

УДК: 159.943.8

© Боснюк В.Ф., 2011 р.

В.Ф. Боснюк

Національний університет цивільного
захисту України, м. Харків

ЗВ'ЯЗОК МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ З КОПІНГ-СТРАТЕГІЯМИ У РЯТУВАЛЬНИКІВ

Розглянуто відмінне та спільне між механізмами психологічного захисту та копінг-стратегіями. Як результат, зроблено припущення про існування перемінної «захисно-оволодіваюча поведінка», яка виступає об'єднуючим конструктом захистів і копінгів. Виявлено взаємозв'язки між механізмами психологічного захисту і копінг-стратегіями та встановлено їх факторну структуру. Ієрархічний аналіз косокутних факторів підтвердив існування єдиного вторинного фактора «захисно-оволодіваючої поведінки».

Ключові слова: механізми психологічного захисту, копінг-стратегії, захисно-оволодіваюча поведінка, рятувальники.

В.Ф. Боснюк

СВЯЗЬ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ С КОПИНГ СТРЕГИЯМИ У СПАСАТЕЛЕЙ

Рассмотрены отличия и схожести между механизмами психологической защиты и копинг-стратегиями. Как результат, сделано предположение о существовании переменной «защитно-совладающее поведение», которая выступает объединяющим конструктом защит и копингов. Выявлены взаимосвязи между механизмами психологической защиты и копинг-стратегиями и установлена их факторная структура. Иєрархический анализ косоугольных факторов подтвердил существование єдиного вторичного фактора «защитно-совладающего поведения».

Ключевые слова: механизмы психологической защиты, копинг-стратегии, защитно-совладающее поведение, спасатели.

V.F.Bosnjuk

THE RELATIONSHIP OF MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION WITH COPING STRATEGY AT RESCUERS

A different and common between psychological defense mechanisms and coping strategy. As a result, assumptions made about the existence of variable «defense-coping behavior», serving unifying construct defenses and coping. Revealed the relationship between psychological defense mechanisms and coping strategies and set their factor structure. Hierarchical analysis oblique factors confirmed the existence of a single secondary factor «defense-coping behavior».

Key words: psychological defense mechanisms, coping strategies, defense-coping behavior, rescuers.

Постановка проблеми. У психологічній літературі описані механізми захисту особистості від стресу двох типів: механізми психологічного захисту та копінг-механізми. При цьому не існує однозначної відповіді на запитання про їх

співвідношення. Ряд авторів стверджує, що це рівноцінні механізми, які мають безліч зв'язків один з одним (І.І. Ветрова, І.М. Нікольська, Л.А. Михайлов, Д. . Родіонова). Інші дослідники припускають паралельне незалежне існування «механізмів психологічного захисту» і «копінг-стратегій» (О.В. Лібіна, О.В. Лібін). Існують і альтернативні варіанти. Одні вчені розглядають «механізми психологічного захисту», які детермінанти свідомих пристосувальних стратегій поведінки (Є. Мерфі, М. В. Богданова, І.А. Гефель, О. Т. Соколова, І.Р. Ісаєва). Другі – «механізми психологічного захисту» як пасивний вид копінг-поведінки (Р. Лазарус, Г. С. Коритова).

Таким чином, існуючі протиріччя викликають недостатню ясність відносно зв'язку механізмів психологічного захисту з копінг-стратегіями, що вимагає ретельнішого погляду на дану проблему.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вперше поняття «механізми психологічного захисту» використав З. Фрейд, як вродженні механізми, які запускаються в екстремальних ситуаціях з метою «зняття внутрішнього конфлікту». При цьому він указував на їх патогенну роль та джерело виникнення невротичних захворювань [10].

Пізніше Р. Лазарус вслід за Г. Гартманном розробив альтернативний підхід до подолання стресових подій. Він показав, що існують інші способи оволодіння зі стресом, які незалежно від ступеня успішності використання в кожному конкретному випадку не проявляють невротичну природу. Р. Лазарус запропонував називати різноманітні види подолання стресу, куди включались і невротичні механізми психологічного захисту, і інші, не патогенні механізми оволодіння собою родовим поняттям «coping». Копінг, як стверджують Р. Лазарус і С. Фолкман є «постійно змінні когнітивні і поведінкові зусилля, що докладаються людиною для того, щоб впоратися із специфічними зовнішніми і/або внутрішніми вимогами, які надмірно напружують або перевищують ресурси людини» [цит. за 7].

У психології було здійснено ряд спроб розмежувати механізми психологічного захисту та копінг-поведінку [1; 3 – 6; 8; 9]. Зазвичай у цих

спробах механізми захисту визначаються як «невдалі» способи поведінки, у кращому випадку як такі, що ґрунтуються на самообмані або перекрученні реальності, а в гіршому – ведуть до патології. А копінг-поведінка – як «вдала», що веде до оволодіння ситуації.

Найбільш суттєвим аргументом відмінностей копінг-механізмів від захистів, на думку дослідників, полягає в тому, що вибір копінг-стратегії вважаються усвідомленим процесом, а механізмів психологічного захисту неусвідомленим [1; 5; 8].

Іншими критеріями відмінностей механізмів психологічного захисту та копінг-стратегій М.В. Богданова та Є.Л. Доценко вважають: модальність регуляції, функціонально-цільова значимість, часова та інструментальна направленість [3].

І.Р. Абітов в дисертаційній роботі, узагальнивши сучасні уявлення за даною проблематикою, додатково виділяє і критерій корекції. Він зазначає що копінг-стратегії піддаються навчанню за рахунок оволодіння певною послідовністю дій, а механізми психологічного захисту не змінюються, можливо лише знизити степінь їх активації [1].

Проте, емпіричні дослідження [4; 9] не завжди підтверджують теоретичні погляди, їх автори вказують на складність розподілу цих процесів на практиці, тому що вони мають однакові цілі – і механізми психологічного захисту, і копінг-поведінка починають діяти для подолання суб'єктивно важких для особистості ситуацій з метою підтримки гомеостазу психіки.

Так, О.Р. Ісаєва використавши факторний аналіз, при аналізі взаємодії захисно-копінгової поведінки виділила п'ять факторів: 1) пасивно-захисний; 2) активний проблемно-вирішувачий; 3) активно-унікаючий; 4) подавляючий захисний стиль; 5) ігнорування проблем [4]. Д.Є. Родіонова у своєму експериментальному дослідженні одержала шість факторів, кожен з яких включав в себе і механізми психологічного захисту, і копінг-механізми [9]. Дані факти вказують на однорідність даних процесів.

На думку Н. Хаан, в основі захисту й копінгу лежать подібні Я-процеси, що розрізняються лише ступенем ригідності: жорсткому механізму захисту

протиставляється конструктивний механізм копінгу. Вона об'єднує процеси копінгу й захисні механізми в одну психодинамічну модель.

Тому закономірною можна вважати спробу об'єднати в єдине ціле захисні механізми та механізми оволодіння. Г. Вайллант запропонував ієрархічну схему его-процесів, в залежності від ступеня викривлення реальності. У цій класифікаційній схемі копінг як усвідомлений захист являє собою більш високий рівень адаптації [12].

К. Меннінгер, об'єднуючи механізми психологічного захисту та стратегії поведінки оволодіння, більше уваги приділяє умовам середовища. А саме, захисти стають патологією лише тоді, коли вони заважають процесам оволодіння і/або загальному задоволенню життя [11]. На думку В.О. Бодрова, в своїй торії К. Меннінгер випереджає більшість сучасних підходів [2, с. 162].

Тобто, не дивлячись на довгу історію дослідження, проблема взаємодії психологічного захисту та копінг-механізмів, все ще залишається дискусійною. На нашу думку, в регулюючій поведінці людини в стресовій ситуації можна виділити два компоненти: використання неусвідомлених механізмів психологічного захисту і застосування усвідомлених копінг-стратегій, які можна об'єднати в один конструкт, як це пропонують Р. Лазарус, С. Фолкман, Н. Хаан, І.Р. Абітов, О.О. Сергієнко, О.Р. Ісаєва, Д.Є. Родіонова та інші та назвати його «захисно-оволодіваюча поведінка». Ці два типи переробки тяжких ситуацій розглядаються як окремі рівноцінні класи, що аналізуються в єдності. В стресових умовах вони взаємодоповнюють та компенсують один одного.

Постановка завдання. Метою даного дослідження є вивчення взаємозв'язків механізмів психологічного захисту з копінг-стратегіями у рятувальників.

В дослідженні брали участь 172 пожежних-рятувальників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України. Середній вік досліджуваних 25 років. Механізми психологічного захисту пожежних-рятувальників вивчалися за допомогою опитувальника «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика. Для діагностики копінг-стратегій використовувався «Копінг-тест» Р. Лазаруса. Математична обробка

отриманих даних проводилася за допомогою кореляційного та факторного аналізів.

Виклад основного матеріалу. На початковому етапі дослідження з метою виявлення взаємозв'язку між механізмами психологічного захисту та копінг-стратегіями був використаний кореляційний метод.

Виявлено, що у рятувальників копінг-стратегія «уникнення» має найбільше достовірних взаємозв'язків з механізмами психологічного захисту, а саме з регресією ($r = 0,49, p \leq 0,001$), компенсацією ($r = 0,25, p \leq 0,01$), проекцією ($r = 0,27, p \leq 0,001$) та заміщення ($r = 0,40, p \leq 0,001$). Виявляється, що індивід який прагне свідомо позбутися проблемної ситуації неусвідомлено прагне зменшити тривогу за рахунок переходу на більш ранні форми захисту, свої негативні емоції направляє не на об'єкт, що визвали їх, а на той який представляє меншу загрозу. При цьому проявлення своєї агресії і злості приписує іншим людям, а собі позитивні емоції, цінності, поведінкові характеристики оточуючих. Тобто часте застосування копінг-стратегії «уникнення» з малою вірогідністю призведе до конструктивного вирішення проблеми.

Копінг-стратегія «дистанціювання» також корелює з багатьма механізмами психологічного захисту, хоча не на такому високому рівні статистичної значимості як «уникнення». Виявляється, що спроби індивіда відділити себе від проблем, забути про них супроводжується частим використанням захистів «витіснення» ($r = 0,21, p \leq 0,01$), «регресія» ($r = 0,15, p \leq 0,05$), «проекція» ($r = 0,18, p \leq 0,05$) та «заміщення» ($r = 0,15, p \leq 0,05$).

Цілком логічно, стратегія поведінки в стресовій ситуації «планування вирішення проблем» негативно на високому статистичному рівні значимості корелює із «регресією» ($r = -0,22, p \leq 0,01$) та «заміщенням» ($r = -0,15, p \leq 0,05$), а позитивно з «інтелектуалізацією» ($r = 0,19, p \leq 0,05$), яка вважається однією з зрілих форм механізмів психологічного захисту та направлена на переробку інформації.

На статистично значимому рівні «позитивна переоцінка» корелює з захистом «заперечення» ($r = 0,27, p \leq 0,001$). Це свідчить, що рятувальник, який

усвідомлено прикладає зусилля для оволодіння ситуацією шляхом інтерпретації обстановки в позитивних термінах в той же час і неусвідомлено заперечує інформацію, яка тривожить або може призвести до конфлікту.

Звертає на себе увагу відсутність значимого взаємозв'язку між копінг-стратегією «пошук соціальної підтримки» та захистами, з чого можна припустити, що дана форма усвідомленої поведінки є однією з найбільш зрілих.

Взаємозв'язків між механізмом психологічного захисту «реактивне утворення» та копінг-стратегіями не виявлено. Тобто, людина виключно на підсвідомому рівні здійснює дії, які за своєю суттю є повністю протилежністю тих присутніх її імпульсів, існування яких вона боїться визнати. Іншими словами, особистість попереджує вираження неприємних або недопустимих для її думок, почуттів або вчинків шляхом перебільшеного розвитку протилежних прагнень.

Підсумовуючи можна стверджувати, що існують достовірні кореляційні зв'язки між механізмами психологічного захисту та копінг-стратегіями, що свідчить про єдину їх природу.

Певним доповненням до проведеного кореляційного аналізу можна вважати результати застосування процедури факторного аналізу. Він спрямований на виявлення внутрішніх закономірностей взаємозв'язків між захистами і копінгами, стиснувши простір інформаційних ознак до невеликої кількості генералізованих факторних характеристик. Ми використали метод головних компонентів з обертанням Varimax normalized. Були взяті до уваги факторні навантаження перемінних від 0,40 і більше.

У результаті факторизації показників копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту, було прийнято рішення виділяти три фактора за «критерієм сліду (відсіювання)» та власною вагою більше 1,4. Факторна структура перемінних, що досліджуються відображена в табл. 1. Виділені фактори пояснюють 61,3 % дисперсії. Вони підтверджують результати кореляції та є додатковим аргументом існування певних стійких співвідношень копінгу і захисту.

Факторне відображення структури показників копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту

Показники		Фактори		
		1	2	3
Копінг-стратегії	Конфронтаційний копінг	0,64	-0,14	0,10
	Дистанціювання	0,41	0,01	0,34
	Самоконтроль	0,61	0,12	0,10
	Пошук соціальної підтримки	0,55	-0,02	0,03
	Прийняття відповідальності	0,71	-0,14	0,06
	Уникнення	0,60	-0,42	0,38
	Планування вирішення проблеми	0,50	0,40	-0,26
	Позитивна переоцінка	0,59	0,31	-0,10
Механізми психологічного захисту	Заперечення	0,04	0,74	-0,00
	Витіснення	-0,10	0,10	0,64
	Регресія	0,14	-0,52	0,61
	Компенсація	0,26	0,21	0,33
	Проекція	0,19	-0,07	0,61
	Заміщення	0,13	-0,47	0,64
	Інтелектуалізація	-0,02	0,71	0,25
	Реактивне утворення	-0,01	0,10	0,45
Частка сумарної дисперсії, (%)		26,1	18,2	17,0

Примітка: в таблиці факторні навантаження, що перевищують за модулем значення, рівне 0,40, виділені напівжирним шрифтом.

Із результатів, поданих у табл. 1, видно, що перший фактор включив в себе всі копінг-стратегії, пояснюючи 26,1 % загальної дисперсії. Зі значущим навантаженням і однаковим знаком у його складі домінують показники «прийняття відповідальності», «конфронтаційний копінг», «самоконтроль» та «уникнення». Подібні результати одержала і О.В. Лібіна у своєму дослідженні. Вона також виявила фактор, в який ввійшли всі копінг-стратегії [6]. Тобто, зміст цього виділеного нами фактору відображає єдину внутрішню природу копінгів та дозволяє віднести їх до самостійної області психологічного дослідження.

Змістовно даний фактор можна назвати «копінгові-реакції», так як його компоненти – активні, свідомі стратегії пристосування до стресових ситуацій.

Другий фактор (18,2 % загальної дисперсії) поєднує як і захисти, так і копінги, хоча з більшими навантаженнями домінують механізми психологічного захисту такі як «заперечення» (0,74) та «інтелектуалізація» (0,71). Окрім вказаних захистів, до складу ще увійшли з мінусовим навантаженням «регресія» (-0,52) та «заміщення» (-0,47), а також копінг-стратегії «уникнення» (-0,42) і «планування вирішення проблеми» (0,40). Сам факт групування механізмів психологічних захистів і копінг-стратегій в певні утворення характеризує можливість формування поведінкових мета-типів при стресі зі своїми особливостями, що свідчить про те, що у напружених ситуаціях у кожного рятувальника формуються як (невротичні) реакції на складності, так і здорові (копінгові) стратегії оволодіння з ними. Цей фактор можна назвати «захисно-копінгові реакції», які ймовірно носять універсальний характер реакцій на стресові події та проявляються найбільш часто.

До складу третього фактору, який пояснює 17,0 % загальної дисперсії, увійшли тільки механізми психологічного захисту. Він об'єднав «витіснення» (0,64), «заміщення» (0,64), «регресію» (0,61), «проекцію» (0,61) та «реактивне утворення» (0,45). Цей фактор відображає іншу сторону поведінки рятувальника в складних ситуаціях, яку можна охарактеризувати як «захисні реакції». Вони породжують викривлення в репрезентації реальності, заважають усвідомленістю цілісності, автономії. Часте звернення до механізмів психологічного захисту призведе до проблем з адаптацією та викликатиме депресивні стани.

З метою перевірки валідності припущення існування загального фактора, що об'єднує механізми психологічного захисту та копінг-стратегії був проведений ієрархічний аналіз косокутних факторів.

Первинні фактори, що були одержані при косокутному обертанні виявились змістовно ідентичні ортогональним. Перший і третій фактор виявились тісно пов'язані між собою ($r = 0,31$, $p \leq 0,001$) і найбільш високо корелюють з загальним фактором другого порядку ($r = 0,56$, $p \leq 0,001$) і ($r = 0,55$, $p \leq 0,001$). Тобто,

фактори «копінгові реакції» та «захисні реакції» внесли найбільший вклад в проявленні фактора другого порядку, в який увійшли з високими навантаженнями п'ять копінг-стратегій: «уникнення», «прийняття відповідальності», «дистанціювання», «самоконтроль» та «конфронтаційний копінг», а також три механізми психологічного захисту: «проекція», «заміщення» та «регресія». Можна з достатньою впевненістю інтерпретувати одержаний вторинний фактор як фактор захисно-копінгової поведінки (див. табл. 2).

Таблиця 2

Ієрархічна трьох факторна структура копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту з одним вторинним фактором

Показники		Вторинний фактор	Первинний фактор		
			1	2	3
Копінг-стратегії	Конфронтаційний копінг	0,41	0,54	-0,15	0,00
	Дистанціювання	0,41	0,31	-0,00	0,24
	Самоконтроль	0,40	0,51	0,11	-0,00
	Пошук соціальної підтримки	0,28	0,47	-0,02	-0,05
	Прийняття відповідальності	0,44	0,61	-0,15	-0,04
	Уникнення	0,47	0,47	-0,41	0,26
	Планування вирішення проблеми	0,13	0,46	0,40	-0,28
	Позитивна переоцінка	0,25	0,52	0,30	-0,17
Механізми психологічного захисту	Заперечення	0,04	0,03	0,74	-0,02
	Витіснення	0,26	-0,18	0,09	0,56
	Регресія	0,41	0,04	-0,53	0,51
	Компенсація	0,29	0,18	0,20	0,25
	Проекція	0,43	0,08	-0,08	0,50
	Заміщення	0,42	0,03	-0,47	0,54
	Інтелектуалізація	0,14	-0,06	0,71	0,22
	Реактивне утворення	0,21	-0,07	0,10	0,39

Примітка: в таблиці факторні навантаження, що перевищують за модулем значення, рівне 0,4, виділені напівжирним шрифтом.

В цілому, отримані співвідношення захисних і копінгових елементів в факторній структурі захисно-оволодіваючої поведінки дозволяють стверджувати, що механізми психологічного захисту і копінг-стратегії різні за своєю суттю, але взаємопов'язані форми поведінки. Виділені нами один вторинний та три

первинних фактори підтверджують доцільність розгляду гіпотетичного конструкта захисно-оволодіваючої поведінки, рівень активності і гнучкості якого залежить від співвідношення свідомих і неусвідомлених форм реагування на стрес.

Висновок.

Існують достовірні зв'язки механізмів психологічного захисту з копінг-стратегіями. В напружених ситуаціях вони взаємодоповнюють та компенсують один одного. Їх факторна структура складається як із специфічних співвідношень одних захистів та копінгів так і їх поєднанням. Ступінь їхньої інтеграції, схильність до сумісного вияву або автономності використовується в якості характеристики зрілості реакцій особистості на стресові події. Ці проявлення групує єдиний фактор «захисно-оволодіваючої поведінки», який за своєю суттю виступає об'єднуючим конструктом копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту.

Список літератури

1. Абитов И. Р. Антиципационная состоятельность в структуре совладающего поведения (в норме и при психосоматических и невротических расстройствах). Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Казань, 2007.
2. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – М.: ПЕР СЭ, 2006. – 528 с.
3. Богданова М. В., Доценко Е. Л. Саморегуляция личности: от защит к созиданию. – Тюмень, 2010. – 204 с.
4. Исаева Е. Р. Совладающее со стрессом и защитное поведение личности при расстройствах психической адаптации различного генеза. Дис. ... докт. психол. Санкт-Петербург, 2010.
5. Киршбаум Э., Еремеева А. Психологическая защита. – СПб.: Питер; М.: Смысл, 2005. – 176 с.
6. Либина Е.В. Индивидуальные различия в стратегиях разрешения человеком сложных жизненных ситуаций. Дис... канд. психол. наук. М., 2003.
7. Муздыбаев К. Стратегии совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ // Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. – Т. 1. – № 2. – С. 43-48.
8. Никольская И. М., Грановская Р. М. Психологические защиты у детей. – СПб.: Изд-во «Речь», 2006. – 342 с.
9. Родионова Д.Е. Исследование факторной структуры защитно-коупингового поведения в связи с социально-психологическими особенностями личности // Современные гуманитарные исследования, 2008, № 2.

10. Фрейд З. Психология бессознательного. – М. : Просвещение, 2007. – 447 с.
11. Menninger K. The life processes in mental health and illness. New York: Macmillan, 1963.
12. Vaillant G. Adaptation to life: How the best and the brightest came of age. Boston: Little Brown, 1972.