

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ОСОБЕННОСТИ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ И
КОПИНГОВ У СТУДЕНТОВ, СКЛОННЫХ К АУТОАГРЕССИИ**

АВТОРЕФЕРАТ

Студентки 4 курса 441 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
профиля «Психология образования»
факультета психолого-педагогического и специального образования
Гладких Анастасии Александровны

Научный руководитель:

к.пс.н., доцент



28.05.2020

Н. М. Голубева

подпись

дата

Зав. кафедрой

доктор психол. наук, профессор

Р. М. Шамионов

подпись

дата

Саратов 2020

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. Количество стрессовых ситуаций, с которым сталкивается каждый человек ежедневно, растет. Точно так же растет и потребность в более глубоком исследовании особенностей совладающего поведения (копинг-стратегий) и его взаимосвязи с другими психологическими феноменами, в частности, с психологической защитой, которая всегда была одним из интереснейших механизмов нашей психики. Совладающее поведение и механизмы психологической защиты помогают человеку справиться со стрессовой ситуацией или тревогой, вызванной психотравмирующими обстоятельствами. Однако, может случиться так, что копинг-стратегия, выбранная человеком, окажется дезадаптивной, или сработает деструктивный защитный механизм психики, что приведет к агрессии, направленной субъектом самим на себя. В настоящее время наблюдается значительное увеличение проявлений аутоагрессии, среди молодежи. В какой-то степени — это можно объяснить тем, что в мире происходят кардинальные перемены в различных сферах жизни. Соответственно меняются и требования, которые предъявляются к молодым людям. Все это вызывает у молодежи чувство фрустрации, тревоги, которые при длительном накоплении могут вылиться в аутоагрессивное поведение. Актуальность темы заключается в том, что проблема копингов и механизмов защиты в совокупности с аутоагрессивным поведением малоизученна.

Степень научной разработанности. Интерес к проблеме особенностей механизмов психологической защиты и копинг-стратегий, а также аутоагрессивности в последнее время проявляется у различных представителей отечественных и зарубежных психологических течений, что является свидетельством сложности и значимости данной проблемы.

Проблема аутоагрессивного поведения и социально-психологической адаптации изучалась в различных аспектах рядом исследователей. Например, проблемы мотивации аутоагрессивного поведения изучали зарубежные и российские ученые (А.Г. Амбрумова, В.М. Вроно, Х. Виттчен, С. Канетто, Д. Мосциски, Г.Я. Пилягина, А.А. Реан, В.А. Тихоненко, К.Н. Фейбероу, Э.

Шнейдман и др.). Изучением аффективных состояний, приводящих к аутоагрессивному поведению занимались ученые (Д. Вебер, К.И. Каплан, К. Леонгард, А.Е. Личко, И.В. Полякова, Е. Ренберг, Б. Сэдок, Д. Шафер, К. Шнайдер и др.). Возрастные особенности, связанные с аутоагрессивным поведением, изучали (Л.И. Божович, Б.С. Братусь, А.И. Захаров, С.А. Игумнов, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, Д.И. Фельдштейн, П.М. Якобсон, и др.).

Проблема совладающего поведения рассматривается в трудах таких ученых как А. Биллингс, Р. Лазарус, Р. Моос, З. Фрейд, С. Фолкман, Н. Хаан, Э. Хейм и др. Среди отечественных авторов это Л.И. Анцыферова, А.А. Бородина, Л.Г. Дикая, Р.К. Назыров, С.К. Нартова-Бочавер, Н.А. Сирота, В.И. Сулова, Н.В. Тарабрина, В.М. Ялтонский и др.

Феномен «психологическая защита» в научных исследованиях отражен различными концепциями (А. Адлер, Ф.В. Бассин, А.А. Налчаджян, Р. Плутчик, И.Д. Стойков, Ф. Перлз, З. Фрейд, А. Фрейд, Э. Фромм и др.). Предпринимаются попытки определить и теоретически обосновать единый критерий классификации защиты (Б.Д. Карвасарский, Ф. Перлз, Р. Плутчик, В.А. Ташлыков, А. Фрейд и др.). Рассматривается генезис данного феномена (Г. Блюм, Г.В. Бурменский, Е.М. Грановская, Р.М. Никольская, Е.Т. Соколова, В.В. Столин, А. Фрейд, Е.В. Чумакова, Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстецкий и др.). Функционирование защиты связывается с самосознанием (Ф.В. Бассин, Р. Бернс, Р.С. Панталеон, К. Роджерс, В.В. Столин и др.).

Целью данной работы является выявление особенностей механизмов психологической защиты и копингов у аутоагрессивных студентов.

Объект исследования: аутоагрессия.

Предмет исследования: особенности механизмов психологической защиты и копингов у студентов, склонных к аутоагрессии.

Гипотеза: мы предположили, что механизмы психологической защиты и предпочитаемые копинг-стратегии различаются у студентов, склонных и не склонных к аутоагрессии.

Гипотеза и цель исследования проблемы позволяет сформировать **исследовательские задачи:**

1. провести анализ литературных источников по исследуемой проблеме, уточнить содержание понятий «защитный механизм психики», «копинг-стратегия», «аутоагрессия»;
2. собрать данные, необходимые для эмпирического исследования;
3. в процессе эмпирического исследования выявить особенности механизмов психологической защиты и копингов у студентов, склонных к аутоагрессии.

Методы исследования: для проверки выдвинутой гипотезы и решение исследовательских задач в работе используется комплекс методов, включающий:

1. методы подготовки исследования (теоретический анализ литературы по изучаемой проблеме);
2. методы эмпирического исследования: тестирование;
3. методы обработки и интерпретации эмпирических данных: выявление связи между структурными компонентами системы переменных при использовании корреляционного анализа по методу Пирсона, сравнение двух независимых выборок по U-критерию Манна – Уитни.

Практическая значимость заключается в том, что полученные результаты могут быть использованы как дополнение к теоретическим представлениям о феномене аутоагрессии, копинг-стратегиях и защитных механизмах психики.

Эмпирическую базу составили 104 респондента: 31 – мужского пола (29,8%) и 73 – женского (70,2%). Все испытуемые – студенты очной и заочной формы обучения факультета психолого-педагогического и специального образования, юридического факультета НИУ СГУ им. Н.Г. Чернышевского. Возраст участников исследования 18-24 лет. Средний возраст респондентов – 19,88 лет.

Структура работы: введение; глава 1 – теоретическая, состоящая из трех подразделов; глава 2 содержит описание эмпирического исследования и состоит из двух разделов; заключение; список использованных источников.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Первая глава «Теоретические предпосылки исследования особенностей механизмов защиты, копингов и аутоагрессивного поведения» позволила провести теоретическое исследование по трем основным аспектам.

1. *Механизмы психологической защиты в отечественной и зарубежной психологии.*

Концепция психологических защит была и является одним из наиболее значимых вложений психоанализа в теорию личности и в теорию психологической социализации. Важно отметить, что феномен психологической защиты как научный факт впервые был зафиксирован в парадигме психоаналитических теорий. При этом, отношение к нему до сегодняшних дней остаётся достаточно сложным. Ясно, что определения механизмов защит расходятся, так как содержание понятия во многом определено направлением его операционализации, а непосредственно характер определяется той научной парадигмой, в которой работает исследователь. В этой связи примечателен тот факт, что между авторами нет единых точек зрения о том, сколько же механизмов психологической защиты имеется у человека.

Патопсихологические исследования выявили, что большинство симптомов при неврозах и тяжелых соматических заболеваниях – это неосознаваемые механизмы защиты. Однако, неосознаваемая и неконструктивная защита может быть обнаружена и у здоровых людей, например, при фрустрации.

В ходе изучения психологии стресса, помимо механизмов психологических защит, ученые также рассматривают схожее с ними явление – копинг-поведение. Одним из главных различий этих двух явлений – уровень осознанности каждого из них. Однако, существуют и другие взгляды на различия между копингами и механизмами защиты. В этом случае копинг-поведение определяется не просто как осознанный вариант психологических

защит, но и рассматривается как более общее понятие, включающее в себя и защитные механизмы.

2. Феномен копинг-стратегий, их адаптивные и неадаптивные формы.

Современные психологи в последнее время уделяют гораздо больше внимания стратегиям совладающего поведения в стрессовых, конфликтных и тревожных ситуациях. Прежде всего, это обусловлено тем, что человек прочно связан с ситуациями, являющимися критическими, кризисными или стрессовыми, и должен выработать определенную стратегию для их преодоления. В психологическом сообществе интерес к таким стратегиям появился совсем недавно. Однако в их отношении уже успел сформироваться научный подход. История исследования данного феномена начинается с ученых, занимавшихся психоанализом. Примерно во второй половине двадцатого века область исследований по проблеме копинг-стратегий весьма расширилась. Взгляды ученых на этот феномен с течением времени менялись и появлялись новые мнения и научные работы.

Совладание – это процесс, в котором на разных его этапах субъект использует различные стратегии, иногда даже совмещая их. При этом она считала, что не существует таких стратегий, которые были бы эффективными во всех трудных ситуациях.

В наше время под термином «копинг-стратегии» понимают произвольные и осознанные действия, хотя многие исследователи в области возрастной психологии предпочитают более широкое определение.

В настоящий момент исследователи выделяют три вида копинг-стратегий в соответствии с их адаптивностью: адаптивные, неадаптивные (дезадаптивные), относительно адаптивные.

3. Понятие аутоагрессии и ее основные особенности.

Особая роль в психологии отклоняющегося поведения отдаётся рассмотрению специфических аспектов саморазрушительного поведения личности, включающие в себя намеренную активности личности, направленную на причинение вреда себе, как осознанно, так и бессознательно.

С психологической стороны это находит отражение в психическом или физическом разрушении нормальной жизнедеятельности личности, чаще всего такое поведение, можно отнести к механизмам психологической защиты.

В целом, концепция рассмотрения аутоагрессии, как варианта агрессивного поведения такова: объект и субъект этой агрессии совпадает. В свете анализа исторических данных нельзя с точностью утверждать, что аутоагрессивное поведение является свойством, характерным какому-то конкретному временному промежутку развития общества или определенной социальной группе.

Клинические исследования отечественных психологов, рассматривают аутоагрессию как дезадаптивную стратегию, используемую для выхода из кризисного состояния психики, которая детерминирована специфическими predispositional факторами.

Во второй главе – «Эмпирическое исследование особенностей механизмов психологической защиты и копингов у студентов, склонных к аутоагрессии» мы провели наше исследование в несколько этапов.

На первом этапе мы проанализировали литературу по теме исследования. На основании анализа была определена актуальность исследования, определены предмет и объект исследования, сформулированы его цели и задачи и создана теоретическая основа исследования.

На втором этапе был разработан план исследования и проанализированы ресурсы, необходимые для его проведения, а также подобраны методы и методики проведения исследования.

На третьем этапе была сформирована выборка исследования. Испытуемые участвовали в исследовании на добровольной и анонимной основе. Также, на данном этапе изучались предпочитаемые копинг-стратегии, механизмы психологической защиты и уровень аутоагрессивности респондентов.

На четвертом этапе были проведены статистические расчеты, анализ и интерпретация результатов.

Для выявления особенностей механизмов психологической защиты и копингов у аутоагрессивных студентов все испытуемые были разделены на 2 группы при помощи опросника «Ауто- и гетероагрессия» Е.П. Ильина:

1) аутоагрессивные – склонные к аутоагрессии – те испытуемые, чьи показатели по шкале аутоагрессии были больше, чем по шкале гетероагрессии (53 человека);

2) неаутоагрессивные – испытуемые, которые, согласно результатам опросника, не склонны к аутоагрессии (51 человек).

Проанализировав полученные данные в группе не склонных к аутоагрессии студентов, мы можем сказать, что респонденты, пресекающие переживания, вызванные фрустрирующей ситуацией при помощи логических установок и манипуляций, предпочитают не предпринимать активных действий по разрешению этой ситуации.

Респонденты, в стрессовой ситуации предпочитающие отрицать ее наличие, отвлекающиеся от нее, заменяют решение возникших субъективно более сложных проблем на более простые и доступные в данных обстоятельствах, подвергаясь действию механизма регрессии.

Романтизация суицидального поведения у членов группы, не склонных к аутоагрессии студентов, не заходит дальше мыслей об этом, т.к. им преимущественно свойственно использование адаптивных копинг-стратегий.

Анализ данных аутоагрессивной группы говорит о том, что респонденты, использующие конфронтационную стратегию совладания, при тревоге подвержены действию регрессии. Помимо этого, такие испытуемые склонны смещать объект вымещения своих импульсов на более доступный. Также они сбрасывают напряжение за счет сверхудовлетворения в другой сфере жизни.

Испытуемые, подвергающиеся действию защитного механизма регрессии не склонны преуменьшать значимость проблемы, плохо контролируют свои переживания. Однако они стремятся избежать стрессовую ситуацию путем отвлечения и склонны к аффективному, слишком эмоциональному поведению.

Также у аутоагрессивных студентов есть тенденция к приписыванию своих слабостей или нежелательных черт окружающим, в целом они считают

окружающий их мир враждебным, но не склонны к романтизации суицидального поведения.

Также нам показались интересными корреляционные связи, позволяющие выявить следующие закономерности:

Респонденты, не склонные к аутоагрессии, которые избегают тревогу при помощи неосознанного «перехода» на более ранние стадии либидо, в стрессовой ситуации обращаются за эмоциональной или инструментальной поддержкой социума.

Аутоагрессивные студенты также используют механизм регрессии, однако предпринимают активные действия по решению проблемы самостоятельно.

Также интересно то, что у обеих групп механизм компенсации связан с поиском социальной поддержки.

Сравнительный анализ позволил нам сделать выводы о том, что испытуемые, не склонные к аутоагрессивному поведению, имеют тенденцию к отрицанию проблемы, отвлечению от нее.

Помимо этого, не склонные к аутоагрессии студенты имеют более выраженную отрицательную концепцию собственной личности, испытывают чувство ненужности гораздо чаще, чем аутоагрессивные респонденты.

Испытуемые, не склонные к аутоагрессивному поведению, имеют высокий уровень антисуицидальных тенденций: мысли о «греховности» суицида, чувство ответственности за близких, ценность жизни и т.д.

Интересен тот факт, что использование такого защитного механизма психики, как регрессия, более свойственно людям, не имеющим склонности к аутоагрессивному поведению, несмотря на то, что сама по себе она является деструктивным механизмом защиты.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Одним из самых сложных и важных вопросов, которые поднимались в ходе исследований – в чем принципиальная разница между копинг-стратегиями и защитными механизмами психики. Одним из главных различий этих двух явлений – уровень осознанности каждого из них. Защитные механизмы психики чаще всего остаются неосознанными, копинг-стратегии – наоборот, чаще осознаются и контролируются человеком.

Однако, существуют и другие взгляды на различия между копингами и механизмами защиты. В этом случае копинг-поведение определяется не просто как осознанный вариант психологических защит, но и рассматривается как более общее понятие, включающее в себя и защитные механизмы. Тогда, следуя такой логике, можно сказать, что механизмы психологической защиты – одна из возможных вариаций проявления копинг-стратегий.

Еще одно из принципиальных различий механизмов защиты и копингов в том, что механизмы психологической защиты, находясь на когнитивном полуосознаваемом уровне, обуславливают поведение. Копинг-стратегии сами по себе являются поведенческими актами.

Если говорить о копингах и защитах психики, связывая их еще с одним феноменом – аутоагрессией, то можно сделать следующие выводы:

- некоторые ученые рассматривают аутоагрессию как дезадаптивные психологические защиты (копинг-стратегии), которые возникают у личности в экстремальных или тяжелых жизненных ситуациях, в связи с неспособностью рационального переосмысления изменившейся социальной ситуации;
- защитные механизмы психики тоже могут выступать в роли аутоагрессивного поведения, если являются деструктивными или у личности присутствуют нарушения психического характера;

Для того, чтобы избежать аутоагрессивного поведения и помочь человеку справиться с напряжением, важно узнать, какие причины обуславливают у него возникновение тяги к самоповреждению. Только после рассмотрения индивидуальных причин личности, склонной к аутоагрессии, возможно поставить задачу практического характера, целью которой является достижение

долговременного и стабильного результата предотвращения аутоагрессии либо привести ее в социально приемлемую форму.

Проблема особенностей механизмов психологической защиты и копинг-стратегий в связке с аутоагрессивным поведением малоизученна и представляет большие возможности и поле действия для более глубоких исследований, разработки новых методов и методик работы, чем успешно и занимались как зарубежные психологи, так и отечественные.

В нашем исследовании мы предположили, что механизмы психологической защиты и предпочитаемые копинг-стратегии различаются у студентов, склонных и не склонных к аутоагрессии. В теоретической части данной работы были рассмотрены понятия аутоагрессии, механизмов психологической защиты, а также феномен копинг-стратегий, их адаптивные и неадаптивные формы.

Практическая часть заключалась в описании хода проведения исследования и его результатов.

В результате теоретического и эмпирического исследования по проблеме особенностей механизмов психологической защиты и копингов у студентов, склонных к аутоагрессии, можно сделать следующие выводы:

1. исходя из анализа разных источников, можно с точностью сказать, что существует тесная связь между всеми исследуемыми нами феноменами;

2. у студентов, склонных к аутоагрессии, действительно обнаружены некоторые особенности механизмов психологической защиты и копингов, а именно:

- студенты, использующие конфронтационную стратегию совладания, при тревоге подвержены действию регрессии, замещения и компенсации;

- испытуемые, подвергающиеся действию защитного механизма регрессии не склонны к дистанцированию от проблемы, плохо контролируют свои переживания. Они стремятся избежать стрессовую ситуацию путем отвлечения, слишком эмоциональны;

- также у аутоагрессивных студентов есть тенденция к проецированию своих слабостей или нежелательных черт окружающим, они считают окружающий их мир враждебным, не склонны к романтизации суицидального поведения;

- аутоагрессивные студенты используют механизм регрессии и предпринимают активные действия по решению проблемы самостоятельно в отличие от не склонных к аутоагрессии испытуемых, которые предпочитают обращаться за поддержкой к окружению;

- студенты, склонные к аутоагрессивному поведению, не имеют тенденции к отрицанию проблемы, отвлечению от нее;

- использование такого защитного механизма психики, как регрессия, менее свойственно людям, имеющим склонность к аутоагрессивному поведению.

Таким образом, цель нашего исследования была достигнута, а задачи выполнены, мы проанализировали особенности механизмов психологической защиты и копинг-стратегий у студентов, склонных к аутоагрессии. По результатам исследования гипотеза подтвердилась.