities,

N. E. Korenkova

Moscow University for the Humanities

Abstract: The paper studies interrelations between components of protective and coping behaviour and characteristics of psychological space of an individual. The results show that the absence of clear-cut psychological boundaries reduces the sovereignty of an individual's components of the psychological space and reduces the sensitivity to sensations of invasion into this space, preventing the mechanisms of psychological defenses from «switching-on» timely.

Keywords: psychological defenses; coping behaviour; coping strategies; psychological space of personality; sovereignty of the psychological space; individual psychological boundaries

Жизнь в современном российском обществе, по сути, представляет собой череду сменяющих друг друга стрессовых и сложных жизненных ситуаций и определение наиболее оптимальных механизмов, позволяющих преодолеть их, может рассматриваться как важная практическая задача в области индивидуального и группового консультирования. Про-

цесс адаптации человека к жизненным обстоятельствам и ситуациям является одним из важных регуляторов человеческого поведения. Успешность адаптации человека в значительной мере обеспечивается сформированностью у него механизмов психологической защиты и используемыми стратегиями совладающего поведения. Постоянно усложняющиеся условия современной жизни, неустойчивость и часто непредсказуемость социальных процессов предъявляют все более высокие требования к способности человека преодолевать жизненные трудности. Выработка широкого спектра эффективных способов и стратегий разрешения трудных ситуаций, формирование навыков их гибкого использования адекватных требованиям условий ситуации повышает позитивный потенциал личности, развивает ее психологическую устойчивость.

Переживание человеком уверенности в своей способности преодолевать жизненные трудности способствует развитию чувства компетентности и собственной ценности, повышает самооценку человека, его уверенность в собственных силах, в том, что он может контролировать и созидать свой жизненный мир.

Актуальность данного исследования обусловлена как теоретическими (выяснение роли и места «виртуального» человека в его психологических границах в регуляции поведения в сложных жизненных обстоятельствах), так и практическими (получение информации о возможных направлениях коррекционной работы по формированию жизнеустойчивости молодежи) задачами.

В соответствии с программой исследования было изучено защитно-совладающее поведение в контексте его взаимосвязи с особенностями психологического пространства личности. При этом под психологическим пространством личности понималось «субъективно значимый фрагмент бытия, определяющий актуальную деятельность и стратегию жизни человека» (Нартова-Бочавер, 1997, 2004, 2008). В качестве функционального органа психики, обеспечивающего ей условия для взаимодействия с миром, было использовано понятие «психологические границы» (Леви, 2008, 2009).

Гипотезами проведенного нами исследования стали предположения о том, что:

1. Между психологическими защитами и копинг-стратегиями существует взаимосвязь, которая позволит выявить типы защитно-совладающего поведения;

2. Между суверенностью компонентов психологического пространства и характеристиками психологических границ существует взаимосвязь, которая позволяет предположить, что обе эти переменные характеризуют особенности психологического пространства;

3. Типы защитно-совладающего поведения связаны с особенностями психологического пространства личности.

Для решения задач исследования были использованы следующие психодиагностические методики:

- Опросник «Суверенность психологического пространства» С.К.Нартовой–Бочавер. Опросник включает в себя 6 шкал, отражающих измерения психологического пространства: суверенность физического тела, территории, вещей, привычек, социальных связей и ценностей человека;

- «Методика диагностики психологической границы личности» Т.С.Леви. Опросник состоит из шести шкал, соответствующих шести функциям оптимальной психологической границы;

- Методика «Опросник способов совладания» (ОСС) Р. Лазаруса и С.Фолкман (WCQ, адаптация Т. Крюковой и Е. Куфтяк) предназначена для определения копинг-механизмов, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, копинг-стратегий;

- Опросник «Индекс жизненного стиля» Плутчика–Келлермана–Конте. Методика позволяет диагностировать всю систему МПЗ (механизмы психологической защиты), выявить как ведущие, основные механизмы, так и оценить степень напряженности каждого.

В исследовании приняли участие студенты Академии им. Плеханова. Всего было обследовано 70 человек (50 девушек и 20 юношей).

Результаты. Для обработки полученных данных использовались корреляционный анализ, кластерный анализ, метод кросстабуляционного сравнения и анализ частотного распределения на базе статистического пакета STATISTICA 6.0.

В соответствии с первой гипотезой исследования о том, что между психологическими защитами и копинг-стратегиями существует взаимосвязь, был проведен корреляционный анализ психологических защит с копинг-стратегиями.

Остановимся на описании значимых корреляционных связей, представленных в таблице № 1.

Таблица 1. Значимые корреляционные связи психологических защит с копинг-стратегиями

	Spearman	t(N-2)	p-level
Конфронтативный копинг & Регрессия	0,243876	2,07366	0,041901
Конфронтативный копинг & Компенсация	0,283219	2,43520	0,017512
Конфронтативный копинг & Гиперкомпенсация	0,265761	2,27327	0,026173

Конфронтативный копинг & ОНЗ	0,252352	2,15055	0,035070
Планирование решения проблемы & Рационализация	0,307091	2,66091	0,009714
Самоконтроль & Проекция	0,289383	2,49298	0,015108
Самоконтроль & Гиперкомпенсация	0,285278	2,45445	0,016675
Самоконтроль & ОНЗ	0,299358	2,58722	0,011818
Положительная переоценка & Регрессия	0,280047	2,40558	0,018872
Положительная переоценка & Проекция	0,272891	2,33910	0,022276
Положительная переоценка & Компенсация	0,364876	3,23164	0,001899
Положительная переоценка & Гиперкомпенсация	0,407684	3,68171	0,000460
Положительная переоценка & Рационализация	0,289465	2,49375	0,015077
Положительная переоценка & ОНЗ	0,416179	3,77430	0,000339
Избегание & Регрессия	0,381582	3,40418	0,001117
Избегание & Замещение	0,265118	2,26735	0,026551

Из данных таблицы видно, что наибольшее число взаимосвязей имеет такая копинг-стратегия, как «Положительная переоценка», которая подразумевает усилия по созданию положительного смысла ситуации, фокусировку на росте собственной личности, включая религиозный опыт. Она взаимосвязана с такими защитами, как регрессия, проекция, компенсация, гиперкомпенсация, рационализация и общая напряженность защит. Из этого следует, что респондентов, часто использующих данную стратегию, характеризует широкий спектр психологических защит. При этом, они отдают предпочтение более конструктивным защитами (у них представлены обе защиты, считающиеся конструктивными — компенсация и рационализация).

Такая копинг-стратегия как «Конфронтативный копинг», которая означает агрессивные усилия субъекта по изменению ситуации, предполагает определенную степень враждебности и готовность к риску, имеет значимые связи с общей напряженностью защит, и с такими защитами, как регрессия, компенсация и гиперкомпенсация. Можно сделать вывод, что чем чаще человек использует данную копинг-стратегию, тем чаще доминирующими в его поведении являются такие защиты, как регрессия, компенсация и гиперкомпенсация. Обратим при этом внимание на то, что среди перечисленных защит нет ни одной деструктивной.

«Планирование решения проблемы», которое включает произвольные, специально предпринятые проблемно-фокусированные усилия по изменению ситуации и аналитический подход к решению проблемы, связана с такой психологической защитой, как рационализацией, суть

которой состоит в том, что в мышлении используется только та часть воспринимаемой информации, и делаются только те выводы, благодаря которым собственное поведение предстаёт как хорошо контролируемое и не противоречащее объективным обстоятельствам.

Такая копинг-стратегия, как «Самоконтроль», подразумевающая усилия по регулированию своих чувств и действий, связана с общей напряженностью защит и с такими защитами, как проекция и гиперкомпенсация. Из этого можно сделать вывод, что чем выше у человека самоконтроль в трудных ситуациях, тем выше общая напряженность его психологических защит.

«Избегание», под которым понимается мысленное стремление и поведенческие усилия, направленные к бегству от проблемы, связано с регрессией и замещением. Реализация в поведении такой копинг-стратегии как «Избегание» осуществляется с помощью того, что человек бессознательно прибегает к более ранним, менее зрелым и менее адекватным образцам поведения, которые кажутся ему гарантирующими защиту и безопасность.

Далее для выявления типов защитно-совладающего поведения вся выборка при помощи кластерного анализа по средним значениям была разбита на 2 группы, значимо отличающихся между собой по всем переменным, кроме копинг-стратегии «планирование решения проблем». В первую группу вошло 46 респондентов, во вторую — 24.

Остановимся на характеристике каждой из выделенных групп. Представители первой группы имеют более высокие средние значения по всем копинг-стратегиям и психологическим защитами, чаще используют такую копинг-стратегию, как «положительная переоценка» и такие виды защит, как проекция и рационализация (таб. № 2).

Исходя из высокой общей напряженности психологических защит назовем данную группу «Группа с высоконапряженным типом защитно-совладающего поведения».

Таблица 2. Описательные статистики для первой группы

	Среднее	Стандартное отклонение	Вариативность
Конфронтативный копинг	10	2,87485	8,2647
Планирование решения проблемы	13	2,75541	7,5923
Самоконтроль	13	2,67173	7,1382
Положительная переоценка	13	3,65869	13,3860
Избегание	12	4,50662	20,3097
Регрессия	37	12,66720	160,4580
Замещение	29	15,57900	242,7053
Проекция	57	17,36207	301,4416

Компенсация	50	19,99517	399,8068
Гиперкомпенсация	34	15,82666	250,4831
Рационализация	54	16,86779	284,5222
Общая напряженность защит	39	5,96593	35,5923

Представители второй группы имеют более низкие средние значения по всем копинг-стратегиям и психологическим защитами. Они чаще используют такую копинг-стратегию, как «Планирование решения проблемы» и такие защитные механизмы, как проекция и рационализация (таб. № 3).

Исходя низкой общей напряженности психологических защит назовем данную группу «группа с низконапряженным типом защитно-совладающего поведения».

Обратим внимание, что в типах защитно-совладающего поведения динамичным компонентом является доминирующая копинг-стратегия.

Таблица 3. Описательные статистики для второй группы

	Среднее	Стандартное отклонение	Вариативность
Конфронтативный копинг	8	2,68517	7,2101
Планирование решения проблемы	12	3,20750	10,2880
Самоконтроль	11	3,58717	12,8677
Положительная переоценка	11	2,98517	8,9112
Избегание	9	3,66732	13,4493
Регрессия	16	9,36140	87,6359
Замещение	12	10,49500	110,1449
Проекция	33	17,03274	290,1141
Компенсация	14	12,09114	146,1956
Гиперкомпенсация	16	16,63221	276,6304
Рационализация	33	17,15018	294,1286
Общая напряженность защит	21	8,17372	66,8098

Для проверки второй гипотезы исследования о том, что между уверенностью компонентов психологического пространства и характеристиками психологических границ существует взаимосвязь, вся выборка при помощи кластерного анализа по средним значениям была разбита на 2 группы, значимо отличающихся между собой по всем характеристикам психологических границ. В первую группу вошло 36 респондентов, во вторую — 34.

Остановимся на характеристике выделенных групп.

Представители первой группы находятся в процессе формирования психологических границ (таб. № 4). Они характеризуются большим

внутренним напряжением, их энергия тратится на поддержание разграничивающих функций границы. Такие люди стремятся сохранить свое пространство, опасаются вторжения, т. е. до конца не вышли из симбиотических отношений. Они закрыты, очень сдержаны в проявлении чувств, копят негативные эмоции, имеют сложности с построением эмоционально-близких отношений, могут чувствовать себя одинокими, не понятыми.

В дальнейшем будем называть эту группу «Группа, находящаяся в процессе формирования психологических границ».

Таблица 4. Описательные статистики для первой группы

	Среднее	Стандартное отклонение	Вариативность
Активно не впускающая граница	17	4,551208	20,71349
Полностью проницаемая граница	11	3,107594	9,65714
Активно вбирающая граница	12	3,008322	9,05000
Активно отдающая граница	14	3,820891	14,59921
Активно сдерживающая граница	16	3,524405	12,42143
Спокойно-нейтральная граница	13	3,868883	14,96825

Респонденты второй группы (таб. № 5) — люди с достаточно хорошо сформированными границами: они внутренне спокойны, открыты в своих проявлениях, не склонны удерживать негативные эмоции (но не истеричны). У них полностью сформирована разграничивающая функция границы (процесс выхода из симбиотических отношений завершился), они могут быть в эмоционально-близких отношениях с миром.

В дальнейшем будем называть эту группу «Группа с сформированными психологическими границами».

Таблица 5. Описательные статистики для второй группы

	Среднее	Стандартное отклонение	Вариативность
Активно не впускающая граница	19	3,597013	12,93850
Полностью проницаемая граница	16	2,599877	6,75936
Активно вбирающая граница	14	2,279882	5,19786
Активно отдающая граница	19	2,717869	7,38681
Активно сдерживающая граница	14	4,869418	23,71123
Спокойно-нейтральная граница	16	3,515689	12,36007

Для проверки второй гипотезы был проведен корреляционный анализ взаимосвязией по характеристикам психологических границ и уровня суверенности компонентов психологического пространства (таб. № 6).

Таблица 6. Взаимосвязи групп по характеристикам психологических границ и уровня суверенности компонентов психологического пространства

	Spearman	t(N-2)	p-level
Группа & Суверенность физ.тела	0,241003	2,047717	0,044453
Группа & Суверенность территории	0,247290	2,104573	0,039027
Группа & Суверенность личных вещей	0,259844	2,218944	0,029831
Группа & Суверенность привычек	0,296555	2,560648	0,012673
Группа & Суверенность соц. связей	0,180098	1,509810	0,135725
Группа & Суверенность ценностей	0,169449	1,417813	0,160812
Группа & Суверенность психологического пространства	0,298748	2,581428	0,012000

Приведенные данные показывают, что принадлежность к группе по характеристикам психологических границ имеет значимые корреляционные связи с суверенностью тела, территории, личных вещей, привычек и психологического пространства в целом.

Для интерпретации полученных взаимосвязей был использован кросстабуляционный анализ (таб. № 7), позволяющий проанализировать сочетаемость этих двух показателей.

Таблица 7. Сочетаемость принадлежности к группе по характеристикам психологических границ и степени суверенности психологического пространства личности

		1 группа	2 группа
Суверенность физического тела	Низкие	9	5
	Средние	23	19
	Высокие	4	10
Суверенность территории	Низкие	9	8
	Средние	22	14
	Высокие	5	12

Суверенность личных вещей	Низкие	10	5
	Средние	20	21
	Высокие	6	8
Суверенность привычек	Низкие	10	5
	Средние	24	21
	Высокие	2	8
Суверенность социальных связей	Низкие	7	6
	Средние	13	9
	Высокие	16	19
Суверенность ценностей	Низкие	3	6
	Средние	31	24
	Высокие	2	4
Суверенность психологического пространства	Низкие	4	3
	Средние	29	21
	Высокие	3	10

Представленные данные позволяют сделать вывод, что представители первой группы дали больше низких значений по всем компонентам психологического пространства, кроме ценностей, по сравнению со второй группой. Из этого можно сделать вывод, что у людей, находящихся в процессе формирования психологических границ, суверенность психологического пространства ниже.

Для проверки третьей гипотезы о наличии связи типа защитно-совладающего поведения с особенностями психологического пространства был проведен корреляционный анализ этих переменных, не выявивший, однако значимых взаимосвязей.

Тогда, для выявления некоторых тенденций к взаимосвязям, нами был проведен кросстабуляционный анализ (таб. № 8).

Таблица 8. Сочетаемость групп по характеристикам границ и типам защитно-совладающего поведения

	Группа, находящаяся в процессе формирования границ	Группа с хорошо сформированными границами
Высоконапряженный тип	22	24
Низконапряженный тип	14	10

Полученные данные показывают, что для большинства респондентов, находящихся в процессе формирования психологических границ, и с низкой суверенностью компонентов психологического пространства

более характерен низконапряженный тип защитно-совладающего поведения. В то время как, респонденты с хорошо сформированными границами и с высокой суверенностью психологического пространства, используют высоконапряженный тип защитно-совладающего поведения. Из этого можно сделать вывод, что отсутствие четких психологических границ снижает сензитивность к ощущениям вторжения в психологическое пространство и препятствует своевременному «включению» механизмов психологических защит.

Выводы.

1. Междупсихологическими защитами и копинг-стратегиями существует взаимосвязь, позволяющая выделить два типа защитно-совладающего поведения, а именно высоко- и низконапряженный типы.

2. Отсутствие четко сформированных психологических границ снижает суверенность компонентов психологического пространства личности и уменьшает сензитивность к ощущениям вторжения в это пространство, препятствуя своевременному «включению» механизмов психологических защит.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Леви, Т. С. (2008) Пространственно-телесная модель развития личности // Психологический журнал. № 1. С. 23–33.

Леви, Т. С. (2009) Динамика психологических границ в процессе личностно-развивающей работы, основанной на телесном движении // Культурно-историческая психология. № 1. С. 36–41.

Нартова-Бочавер, С. К. (1997) «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. № 5, Т. 18. С. 20–30.

Нартова-Бочавер, С. К. (2004) Опросник «Суверенность психологического пространства» — новый метод диагностики личности // Психологический журнал. № 5 (сентябрь-октябрь). С. 77–89.

Нартова-Бочавер, С. К. (2008) Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии. СПб. : Питер. 400 с.

Дата поступления: 15.04.2017.

Олейник Оксана Юрьевна — магистр психологии, аспирант кафедры общей психологии и истории психологии Московского гуманитарного университета; ведущий специалист отдела социального развития Управления по работе с персоналом Администрации ООО «Газпром газнадзор». Адрес: 119415, Россия, г. Москва, пр-т Вернадского, д. 41, стр. 1. Тел.: +7 (495) 701-78-07; +7 (909) 623-01-01. Эл. адрес: wildangel2703@yandex.ru

Коренкова Наталья Евгеньевна — кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии и истории психологии Московского гуманитарного университета. Адрес: 111395, Россия, г. Москва, ул. Юности, д. 5. Тел: +7 (499) 374-67-20; +7 (909) 163-44-73. Эл. адрес: korenkova75@mail.ru

Oleynik Oksana Yurievna, Master of Psychology, Postgraduate Student, Department of General Psychology and History of Psychology, Moscow University for the Humanities; Leading Expert, Department of Social Development, Human Resources Department, "Gazprom Gaznadzor" Ltd. Postal address: 41, Bldg. 1, Vernadskogo Ave., Moscow, Russian Federation 119415. Tel.: +7 (495) 701-78-07; +7 (909) 623-01-01. E-mail: wildangel2703@yandex.ru

Korenkova Natalia Evgenievna, Candidate of Psychology, Associate Professor, Department of General Psychology and History of Psychology Moscow University for the Humanities. Postal address: 5, Yunosti St., Moscow, Russian Federation 111395. Tel.: +7 (499) 374-67-20; +7 (909) 163-44-73. E-mail: korenkova75@mail.ru

Для цитирования:

Олейник О. Ю., Коренкова Н. Е. Взаимосвязь защитно-совладающего поведения с особенностями психологического пространства личности [Электронный ресурс] // Научные труды Московского гуманитарного университета. 2017, № 2. URL: <http://journals.mosgu.ru/trudy/article/view/449> (дата обращения: дд.мм.гг.). DOI: 10.17805/trudy.2017.2.3