

Введение. Изучение взаимосвязи механизмов психологической защиты и стратегий поведения в конфликтах у будущих педагогов-психологов представляется важным и закономерным, поскольку это основные общепризнанные процессы, обеспечивающие в целом адаптацию к окружающей среде. Актуальность проблемы обусловлена тем, что педагогу-психологу общество отводит роль специалиста, профессиональная деятельность которого предполагает изменение отношений индивида или групп с целью большей их эффективности и субъективной удовлетворенности существованием. Профессиональная деятельность педагогов-психологов характеризуется воздействием значительного числа стрессогенных факторов и предъявляет повышенные требования к стрессоустойчивости и психологическим качествам личности, обеспечивающим стресс-преодолевающее поведение и эффективность в деятельности.

Конфликт как социально-психологический феномен, его сущность, структура и типология изучалась в трудах А. Я. Анцупова, А. И. Шипилова, Н. В. Гришиной, В. П. Ратникова, Н. И. Леонова, Е. А. Родионовой [1] и пр.

Исследованию психологической защиты личности посвящены работы Ф.В. Бассина, Р.М. Грановской, Л.Р. Гребенникова, Б.Д. Карвасарского, Г. Келлермана, Э.И. Киршбаума, Х. Конте, Р. Лазаруса, А.М. Никольской, Р. Плутчика, Е. Романовой, А. Фрейд, З. Фрейда [4] и др.

Объект исследования: механизмы психологической защиты и стратегии поведения в конфликте.

Предмет исследования: взаимосвязь механизмов психологической защиты и выбора стратегий поведения в конфликте.

Цель работы: изучить взаимосвязь механизмов психологической защиты и выбор стратегий поведения студентов в конфликте.

Гипотеза исследования: предполагается, что существует определенная взаимосвязь выбора механизмов психологической защиты и стратегий поведения в конфликте: конструктивные механизмы психологической защиты (компенсация, интеллектуализация) являются основой выбора конструктивных

стратегий поведения в конфликте (сотрудничество, компромисс), деструктивные механизмы психологической защиты (подавление, проекция) способствуют выбору деструктивных стратегий поведения в конфликте (соперничество, избегание).

Задачи исследования:

1. Изучить механизмы психологической защиты и стратегии поведения в конфликте.
2. Определить методики для эмпирического исследования по выбранной теме.
3. Подобрать базу для проведения исследования и осуществить эмпирическое исследование.
4. Проанализировать результаты и выявить взаимосвязь механизмов психологической защиты и стратегий поведения в конфликте.
5. Разработать рекомендации для выбора конструктивных механизмов психологической защиты и стратегий поведения в конфликте.

Методы исследования:

Теоретические методы – анализ специальной литературы;

Эмпирические методы – тестирование, для обработки материала нами были использованы метод определения средних значений, корреляционный анализ.

В процессе проведения исследования были использованы следующие **методики:** методика «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика, Х. Келлермана, методика «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях» К. Томаса, методика «Как вы действуете в условиях конфликта» В. П. Пугачева.

База эмпирического исследования: Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского, студенты в количестве 60 человек. Выборку составили студенты 1-4 курсов.

Практическая значимость исследования связана с разработанными на его основе рекомендациями, которые могут быть использованы будущими педагогами-психологами с целью конструктивного общения и взаимодействия.

Структура ВКР общим объемом 63 страницы, состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

Основное содержание работы. В первой главе «Теоретические основы изучения механизмов психологической защиты личности и стратегий поведения в конфликте» изложено теоретическое исследование по трем основным аспектам.

В параграфе 1.1 рассматривается феномен «психологическая защита» в исследованиях различных авторов. В нынешней научной психологии встречаются множество различных терминов, связанных с феноменами защиты: защитные механизмы, психологические защиты, защитные реакции, защитные стратегии, невротические защиты и защитность как свойство личности [8]. Но, при этом, среди множества исследований разных психологов нет общепризнанного мнения по поводу общего количества защитных механизмов, степени их соотношения друг с другом и даже четких представлений о защитах в некоторых ситуациях.

В психологию эти термины впервые были введены австрийским психоаналитиком Зигмундом Фрейдом в 1894 году в его работе «Защитные нейропсихозы». Фрейд пришел к решению о том, что индивид способен выражать два вида различного проявления реакции на малоприятные события. Он может или оставить их в сознании, или изменить подобные условия, сокращая их диапазон [12].

Позиция Анны Фрейд существенно не отличается от позиции Зигмунда Фрейда. Ее главной заслугой считаются старания в создании целой абстрактной концепции механизмов защиты. Отметим, что именно А. Фрейд представляет первое детальное определение механизмов защиты: Механизмы защиты – это работа «Я», которая наступает, если «Я» подвергается излишней деятельности мотивов или же определенных аффектов, предполагающие наличие для него угрозы. Они действуют автоматически и противоречат сознанию [8].

Из числа российских ученых огромное достижение в исследовании проблем защитных механизмов с позиции концепции убеждения привнес Ф. В.

Бассин. Он акцентировал внимание на том, что основное в защите разума от разрушающих его воздействий нервного потрясения – это снижение личностной важности болезненного обстоятельства. По мнению Ф. В. Бассина, а также согласно взглядам остальных ученых, таких как, Е. Т. Соколова, А. А. Налчаджян, Б. В. Зейгарник, В. К. Мягер и др., психологическая защита считается обычным, ежедневно функционирующим механизмом сознания социума [10].

Согласно следующим ученым, – В. С. Ротенберг, В. А. Ташлыков, Ф. Е. Василюк, – психологическая защита является несомненно малоэффективной, травмирующим способом разрешения. Такие исследователи как В. А. Ташлыков, В. С. Ротенберг, Ф. Е. Василюк и др., считают психологическую защиту однозначно непродуктивным, вредоносным средством решения внутреннего и внешнего разногласия. Из числа исследователей данного течения известна концепция о том, что механизмы защиты сдерживают приемлемое формирование личности, ее так сказать «динамичный поиск», «личную активность», склонность к «персонализации», «выход на новую ступень регуляции и взаимодействия с окружающим миром» [11].

В параграфе 1.2 описываются основные механизмы психологической защиты. Защитные механизмы в зависимости от ситуации могут быть как положительным, так и отрицательным способами преодоления стресса. В одном случае человек легко перенесет стресс и сохранит взаимоотношения, а в другом он будет уходить от негативных переживаний или оправдывать аморальное поведение. Для того чтобы человеку понять почему он поступает так или иначе в различных ситуациях нужно уметь распознавать механизмы защиты [5].

Многие авторы выделяли собственные классификации механизмов защиты, но единой общепринятой не существует. Однако, большая часть психологов признают следующие 10 основных механизмов психологической защиты: вытеснение (подавление), регрессия, проекция, рационализация,

интеллектуализация, реактивное образование, отрицание, замещение, сублимация, идентификация, изоляция [13].

В параграфе 1.3 рассматривается понятие конфликта и основные стратегии поведения в конфликте. Конфликт – это столкновение несовместимых, противоположно направленных тенденций в сознании человека, в межгрупповых и межличностных отношениях, согласованное с острыми негативными переживаниями [3].

Для того чтобы понять сущность конфликта, как социального феномена (присущего только людям и их объединениям), выделим два важных и необходимых обстоятельства его появления:

1) Конфликт постоянно содержательно появляется на базе несовместимых суждений или мотивов. Наличие таких суждений или же мотивов считается важным обстоятельством появления конфликта;

2) Конфликт постоянно (по форме) предполагает противостояние конфликтующих сторон, которое выражается в нанесении обоюдного вреда (материального, морального, физиологического, психологического) [2].

Структура конфликта содержит в себе конфликтующие стороны, предмет противостояния, образ конфликтной ситуации, позиции противоборствующих сторон и мотивы конфликта.

Стратегии поведения в конфликте могут быть конструктивными (соперничество, компромисс, приспособление) и деструктивными (соперничество, избегание). При выборе стратегии учитываются две главные ситуации: субъект старается защитить в споре свои личные интересы; субъект при разрешении конфликта предусматривает интересы других людей.

Следует отметить, что ни одна из пяти стратегий поведения в конфликтном взаимодействии не считается наилучшей – любая из них по отдельности может привести к положительному итогу, когда применяется в соответствии с определенными событиями. Личность, обладающая всеми стратегиями и умеющая их использовать по предназначению, будет более успешной во взаимодействии и в жизни. Наоборот, в случае, когда индивид

пользуется преимущественно лишь некоторыми из стратегий, то у него могут появиться серьезные затруднения, так как разностороннего способа реагирования нет [6].

Во второй главе «Эмпирическое исследование взаимосвязи механизмов психологической защиты и стратегий поведения в конфликте у студентов» изложены организация и методики исследования, анализ и интерпретация полученных результатов, а также представлены рекомендации.

В параграфе 2.1 описаны организация и методики эмпирического исследования. С целью выявления взаимосвязи механизмов психологической защиты и выбора стратегий поведения студентов в конфликте было проведено исследование на базе психолого-педагогического факультета СГУ им. Чернышевского. В нем приняли участие 60 студентов в возрасте от 18 до 22 лет.

В процессе эмпирического исследования нами был применен метод тестирования – использовались методики выявления основных механизмов психологической защиты и определения стратегии поведения в конфликте.

Для обработки материала нами были использованы метод определения средних значений, корреляционный анализ Пирсона.

Этапы исследования:

1. Подготовка диагностического материала и проведение процедуры исследования.

2. Обработка эмпирического материала и его количественный анализ.

3. Качественный анализ и интерпретация полученных результатов.

4. Разработка рекомендаций на основании полученных результатов.

Для выявления основных механизмов защиты у студентов-психологов была использована методика «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика, Х. Келлермана.

Для определения стратегии в конфликтной ситуации студентов-психологов использовались следующие методики: «Стратегии поведения в

конфликтных ситуациях» К. Томаса, «Как вы действуете в условиях конфликта» В. П. Пугачева.

В параграфе 2.2 предоставлен анализ и интерпретация полученных результатов. В таблицах представлены средние показатели по методикам «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика, Х. Келлермана, «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях» К. Томаса, «Как вы действуете в условиях конфликта» В. П. Пугачева. На основе этих данных для наглядности построены столбчатые диаграммы. Также был произведен расчет статистических показателей, полученных данных. Для определения существующих в выбранной группе испытуемых взаимосвязей между исследуемыми показателями был проведен корреляционный анализ.

В параграфе 2.3 представлены рекомендации для выбора конструктивных механизмов психологической защиты и стратегий поведения в конфликте для студентов. Механизмы психологической защиты и стратегии поведения в конфликте играют важную роль в социальном взаимодействии и общении. Для того чтобы общение и взаимодействие было более эффективным необходимо уметь использовать конструктивные механизмы психологической защиты и стратегии поведения в ситуациях конфликта.

Для формирования конструктивной психологической защиты предлагается три способа: изменение поведения, эмоциональная проработка, познание.

1. К изменению поведения относят всевозможные поведенческие стратегии снятия источника напряжения, вызванного внешними и внутренними обстоятельствами.

2. Эмоциональная проработка подразумевает эмоциональную разрядку с целью снятия источника напряженности или же с целью поиска социальной поддержки.

3. Познание отличительных черт психологической защиты может помочь оптимально организовать личный опыт, сознательно формировать новые

стратегии и изменять прежние, то есть делать свое поведение более конструктивным.

Знание механизмов психологической защиты создает для человека более обширное жизненное пространство, четкое представление форм проявления и причин возникновения защиты, но кроме этого корни стандартов и предубеждений, дает возможность посмотреть на себе более обдуманно, быть раскрепощенным, способным к творчеству.

Подобные стратегии формирования конструктивной психологической защиты упрощают включение в систему взглядов о действительности, новых адекватных способов поведения, реализовывать его подстройку и корректировку.

Преодоление болезненной психологической защиты разрешает за счет конкретных модификаций состояния сознания снять характерные для человека ограничения мышления и приобрести вспомогательные возможности для творчества.

Когда вы находитесь в конфликтном противоборстве, для эффективного разрешения проблемы нужно выбрать и определенную стратегию поведения. При этом следует помнить, что должны учитываться не только собственный стиль поведения, но и стиль других людей, включенных в данный конфликт, а также природу самого конфликта. По значению стиль поведения в конфликте совпадает со способом его разрешения.

Каждый человек должен уметь эффективно применять каждую из пяти стратегий поведения, осознанно делать тот или иной выбор, принимая во внимание определенные условия. Наилучший подход будет складываться из конкретной ситуации и из индивидуально-психологических особенностей конкретного напарника по взаимодействию.

Предпочитать одни стратегии другим – естественно, однако строгое преимущество способно ограничить возможности человека. Следовательно, важно определить для себя приоритеты, а также допустимые альтернативные

варианты. Это даст возможность быть более свободным в выборе при столкновении с конкретными конфликтными ситуациями.

Заключение. Психологическая защита – это бессознательные процессы, происходящие в психике, направленные на минимизацию воздействия негативных переживаний. Защитные механизмы – основа процессов противодействия. Как концепция психологическая защита впервые была озвучена Зигмундом Фрейдом, который изначально имел в виду, прежде всего, вытеснение (активное, мотивированное устранение чего-либо из сознания).

К функциям психологических защит относят охрану психического здоровья людей, защиту их «Я» от влияния стресса, напряжения, отрицательной, травмирующей информации, от противоборства, которое приводит к ухудшению здоровья. Минимизируя такой конфликт, механизмы защиты регулируют поведение человека, повышая его адаптационные способности [9].

Как раз таки в настоящее время в социуме прослеживается тенденция повышения напряженности, увеличения конфликтности и агрессивности в поведении молодых людей. Молодое поколение зачастую вступают в неформальные объединения, переживают изменение ценностных ориентаций, которые непосредственно приводят к конфликтам, но кроме этого происходит ломка общепринятых стандартов поведения. Как известно, конфликт – это неотъемлемая часть жизни современного общества. Любое общество, любая социальная группа способна в той или иной мере поддаваться конфликтам. Но вот как этот конфликт будет разрешен зависит от выбора стратегии поведения и механизмов защиты личности [7].

Таким образом, механизмы психологической защиты и стратегии поведения в конфликте играют значительную роль в межличностном взаимодействии и общении.

С целью изучения взаимосвязи механизмов психологической защиты и стратегий поведения в конфликте нами было проведено эмпирическое исследование.

В ходе данного исследования мы получили результаты, благодаря которым, можно сделать вывод о том, что в нашей выборке выраженными механизмами психологической защиты являются отрицание и интеллектуализация, а преобладающими стратегиями поведения в конфликте – сотрудничество, компромисс и приспособление.

Для выявления взаимосвязей был использован корреляционный анализ Пирсона, в ходе которого, были получены статистически значимые связи между механизмами психологической защиты и стратегиями поведения в конфликте: отрицательная связь подавления с сотрудничеством и положительная с избеганием, положительная связь проекции с соперничеством и отрицательная с приспособлением, положительная связь замещения с соперничеством и отрицательная с приспособлением, отрицательная связь интеллектуализации с соперничеством и положительная с сотрудничеством, положительная связь подавления с «Акулой» (соперничеством), положительная связь компенсации с «Совой» (сотрудничеством). Следовательно, доказана гипотеза о том, что конструктивные механизмы психологической защиты (компенсация, интеллектуализация) являются основой выбора конструктивных стратегий поведения в конфликте (сотрудничество, компромисс), деструктивные механизмы психологической защиты (подавление, проекция) способствуют выбору деструктивных стратегий поведения в конфликте (соперничество, избегание).

На основании результатов нашего исследования были разработаны рекомендации для выбора конструктивных механизмов психологической защиты и стратегий поведения в конфликте для студентов.

Резюмируя все вышесказанное, мы приходим к выводу о том, что цели и задачи достигнуты, гипотеза подтверждена. Можем утверждать, что существует взаимосвязь механизмов психологической защиты и выбора стратегий поведения студентов в конфликте.

Список использованных источников

1. Анцупов А.Я. Конфликтология: учебник для вузов / А.Я. Анцупов, А.И. Шипилов. – М.: Юнити, 2011. – 551 с.
2. Громова О.Н. Конфликтология: курс лекций / О.Н. Громова. – М.: ЭКМОС, 2001.
3. Ефремова Т.Ф. Толковый словарь. «Конфликтность ж.» [Интернет-ресурс] <http://www.edudic.ru/search/>
4. Журбин В. И. Понятие психологической защиты в концепциях З. Фрейда и К. Роджерса // Вопросы философии, 1990, № 4. с. 14-21.
5. Защитные механизмы личности: Методические рекомендации / Сост. В. В. Деларю. Волгоград, 2004. – 48 с.
6. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. – СПб.: Питер, 2009.
7. Конфликты и взаимодействия / авт.-сост.: А.В. Комарова, О.М. Ольшевская. – Минск: Красико-Принт, 2008. – 125 с.
8. Креч, Д. Фрустрация, конфликт, защита / Д. Креч, Р. Кратчфилд, Н. Ливсон // Психология состояний: хрестоматия / ред. А.О. Прохоров. – М.: Пер Сэ; СПб.: Речь, 2004. – С. 422-431.
9. Кружкова О.В., Шахматова О.Н. Психологические защиты личности [Текст]: Учебное пособие. – Екатеринбург: Изд-во РГППУ, 2006. – 153 с.
10. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Эксмо, 2010. – 368 с.
11. Самосознание и защитные механизмы личности / Под ред. Д. Я. Райгородского Самара, 2003. – 656 с.
12. Фрейд З. Психологические сочинения т. 4 // Острота и ее отношение к бессознательному, М., Фирма СТД, 2006. – 335 с.
13. Фрейд З. Я и Оно: Сочинения. – М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 1999. – 1040 с.