

СТРУКТУРА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ И ЕЕ ВЗАИМОСВЯЗЬ С УРОВНЕМ СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЛЯ СТУДЕНТОВ 1-2 КУРСОВ

Павлуныкина Л.М., Мамонова Е.Б.

В статье подчёркивается важность исследования взаимосвязи между способами психологической защиты студентов и их индивидуальным уровнем субъективного контроля, который оказывает воздействие на разные аспекты психической деятельности и поведенческих реакций. Это обусловлено тем, что в процессе адаптации к учёбе, который падает на 1-2 курсы, студенты задействуют различные механизмы психологической защиты, способные негативно сказываться на эффективности освоения новых условий образовательного процесса и жизнедеятельности в вузе. Статья содержит описание результатов исследования, в рамках которого обнаружены статистически значимые корреляционные связи между уровнем субъективного контроля и механизмами психологической защиты, используемыми студентами. Выявлено, что студенты с низким уровнем интернальности (экстерналы) чаще прибегают к использованию примитивных механизмов защиты, таких как отрицание, регрессия, подавление и проекция.

Ключевые слова: студенты, механизмы психологической защиты, примитивные и зрелые механизмы защиты, уровень субъективного контроля, интерналы, экстерналы, взаимосвязь

THE STRUCTURE OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION AND ITS RELATIONSHIP WITH THE LEVEL OF SUBJECTIVE CONTROL OF STUDENTS OF 1-2 COURSES

Pavlunkina L.M., Mamonova E.B.

The article emphasizes the importance of studying the relationship between the methods of psychological protection of students and their individual level of subjective control, which affects various aspects of mental activity and behavioral reactions. This is due to the fact that in the process of adapting to studies, which falls on 1-2 courses, students use various psychological defense mechanisms that can negatively affect the effectiveness of mastering the new conditions of the educational process and life at the university. The article describes the results of a study that revealed statistically significant correlations between the level of subjective control and the psychological defense mechanisms used by students. It has been revealed that students with a low level of internality (externals) are more likely to resort to using primitive defense mechanisms such as denial, regression, suppression and projection.

Key words: students, psychological defense mechanisms, primitive and mature defense mechanisms, level of subjective control, internals, externals, interrelation

Введение

В результате анализа научных работ и публикаций мы можем утверждать, что на сегодняшний день в науке наблюдается нехватка исследований, подробно рассматривающих взаимозависимость между защитными механизмами, применяемыми людьми бессознательно для приспособления к жизненным обстоятельствам, и типичным для них уровнем субъективного контроля, влияющим на различные стороны психической активности и поведенческие реакции индивидов.

По нашему мнению, поскольку успешность обучения в университете тесно связана с личностными качествами студента и его способностью приспосабливаться к новым условиям, особенно

актуальным представляется исследование взаимосвязей между механизмами психологической защиты и типом субъективного контроля среди студентов.

Психологическая защита представляет собой комплекс механизмов, используемых личностью для поддержания психологического равновесия и предотвращения дестабилизации, вызванной травмирующими или дискомфортными переживаниями, связанными с внутренними противоречиями и внешними стрессорами [3].

Механизмы психологической защиты играют двойственную роль: с одной стороны, они способствуют преодолению внутреннего конфликта и успешной адаптации к сложившимся обстоятельствам, а с другой стороны, могут оказывать негативное воздействие, если используются примитивные (незрелые) механизмы защиты [5].

Концепция защитных механизмов, различающихся по уровню зрелости, широко обсуждается в современной научной литературе. Однако, аналитические подходы к этой теме демонстрируют отсутствие единого мнения в понимании того, какие защиты считать примитивным, а какие зрелыми. Наиболее распространенной классификацией защит по критерию примитивности-зрелости, используемой на практике, является та, которую предложил Р.Плутчик. Ученый пришел к выводу, что наиболее зрелыми механизмами защиты являются замещение, компенсация, гиперкомпенсация (реактивное образование) и интеллектуализация, представляющие более высокие уровни личностного развития. Отрицание, проекция, регрессия и подавление рассматриваются как примитивные защитные механизмы, а человек, прибегающий к ним, воспринимается как недостаточно развитый в эмоциональном и личностном плане [6].

Особенно важным этапом адаптации студентов к высшей школе считается первый учебный год, так как именно в этот период возможно возникновение различных проблем, обусловленных процессом приспособления [9]. В период адаптации к новой учебной среде студенты активно применяют разнообразные способы психологической защиты, которые иногда приводят к нежелательным последствиям, затрудняя успешную интеграцию в условия высшего учебного заведения [8].

Одним из ключевых качеств личности выступает способность самостоятельно ставить цели, активно действовать ради их достижения и осознанно воспринимать себя ответственным за ход собственной жизни и обстоятельства, с которыми сталкивается человек [1].

Среди различных понятий, используемых современной психологической наукой для изучения активной позиции человека, особенно актуальным сегодня считается термин «интернальность» [7]. Это качество отражает уровень субъективного контроля (локус контроля в терминологии зарубежной психологии) и находится в тесной связи с уровнем развития личной ответственности.

Тем самым, различия между людьми заключаются в том, насколько они ощущают своё влияние на важные события своей жизни, определяя источник такого контроля внутри себя или вне себя.

Выделяют две формы локализации контроля, или локуса контроля: экстернальную и интернальную. Человек с экстернальным типом склонен считать, что события в его жизни обусловлены внешними факторами, такими, например, как случай или другие люди. Напротив, индивид с интернальной ориентацией воспринимает ключевые события как следствие собственного поведения и усилий. Субъективное восприятие уровня контроля способно меняться у одного и того же человека в зависимости от оценки ситуации как трудной или лёгкой, позитивной или негативной и др. [2]. Иначе говоря, локус контроля отражает степень ощущения человеком своего влияния на события жизни — насколько он воспринимает себя самостоятельным творцом происходящего вокруг либо пассивной жертвой внешних сил и случайных обстоятельств [10].

Особенно важным субъективный контроль становится во время учебы в университете, так как именно здесь человек учится самостоятельно формулировать цели личного и профессионального характера, осознанно управлять своим поведением и деятельностью [4].

Материалы и методы

Цель настоящей работы состояла в исследовании структуры психологической защиты и уровня субъективного контроля у студентов 1-2 курсов. В рамках нашего исследования мы предположили, что существует связь между типом субъективного контроля и проявлением тех или иных механизмов психологической защиты у студентов, и, в частности, вероятно, что студенты с высоким уровнем интернальности (интерналы) в большей степени склонны прибегать к зрелым механизмам психологической защиты (замещение, компенсация, интеллектуализация и реактивное образование), а студенты с низким уровнем интернальности (экстерналы) в большей степени склонны использовать примитивные механизмы защиты (отрицание, регрессия, подавление, проекция).

Практическое исследование проводилось на базе НГПУ им. К.Минина. Объем выборки составил 69 студентов 1-2 курсов. Пол не являлся фактором, учитываемым в этом исследовании, ввиду этого, выборка не разбивалась по признаку пола. Для исследования использовали Опросник «Индекс жизненного стиля» разработанный Р. Плутчиком в соавторстве с Г.Келлерманом и Х.Контом (в модификации Е.С.Романовой и Л.Р.Гребенникова). С его помощью подсчитывали иерархию механизмов психологической защиты. Для изучения локуса контроля использовали Опросник «Уровень субъективного контроля» (в модификации Е. Ф. Бажина, Е. А. Голынкиной, Л. М. Эткинда), с помощью которого исследовали обобщенный показатель общей интернальности, а также показатели

интернальности, характеризующие уровень субъективного контроля в таких сферах, как: область достижений и неудач, семейные отношения, производственные отношения (для студента этими отношениями являются взаимодействия преподавателя со студентом и студента с результатами собственного учебного труда), межличностные отношения и отношения здоровья.

Результаты исследования

Исследование показало, что первые три места в структуре психологической защиты занимают такие механизмы как: отрицание (15,7%), регрессия (15,7%), интеллектуализация (15,7%). В меньшей степени встречается компенсация (11,8%), проекция (11,8%), замещение (9,8%), подавление (9,8%) и реактивное образование (гиперкомпенсация) (9,7%). Анализ результатов исследования показателей уровня субъективного контроля позволяет констатировать, что у студентов всей выборки преобладает экстернальный локус контроля. По всем семи шкалам выявлены низкие показатели уровня субъективного контроля. Это означает, что учащиеся не осознают зависимость важных жизненных событий от собственных усилий, сомневаются в способности управлять такими связями и склонны воспринимать происходящее скорее как следствие стечения обстоятельств или решений окружающих.

Следующим этапом планировалось разделить участников на две группы исходя из общего показателя интернальности (интерналов и экстерналов), чтобы изучить специфику применения ими механизмов психологической защиты в зависимости от уровня субъективного контроля. Тем не менее, полученные данные показали, что все испытуемые обладают экстермальным локусом контроля, вследствие чего относятся исключительно к категории экстерналов. Таким образом, ввиду отсутствия представителей другой группы дальнейшее изучение механизмов психологической защиты было проведено только среди респондентов с экстермальным уровнем субъективного контроля.

С целью проверки взаимосвязей между показателями уровней интернальности и степенью выраженности каждого из механизмов психологической защиты использован коэффициент корреляции Спирмена, в результате чего обнаружены статистически значимые связи. Исследование полученных данных выявило, что у студентов общая интернальность образует положительную умеренную связь с регрессией ($r=+0,427$ при $p\leq 0,001$), с компенсацией ($r=+0,335$ при $p\leq 0,005$), с проекцией ($r=+0,317$ при $p\leq 0,008$), с реактивным образованием ($r=+0,319$ при $p\leq 0,008$), интернальность в области достижений образует положительную слабую связь с отрицанием ($r=+0,260$ при $p\leq 0,031$), интернальность в области неудач образует отрицательную умеренную связь с отрицанием ($r=+0,324$ при $p\leq 0,007$), положительную умеренную связь с регрессией ($r=+0,435$ при $p\leq 0,001$), компенсацией ($r=+0,334$ при $p\leq 0,005$), проекцией ($r=+0,410$ при $p\leq 0,001$), реактивным образованием ($r=+0,348$ при $p\leq 0,003$) и

положительную слабую связь с замещением ($r=+0,243$ при $p \leq 0,044$), интернальность в семейных отношениях образует положительную умеренную связь с регрессией ($r=+0,351$ при $p \leq 0,003$), с компенсацией ($r=+0,323$ при $p \leq 0,007$), с проекцией ($r=+0,377$ при $p \leq 0,001$) и положительную слабую связь с реактивным образованием ($r=+0,270$ при $p \leq 0,025$), интернальность в области производственных отношений образует положительную умеренную связь с проекцией ($r=+0,313$ при $p \leq 0,009$) и положительную слабую связь с реактивным образованием ($r=+0,299$ при $p \leq 0,013$), интернальность в межличностных отношениях образует положительную слабую связь с регрессией ($r=+0,249$ при $p \leq 0,039$). Иначе говоря, при увеличении уровня общей интернальности имеется тенденция у студентов чаще прибегать к регрессии - защитному механизму, характеризующемуся возвратом к инфантильным поведенческим паттернам, создающим чувство безопасности и психологического комфорта, проекции, предполагающей перенесение собственных отрицательных качеств на окружающих, компенсации, при которой человек восполняет собственные реальные либо мнимые недостатки путем усиленного развития других качеств или способностей, реактивному образованию (гиперкомпенсации), при котором происходит преобразование одной эмоции на прямо противоположную. При повышении уровня интернальности в области достижений наблюдается тенденция чаще применять примитивный защитный механизм отрицания, выражающийся в непринятии информации, расходящейся с внутренними убеждениями человека. При увеличении уровня интернальности в области неудач имеется тенденция у студентов реже прибегать к отрицанию и чаще к регрессии, проекции, компенсации, гиперкомпенсации и замещению, при котором человек снижает уровень напряжения, перенаправляя агрессивные импульсы на менее защищенную личность, предмет или собственное «я». При увеличении уровня интернальности в области семейных отношений имеется тенденция у студентов чаще прибегать к регрессии, проекции, компенсации и гиперкомпенсации. При увеличении уровня интернальности в производственных отношениях имеется тенденция чаще прибегать к проекции и гиперкомпенсации. Если повышается уровень интернальности в области межличностных отношений, то имеется тенденция в большей степени прибегать к регрессии.

Обсуждение и заключение.

Итоги проведенного исследования дают возможность сформулировать следующие заключения. Все участвовавшие в опросе студенты демонстрируют склонность перекладывать ответственность за события своей жизни на внешние обстоятельства, видя их истоки в действиях окружающих, влиянии среды, везении или стечении обстоятельств.

В свою очередь, у студентов в большей степени выражены такие механизмы психологической защиты, как отрицание, регрессия и интеллектуализация. Это значит, что наряду с развитым

механизмом интеллектуальной переработки конфликтной или фрустрирующей ситуации, студенты часто прибегают к таким неэффективным механизмам психологической защиты, как отрицание - отказ принять реальность неприятного события, и регрессия. Доля примитивных защит (отрицание, регрессия, подавление, проекция) в общей напряженности структуры психологической защиты составляет 53%. Полученные результаты позволяют сделать вывод, что студентам с экстернальным локусом контроля характерны преимущественно незрелые защитные механизмы, которые могут негативно сказываться на их адаптационных возможностях и затруднять успешное освоение новых условий учебы и студенческой жизни. Вместе с тем обнаружены статистически значимые корреляционные связи между уровнем субъективного контроля и механизмами психологической защиты. Наша гипотеза подтвердилась частично.

Данная работа включает материалы, которые, на наш взгляд, окажутся полезными для последующих исследований, посвящённых изучению механизмов психологической защиты среди студентов. Перспективным направлением наших исследований мы считаем разработку программы повышения уровня субъективного контроля у студентов в ходе образовательного процесса в университете.

Список использованных источников

1. Бажин, Е. Ф., Голынкина, Е. А., Эткинд, А. М. Метод исследования уровня субъективного контроля // Психологический журнал. - 1984. - Т. 5. - Выпуск №3. - С. 152-162.
2. Бокова, О. А. К вопросу о теоретических основах изучения психологических феноменов ответственности и локуса контроля // МНКО. - 2014. - №5 (48). - С.181-183.
3. Головин С. Ю. Словарь психолога-практика / С.Ю. Головин. - [2-е изд., перераб. и доп.]. - Минск: Харвест, 2001. – 975. с. 22. - (Библиотека практической психологии). - ISBN 985-13-0608-8.
4. Горская, Н. Е., Глызина, В. Е., Федорюк, А. В. Исследование особенностей уровня субъективного контроля студентов в образовательном пространстве вуза // КПЖ. - 2019. №2 (133). - С.119-124.
5. Грановская, Р.М. Психологическая защита. -СПб.: Речь, 2010. - 476 с.
6. Долгова В.И., Кондратьева О.А. Психологическая защита / монография. – М.: Издательство Перо, 2014. – 160 с.
7. Карась, Д.В. Теоретико-методологические подходы к пониманию интернальности как психологического феномена // СПЖ. - 2017. - №64. - С.24-48.

8. Корнилова, А.А. К вопросу изучения экстернальности-интернальности у современных студентов. Психология, социология и педагогика. 2012. № 5. - URL: <https://psychology.snauka.ru/2012/05/632> (дата обращения: 25.04.2025).
9. Морозова, Л.Б., Шевченко, М.С. Особенности психического состояния студентов-первокурсников в период адаптации к обучению в ВУЗе // Нижегородский психологический альманах. - 2024. - № 1. URL: psykaf417.esrae.ru/ru/39-454 (дата обращения: 18.05.2025).
10. Нурлыбаева, А. А. Особенности психологической защиты у современных студентов // Вестник науки. - 2025. - №3 (84). - С.326-335.

Мамонова Елена Борисовна, кандидат психологических наук, доцент кафедры практической психологии, факультета психологии и педагогики, ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный педагогический университет им. К.Минина», тел. 89107955615, email: meb800@mail.ru

Павлункина Лидия Михайловна, магистрант, НГПУ имени К. Минина, Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: l.pavlunkina@mail.ru

Mamonova Elena Borisovna, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Practical Psychology, Faculty of Psychology and Pedagogy, Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after. K.Minin", tel. 89107955615, email: meb800@mail.ru

Pavlunkina Lidiya Mikhailovna, master's student, NSPU named after K. Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: l.pavlunkina@mail.ru

5.3.4. Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред
7 стр.