

УДК 159.923.4

Е. Е. Шмакова,
факультет психологии и педагогики,
Омский государственный педагогический университет
Научный руководитель: д-р психол. наук, доц. Н. И. Нелюбин

Ведущие психологические защиты у студентов с различным темпераментом

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи типов темперамента и ведущих психологических защит у студентов. Показано, что тип темперамента соотносится со специфическими защитными стратегиями: у холериков преобладают проекция и компенсация, у сангвиников — рационализация и отрицание, у флегматиков — проекция и гиперкомпенсация, а у меланхоликов — регрессия и вытеснение. Полученные данные частично подтверждают гипотезу о наличии специфики в выраженности психологических защит в зависимости от типа темперамента.

Ключевые слова: темперамент, психологические защиты, студенты, эмпирическое исследование, индивидуальные особенности.

Темперамент рассматривается как врожденная психофизиологическая основа личности, определяющая динамические аспекты поведения. Психологические защиты представляют собой бессознательные механизмы, направленные на снижение тревоги и сохранение психического равновесия [2]. Теоретический анализ показал, что темперамент как устойчивая психофизиологическая характеристика может влиять на выбор психологических защит, поскольку определяет базовые способы реагирования на стресс и эмоциональную регуляцию [1]. Однако эмпирических данных, посвященных этой взаимосвязи, недостаточно, что подтверждает актуальность нашего исследования.

В исследовании была поставлена следующая цель: изучить соотношение у студентов ведущих психологических защит и различных темпераментов. В качестве гипотезы исследования было выдвинуто предположение, что существует специфика выраженности психологических защит у студентов с различным темпераментом.

Для проверки данной гипотезы было организовано эмпирическое исследование, в котором приняли участие 36 студентов высших и средних специальных учебных заведений в возрасте от 18 до 24 лет. В качестве диагностического инструментария использовался личностный опросник Г. Айзенка (EPI) для идентификации типа темперамента и методика диагностики типологии психологической защиты Р. Плутчика в адаптации Л. И. Вассермана, О. Ф. Ерышева, Е. Б. Клубовой и др.

На основании диагностики по опроснику Айзенка выборка была разделена на четыре группы: холерики (12 человек), сангвиники (8 человек), флегматики (9 человек) и меланхолики (7 человек).

В результате анализа данных были получены следующие результаты. В целом по выборке была отмечена относительно низкая выраженность защиты по типу «гиперкомпенсация», в то время как наиболее часто используемыми механизмами оказались «проекция», «компенсация» и «регрессия». Для выявления специфики выраженности защит у разных темпераментов были рассчитаны средние значения по каждому механизму в выделенных группах. Анализ показал, что у холериков, для которых характерны высокая эмоциональная лабильность и импульсивность, наиболее выраженными оказались проекция, компенсация и регрессия. Это свидетельствует о склонности к экстернализации внутренних конфликтов и использованию гипертрофированных замещений для нивелирования субъективно воспринимаемых недостатков. Сангвиники, обладающие стабильным эмоциональным фоном и высокой экстравертированностью, демонстрировали преобладание рационализации и отрицания, что отражает их адаптивные стратегии, направленные на логическое осмысление трудностей и сохранение оптимистичного взгляда на ситуацию. Флегматики с низким уровнем нейротизма и интровертированностью чаще использовали проекцию и гиперкомпенсацию, что может быть связано с тенденцией к экстернализации переживаний

при общей сдержанности в их проявлении. Наиболее уязвимыми в плане выбора защитных механизмов оказались меланхолики, у которых доминировали регрессия и вытеснение, что отражает склонность к пассивным формам психологической защиты и подавлению тревожащих переживаний.

Таким образом, проведенное исследование позволяет констатировать, что выдвинутая гипотеза нашла свое частичное подтверждение: выявлена специфика в использовании психологических защит в зависимости от типа темперамента. Наиболее значимые результаты указывают на высокую выраженность проекции и компенсации у холериков, преобладание рационализации и отрицания у сангвиников, склонность флегматиков к проекции и гиперкомпенсации, а также доминирование регрессии и вытеснения у меланхоликов.

Вместе с тем результаты проведенного исследования указывают и на явную выраженность психологических защит безотносительно к типу темперамента. Можно сделать вывод, что на выбор механизмов психологической защиты, помимо темперамента, значительное влияние оказывают и другие социально-психологические факторы.

К ним относятся внешние условия (социальная среда, уровень стрессогенности воздействия) и внутренние особенности личности (эмоциональная устойчивость, когнитивные стили). Это объясняет, почему выраженность одних и тех же защит может быть высокой у людей с разными типами темперамента.

Одним из ключевых внутренних факторов, определяющих предпочтение человеком тех или иных защитных механизмов, является темперамент. Влияние темперамента на выбор психологических защит обусловлено тем, что темперамент определяет базовый уровень эмоциональной реактивности и способы адаптации к окружающей среде [3].

Полученные данные вносят вклад в понимание фундаментальных основ индивидуального поведения и могут быть использованы в практике психологического консультирования и сопровождения студенческой молодежи для разработки адресных программ психологической поддержки с учетом их индивидуально-типологических особенностей.

1. Бакова И. В., Гришаева М. С. Психологическая защита и ее связь с особенностями личности // Психологическая наука и практика : материалы Междунар. молодеж. конф. молодых ученых. — М. : Рос. ун-т дружбы народов (РУДН), 2018. — С. 95–98.
2. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий. — СПб. : Питер, 2004. — 700 с.
3. Стреляю Я. Роль темперамента в психическом развитии / пер. с пол. В. Н. Поруса ; вступ. ст. А. Е. Ольшанниковой, И. В. Равич-Щербо. — М. : Прогресс, 1982. — 231 с.