

УДК 159.923.2

**СВЯЗЬ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ И СОВЛАДАНИЯ (COPING)
С АКЦЕНТУАЦИЯМИ ХАРАКТЕРА, ТИПОМ ТЕМПЕРАМЕНТА,
ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТЬЮ И АГРЕССИВНОСТЬЮ**

Л. А. Александрова, В. П. Михайлова, Н. И. Корытченкова, Т. И. Кувишинова

Универсальной модели адаптации личности не существует. Функцию адаптации в стрессовых ситуациях и ситуации фрустрации выполняют механизмы психологической защиты, впервые описанные З. Фрейдом. Рассмотрим психологическое содержание защитных механизмов личности.

1. **Отрицание** – механизм, посредством которого отрицаются те события, которые травмируют психику. Например, смерть любимого и близкого человека.

2. **Вытеснение** или подавление – блокировка негативных, неприятных эмоций посредством забывания.

3. **Регрессия** – избегание тревожных переживаний через возвращение к детским, незрелым формам поведения.

4. **Компенсация** – попытка замены объекта, вызывающего негативные эмоции (чувство неполноценности, потери, унижения и т. д.).

5. **Проекция** – механизм приписывания окружающим различных, собственных негативных качеств, мыслей и переживаний другим, чтобы на этом фоне самому выглядеть более уважаемым.

6. **Замещение** – механизм снятия напряжения путем переноса агрессии с более сильного субъекта, являющегося источником гнева, на более слабый и доступный объект или на самого себя.

7. **Интеллектуализация** – механизм логической переработки информации, благодаря которому человек ищет положительные стороны неудовлетворенной потребности и успокаивает себя выражениями типа: «нет худа без добра», «а виноград зеленый», «если к другому уходит невеста, то неизвестно, кому повезло» и т. д.

8. **Формирование реакции** (реактивное образование) – механизм трансформации импульсов и чувств, которые субъект по тем или иным причинам расценивает как неприемлемые, в их противоположности.

По мнению Дж. Вейланта (Vaillant, 1977), все механизмы психологической защиты являются естественной адаптацией человека к жизненным трудностям. В современной психологии должна быть признана здоровая адаптивная функция защитных механизмов. Осознание защитных механизмов в качестве адаптивных проявлений позволит лучше понять, в какой помощи нуждается человек, и в какой форме она должна быть оказана (4, с. 48 – 49).

По мнению С. Т. Посоховой, стратегии поведения человека определяются как содержанием и глубиной переживаний происходящего, так и отношением его к прошлому и будущему, т. е. зависимо-

стью человека от его прошлого опыта и перспектив (6, с. 276 – 287).

Существует много подходов в изучении стратегий поведения личности, их классификаций как по отношению к какой-либо конкретной ситуации, так и по отношению к жизни, мирозданию, профессии и т. д. (1).

Некоторые ученые выделяют эмоциональную и когнитивную стратегии адаптации. Когнитивная стратегия предполагает саморегуляцию, рефлексивность, развитую критичность и умение предвидеть развитие событий, поэтому способствует конструктивным способам поведения. Люди, владеющие когнитивной стратегией поведения, хорошо понимают собственные переживания, что обуславливает большую свободу поведения и возможность конфронтации с окружающими людьми (7). Данная стратегия поведения помогает выживать в самых жесточайших условиях (8).

Главное достоинство когнитивной стратегии – это умение устанавливать причинно-следственные отношения между разными сторонами действительности и устремленность в будущее.

Для эмоциональной стратегии поведения характерна большая зависимость от наличных раздражителей ситуации. Трудности провоцируют избегание, пассивный уход от решения проблем, что может привести к внутриличному развитию конфликта и неврозу (2). Большая зависимость такого человека не только от внешней среды, но и от собственных сложившихся отношений и стереотипов поведения.

Э. Фромм опирается на концепцию характера при построении стратегий поведения (9). Он выделяет два способа взаимодействия человека с миром: ассимиляцию и социализацию. Социализация – установление и понимание взаимосвязей с людьми и самим с собой, адекватное усвоение социальных ролей. Ассимиляция – это не только приобретение и потребление вещей, но и активное усвоение правил и норм поведения в социуме. В этих двух способах взаимодействия есть как продуктивные, так и непродуктивные модели поведения. Неконструктивные модели связываются Фроммом с эксплуататорскими, накопительскими и рыночными типами адаптации, а продуктивный, конструктивный путь связан с производящим типом адаптации.

В. П. Казначеев связывал стратегии поведения с индивидуальными типологическими особенностями личности (3). Ученый выделяет две основные стратегии: «спринтера» и «стайера». Стайер сохраняет высокую работоспособность и оптимальное состояние физиологических систем в условиях дли-

тельных эмоциональных и физических нагрузок. Стратегия спринтера адаптирована к условиям кратковременных нагрузок. Патологические состояния будут развиваться, если не будут учитываться данные особенности людей.

По мнению отечественных психологов, психологическая защита может сопровождать конструктивную, совладающую деятельность индивида и, лишь в случае крайней степени выраженности и интенсивности защиты, превращаться в доминирующее адаптационное средство (5, с. 109).

Данные ученые считают, что механизмы психологической защиты реализуются как реакции срочной адаптации, совладающее поведение скорее относится к реакциям долговременной адаптации (5, с. 143).

Р. Лазарус определял механизмы совладания как стратегию действий в ситуациях психологической угрозы. Копинг-стратегия – это актуальный ответ личности на ситуацию стресса, когда все действия человека направлены на решение сложной проблемы.

Основополагающей копинг-стратегией считают поиск социальной поддержки и избегания. Формы избегания бывают разнообразными: изоляция, подавление эмоций, фантазирование, эмоциональное отреагирование, отвлечение и даже агрессия.

Типология поведения человека в трудных жизненных ситуациях

В настоящее время для обозначения способов поведения человека в трудных ситуациях в зарубежной психологии используются термины **«coping»** («справляться» с чем-либо, например с проблемной ситуацией) и **«defense»** («защита» от чего-либо, например от неприятных переживаний). Понятие **«психологическая защита»** (defensive behavior) появилось в психотерапевтической практике (Freud, 1923; Freud, 1936) и обозначало реакцию взрослых или детей на жизненные трудности, проявляющуюся в различных формах борьбы «Я» с невыносимыми мыслями или болезненными аффектами. Термин **«coping»** активно начал использоваться в американской психологии в начале 1960-х годов для изучения поведения личности в стрессовых ситуациях. Надо отметить, что первоначально феномен, обозначаемый термином «coping», понимался очень широко (R. Lazarus, 1966; 1993) – и как вырабатываемые человеком средства психологической защиты от психотравмирующих событий, и как воздействующее на ситуацию поведение.

Отметим, что, согласно словарю Владимира Даля (1994), слово «совладание» происходит от старо-

русского «лад», «сладить» и означает «справиться, привести в порядок, подчинить себе». Образно говоря, совладать с ситуацией – значит подчинить себе обстоятельства, сладить с ними.

В отечественной психологии вопросы поведения и переживания взрослых людей в трудных ситуациях изучались в основном в рамках психологии труда (В. И. Лебедев, Л. И. Китаев-Смык, 1983, В. С. Мерлин, 1970 и т. д.), психологии экстремальных ситуаций, например военных действий (В. Л. Маришук, В. И. Евдокимов, 2001) и медицинской психологии (С. А. Парцернак, 2002).

В зарубежной психологии изучение поведения в трудных ситуациях осуществлялось в нескольких направлениях. В 1970-е гг. внимание психологов привлекало в основном поведение человека в экстремальных ситуациях, однако в 1980-е гг. Р. Лазарус и А. De Longis весьма критически отозвались о «драматизирующей направленности» разработки проблемы совладания в ущерб обычным неприятностям людей в их трудовой, учебной и семейной жизни. R. Lazarus даже ввел понятие «повседневные неприятности» (Daily hassles), вносящие иногда непропорционально большой вклад в биографический стресс и дезадаптацию личности. Р. Лазарус и С. Фолькман (Lazarus, Folkman, 1984) подчеркивают роль когнитивных конструктов, обусловливающих способы реагирования на жизненные трудности. Ян Стреляу (Strelau, 1984) делает акцент на влиянии личностных переменных, определяющих предпочтение индивидом тех или иных стратегий поведения в сложных обстоятельствах. Немецкие психологи Урсула Леер и Ганс Томэ (Lehr, Thomaе, 1993) уделяют большое внимание анализу самих трудных ситуаций, справедливо предполагая сильное влияние контекста на выбор стиля реагирования.

Вообще, для современной психологии (как отечественной, так и зарубежной) характерен переход от преимущественного анализа реакций на стресс, вызываемых внешними факторами среды, к систематическому изучению индивидуальной вариативности этих реакций.

На основании сравнительного анализа различных концепций преодолевающего поведения, нами предпринята попытка систематизации описанных в научной литературе типов поведения человека в трудных жизненных ситуациях.

Таблица 1

Типология поведения человека в трудных жизненных ситуациях

Определение конструктов и противопоставляемые полюса поведения		
Р. Лазарус	Способы преодоления (coping styles) – вырабатываемые человеком средства психологической защиты от психотравмирующих событий или воздействующее на ситуацию поведение	
	Проблемно-ориентированный (рациональный) тип реагирования	Субъектно-ориентированный (эмоциональный) тип реагирования
	Усилия направляются на решение возникшей проблемы, создание и выполнение плана разрешения трудной ситуации, включая самостоятельный анализ случившегося, обращение за помощью к другим, поиск дополнительной информации.	Изменение собственных установок в отношении к ситуации, не сопровождающееся конкретными действиями и проявляющееся в виде попыток не думать о проблеме вообще, вовлечение других в свои переживания, желание забыться (во сне, алкоголе, еде).
А. В. Линн	Совладание – эмоциональная и рациональная регуляция человеком своего поведения с целью оптимального взаимодействия с жизненными обстоятельствами или их преобразования в соответствии со своими намерениями. Результатом совладающего поведения является нейтрализация стрессового воздействия ситуации.	
	Совладание (coping)	Защита (defence)
	Подразумевает необходимость проявить конструктивную активность, пройти через ситуацию, пережить событие, не уклоняясь от неприятностей. – Рациональная компетентность (предметная направленность при решении проблем, коммуникативная компетентность и рациональная саморегуляция). – Эмоциональная компетентность . Разграничение содержащихся в прошлом эмоциональном опыте образов и представлений с актуальными стимулами среды; стремление субъекта поддерживать динамичное равновесие между желаниями и объективными условиями для их удовлетворения, а также между своими возможностями и способами их реализации.	Характеризуется отказом индивидуума от решения проблемы и связанных с этим конкретных действий ради сохранения комфортного состояния. Понятие психологической защиты (defensive behaviour) появилось в психотерапевтической практике (Freud, 1923; Freud, 1936) и обозначало реакцию взрослых или детей на жизненные трудности, проявляющиеся в различных формах борьбы «Я» с невыносимыми мыслями или болезненными аффектами. – Рациональные способы защиты (проекция, вытеснение, рационализация). – Эмоциональные способы защиты (отстранение, избегание, подавление).
Социально-ориентированные стратегии		
С. Хобфолл	Просоциальные	Асоциальные
	– Вступление в социальный контакт : объединение и при разрешении общих проблем – использование удачных моделей поведения других людей. – Поиск социальной поддержки у значимых других в форме советов, помощи; эмоциональной поддержки. – Ассертивные действия : спокойный отказ в ситуации эмоционального давления, спокойная реакция на похвалу и комплименты.	– Асоциальные действия : стремление заставить других врасплох, преследование своих интересов во вред другим, демонстрация власти и превосходства, стремление поставить других в неловкое и зависимое положение. – Агрессия в значимых и конфликтных ситуациях. – Манипуляция : стремление к незаметному контролю над окружающими, игра на слабостях и уязвимых местах других.
	Общеповеденческие стратегии	
	Активные	Пассивные
	– Импульсивность – предрасположенность к действиям по первому побуждению; опора прежде всего на интуицию. – Активность – способность не сдаваться в любых сложных ситуациях.	– Осторожность – тщательная продуманность решений, экономия усилий, действия на «холодную голову». – Избегание – стремление отложить решение возникшей проблемы в надежде, что она разрешится сама; стремление забыться в другой деятельности; приуменьшение значимости проблемы; уход от ответственности.

Продолжение таблицы 1

	Эмоционально-поведенческие реакции при стрессе – характер связи между поведенческой реакцией и формой эмоционально-вегетативного ее обеспечения					
Л. А. Китаев-Смык	Активное эмоционально-поведенческое реагирование			Пассивное эмоционально-поведенческое реагирование		
	Назначение этих реакций – способствовать за счет ускоренных и усиленных защитных (или агрессивных) действий предотвращению неблагоприятного воздействия стрессора или выхода из стрессогенной ситуации. Чрезмерная активизация поведения может привести к ошибочным действиям и даже к дезорганизации деятельности.			Направлено на переживание экстремального фактора. При этом активность поведения, имевшаяся до начала действия стрессора, снижается. Могут возникать либо пассивная расслабленность, либо пассивная напряженность. Они длятся до тех пор, пока ситуация закончится, либо накопится информация относительно действующего фактора, позволяющая перейти к активному реагированию. Следует различать адекватную требованиям ситуации пассивность и чрезмерное или неуместное снижение активности.		
Е. Ю. Коржова	Поведенческие стратегии – особые поведенческие синдромы, характеризующиеся актуализацией адаптивных механизмов психической саморегуляции. Воспринимая жизненную ситуацию как проблемную, человек стремится разрешить возникшее противоречие путем выбора соответствующей поведенческой стратегии. Упор делается на ситуационную специфичность поведенческих стратегий. Актуализация стратегий происходит в зависимости от <i>уровня жизнедеятельности</i> . Стратегии поведения, в зависимости от степени выраженности, рассматриваются как <i>адаптивные и дезадаптивные</i> .					
	Соматически – ориентированные	Ориентированные на внутренний мир		Ориентированные на внешний мир		
		непосредственные	опосредованные	профессиональные	внепрофессиональные	социальные
		физическая активность, еда, сон, секс, алкоголь, курение, соматизация	отрицание, тревога / ожидание, печаль / радость, акцентуация, гнев / умиротворенность	интрореакция, фантазирование, рационализация, регрессия, ситуационное изменение самооценки	эргическая / антиэргическая реакция, общая адаптация, практическое реагирование	сублимация, творчество, философия, религия, природа
У. Леер, Г. Томэ	Стратегии преодоления – сознательно запланированные, регулируемые намерением действия личности, которые способны изменить жизненную ситуацию самого индивида и даже направление его мыслей. Техники бытия – инструментальные формы активности личности в значимых ситуациях. Темы бытия – объекты, обладающие высокой личностной значимостью.					
	«Верхние техники» – полюс совладения, адаптивные			«Нижние техники» – полюс защиты, неадаптивные		
	– ориентация на достижение, успех, изменение практической ситуации , на использование шансов и опробывание собственных возможностей. Связана с усилием, затратой энергии. Предполагает высокий уровень саморегуляции, поиск информации, интенсивные раздумья, вовлечение в орбиту своих действий других; – принятие своего положения и ориентация на внутреннее изменение: принятие ситуации такой, как она есть – позитивное толкование своей ситуации («слава богу, что хоть так»), сужение пространства сравнения и масштаба эталонов: идущее вниз сравнение по отношению к другим («у других еще хуже»), идущее вверх сравнение по отношению к себе (вспомнить о своих успехах в других областях и ситуациях); действия, направленные на приспособление (изменение собственных характеристик и отношения к ситуации): к социальным нормам, установкам и правилам; к своеобразию и потребностям других людей; установление и поддержание социальных контактов.			Способствуют сохранению прежней ситуации: – покорность судьбе , деятельная сторона выражена очень слабо: безропотное смирение, подавленность, депрессия; – избегание тяжелых ситуаций, подавление мыслей об источнике трудностей; – глобальное сопротивление и негативизм : чувство горечи и разочарования, незаинтересованность в будущем, отвержение советов и врачебных предписаний.		

Корреляции ЭК с типами темперамента, акцентуациями характера, агрессивностью, психологическими защитами и стратегиями поведения (рис. 1, 2)



Рис. 1.

В нашем исследовании принимали участие студенты четвертого курса математического факультета в количестве 30 человек.

Для исследования темперамента использовалась методика А. Белова, для изучения акцентуаций характера – опросник Леонгарда-Шмишека. Кроме этих методик использовался стандартизованный опросник измерения агрессивных и враждебных реакций А. Баса и А. Дарки. Для изучения эмоциональной компетентности была взята методика, разработанная И. М. Юсуповым и Г. Юсуповой.

Структура базовых составляющих эмоциональной компетентности (ЭК):

- саморегуляция – контроль импульсов и управление эмоциями, выражение эмоций, блокировка негативных эмоциональных состояний (сам-Рег);

- рефлексия – самосознание, рациональное осмысление эмоций, выявление собственных мотивов, способность наблюдать за собственными чувствами (реф.);

- эмпатия – умение распознавать и правильно понимать чувства других людей;

- регуляция отношений – социальные навыки, умения мудро поступать, вести себя с другими людьми.

Функциональный блок эмоциональной компетентности (ЭК):

- поведенческий блок – способность человека к самоконтролю, самоорганизации и коммуникации;

- когнитивный блок – умение правильно распознавать и определять собственные и чувства окружающих;

- интраперсональный блок – способность к самоопределению, самомотивации и саморегуляции, адекватному выражению своих чувств;

- интерперсональный блок – умение владеть «секретами общения», устанавливать эмоциональные контакты.

Так как поведенческий блок (рис. 4) объединяет в себе разнообразные способности к самоконтролю, самоорганизации и коммуникации, то у него наибольшее количество корреляций (7 положительных связей) и лишь две отрицательные: с регрессией как незрелой формой поведения и с меланхоликом, который в трудных жизненных ситуациях «теряется» и «плывет по течению».



Рис. 2.

Отрицательная корреляция саморегуляции с дистимной акцентуацией и с косвенной агрессией (рис. 1) объясняется тем, что негативные эмоции, как и агрессия, которая выражается либо в сплетнях, злобных шутках, топтание ногами, битье кулаками отличается ненаправленностью и неупорядоченностью. Отрицательная связь саморегуляции с меланхолическим типом темперамента легко выявляет власть эмоций, переживание меланхолика в трудных жизненных ситуациях и неспособность справиться с ними. На высоком уровне достоверности саморегуляция коррелирует с эмпатией. Это свидетельство того, что адекватность саморегуляции обеспечивается тонкостью распознавания и понимания чувств других людей.

Отрицательная связь эмотивной акцентуации и рефлексии (рис. 2) объясняется большим притоком информации из внешнего мира и неспособностью быстрой переработки ее эмотивным акцентуантом, живущего во власти внешних импульсов. Рефлексивный же человек нуждается в некоторой отстраненности, дистанцировании от внешнего мира с целью посмотреть на происходящее со стороны. Поэтому не случайна, а закономерна положительная корреляция рефлексии с такой стратегией поведения, как дистанцирование.

Регуляция отношений происходит благодаря хорошим социальным навыкам и умениям: умениям слушать, вести диалог и т. д. Поэтому она невозможна без эмпатии ($r = 0,46$) и тактики лавирования и даже избегания (рис. 3).

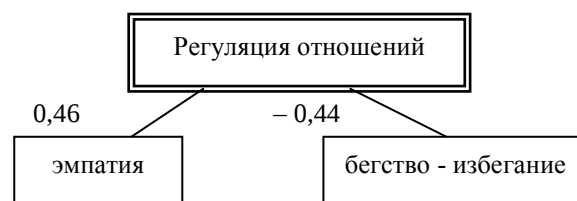


Рис. 3.



Рис. 4.

Когнитивный блок (рис. 5) – это умение распознавать и определять как свои чувства, так и чувства других людей. Меланхолик имеет положительную корреляцию с когнитивным блоком ($r = 0,43$), так как его отличают большая чувствительность, глубина переживаний и тонкая дифференциация чувств. Положительная корреляция дистимного типа акцентуации с когнитивным блоком можно объяснить серьезностью, отсутствием легкомыслия, определенной надежностью в ориентации как в собственных, так и в переживаниях других людей. Циклотим же имеет неустойчивую гамму переживаний, нестабильную самооценку, которая затрудняет получение информации как о себе, так и о других, способству-

ет созданию неопределенности, поэтому наличие отрицательной корреляции с когнитивным блоком закономерно.

Наличие отрицательной связи когнитивного блока со стратегией поведения «принятие ответственности», видимо, можно объяснить тем, что чем меньше знаешь, тем легче принимаешь решение и меньше сомневаешься в том, какую ответственность берешь на себя. Проекция как механизм приписывания окружающим своих негативных или положительных переживаний, мыслей, поступков связан с недостаточным знанием других людей, поэтому между этой защитой и когнитивным блоком выявлена отрицательная связь.

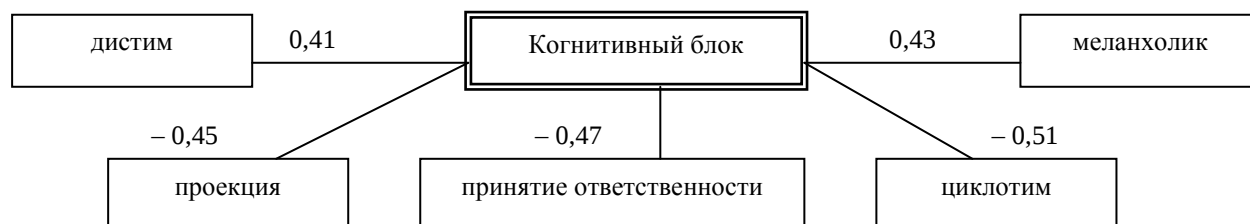


Рис. 5.



Рис. 6.

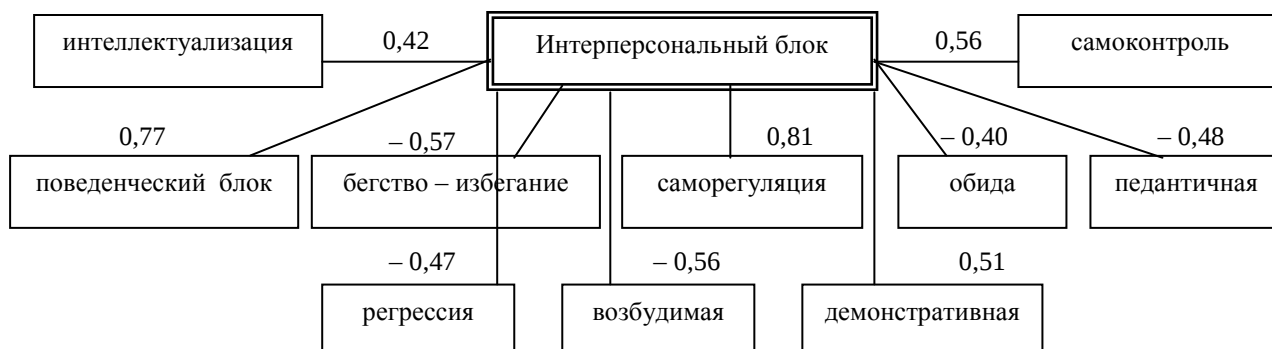


Рис. 7.

Интраперсональный блок (рис. 6), как способность к самомотивации, саморегуляции, адекватному выражению своих чувств, имеет высокие корреляции с эмпатией, саморегуляцией, с поведенческим блоком. Все они положительно связаны с этим блоком. Отрицательные корреляции интраперсонального блока с чувством вины, косвенной агрессией, меланхоликом и дистимным типом акцентуации свидетельствуют о том, что данные переменные лишают в какой-то степени успешной адаптации и нуждаются в определенной коррекции.

Интерперсональный блок (рис. 7) обеспечивает успешность общения, поэтому он положительно связан на высоком уровне значимости с саморегуляцией, с поведенческим блоком, с такой психоло-

гической защитой, как интеллектуализация и стратегиями поведения – самоконтроль.

Отрицательные корреляции с возбудимой и педантичной акцентуациями, с обидой как враждебной реакцией, с психологической защитой регрессии и стратегия поведения, избегания могут свидетельствовать как о неблагоприятных факторах адаптации.

Данный интегративный показатель (рис. 8) объединяет факторы эмоциональной компетентности, способствующие успешности деятельности: поведенческий и интраперсональный блоки, саморегуляция и эмпатия. Вектор эмоционального развития должен включать эти компоненты.

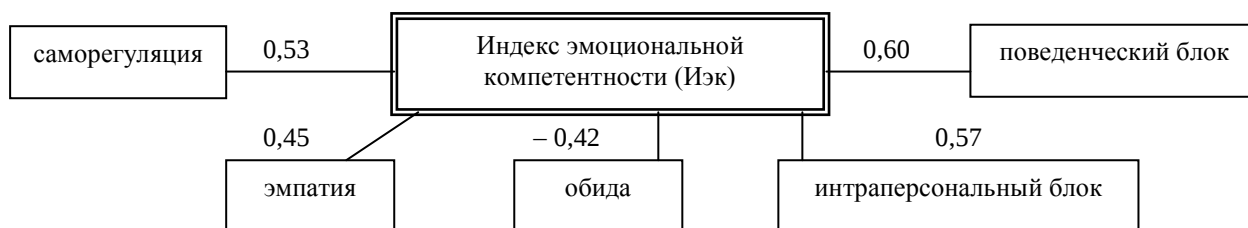


Рис. 8.

Взаимосвязь типов темперамента с акцентуациями характера (рис. 9, 10, 11, 12)

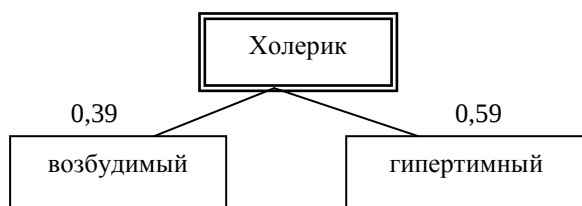


Рис. 9.

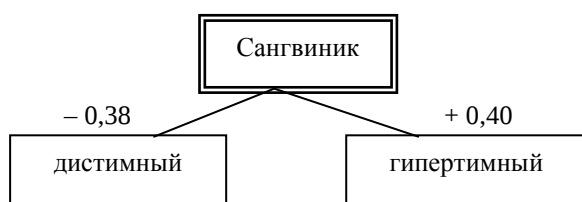


Рис. 10.

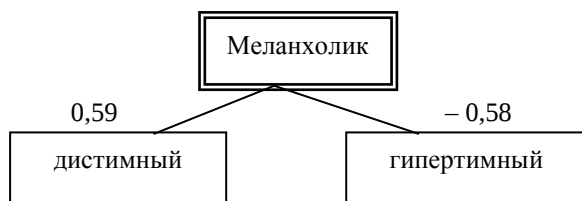


Рис. 11.

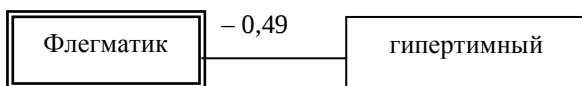


Рис. 12.

Все типы темперамента, кроме флегматика, имеют по две корреляции с акцентуациями: холерик с возбудимым и гипертимным типами акцентуаций. Сангвиник, также, как и холерик, положительно коррелирует с гипертимом и отрицательно с дистимом.

Меланхолика роднит с дистимным типом акцентуации общий пессимистический тон настроения, поэтому они связаны между собой на высоком уровне значимости ($r = 0,59$). Наличие отрицательной связи с гипертимом, который имеет жизнерадостный полюс своих переживаний, вполне логичные для меланхолика. Отрицательный коэффициент корреляции у флегматика с гипертимом также вписывается в эту схему. Только к флегматику добавляется еще осторожность, уверенность, неторопливость и выдержка.

Отрицательные связи сангвиника с подозрительностью, с чувством обиды, с раздражением и физической агрессией вполне естественны, так как эти особенности чужды его естеству.

Взаимосвязь типов темперамента с психологическими защитами и агрессивностью (рис. 13, 14)

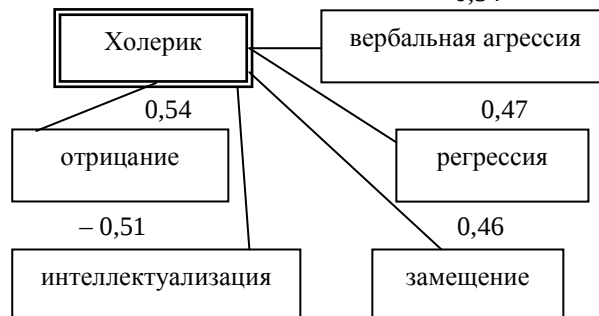


Рис. 13.

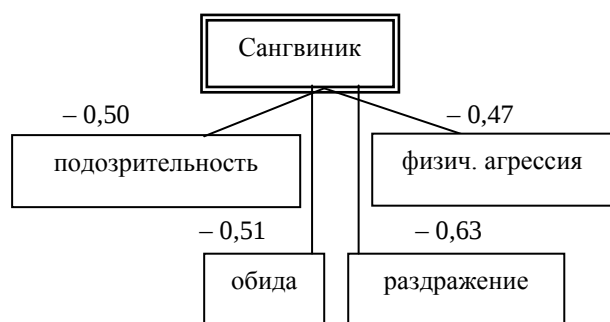


Рис. 14.

Связь типов темперамента с копинг-стратегиями и агрессивностью (рис. 15)

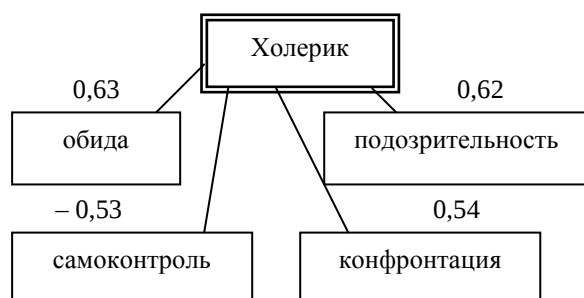


Рис. 15.

Положительные связи холерика (рис. 15) с подозрительностью, с обидой и стратегией поведения конфронтация и отрицательная корреляция с самоконтролем объясняется некоторой ригидностью его установок и импульсивностью поступков и действий. Сочетания двух полярностей в данном темпераменте делает его неуправляемым и непредсказуемым.

Физическая агрессия (рис. 16) имеет только две значимые корреляции с возбудимой акцентуацией и с психологической защитой замещения (рис. 16).



Рис. 16.

Вербальная агрессия положительно связана с физической агрессией и с такой психологической защитой, как компенсация (рис. 17).



Рис. 17.

Негативизм как агрессивная реакция имеет две отрицательные связи с тревожной ($r = -0,49$) и экзальтированной акцентуациями ($r = -0,42$). Негативизм – это оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Эта манера поведения несовместима с большой тревожностью и экзальтированностью (рис. 18).

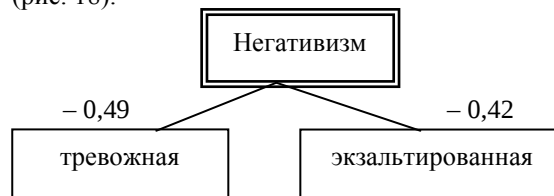


Рис. 18.

По результатам исследования А. А. Хван, Ю. А. Зайцева и Ю. А. Кузнецовой, физическая агрессия, вербальная и негативизм свойственны подросткам, независимо от их возраста (10, с. 35). Но младшим подросткам наиболее свойственно проявление физической агрессии, а после 13-и лет самой актуальной формой агрессивного реагирования для подростков является негативизм. Поэтому важной воспитательной задачей на этом этапе развития является формирование социальных навыков поведения, конструктивных способов общения и умения сдерживать свои эмоции.

Раздражение положительно коррелирует с застреваемой, возбудимой и дистимной акцентуациями (рис. 19).

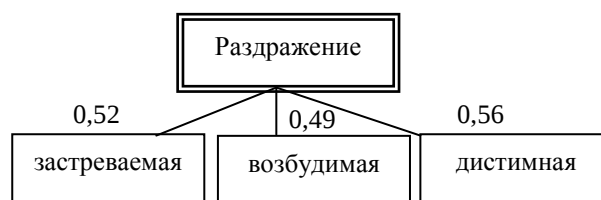


Рис. 19.

Раздражение положительно связано с такой психологической защитой, как вытеснение, отрицательно – с отрицанием (рис. 20).

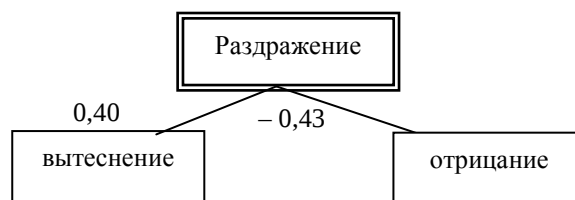


Рис. 20.

Раздражению свойственны грубость, резкость и вспыльчивость при малейшем возбуждении, большие колебания настроения – от минимальных до максимальных значений.

Подозрительность (рис. 21) как недоверие и осторожное отношение к людям положительно связано с дистимной и возбудимой акцентуациями. Если

дистимный тип акцентуации характеризуется подавленностью, отсутствием беспечно-веселого настроения, то возбудимый тип живет настоящим. Если дистим пессимистичен в отношении к будущему, то возбудимый тип равнодушен к нему. В этом их сходство и различие. Подозрительному типу свойственны негативные установки на людей и негативные ожидания от них, поэтому с гипертимом они находятся на разных полюсах поведения. Наличие отрицательной связи между ними вполне закономерно.

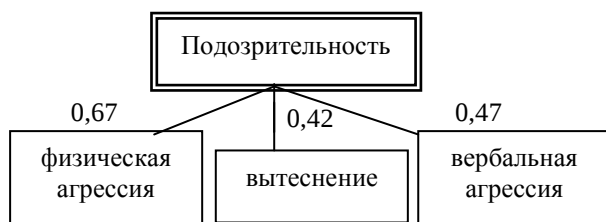


Рис. 21.

Подозрительность положительно связана как с физической, так и с вербальной агрессией и с психологической защитой (вытеснение).

На основании полученных результатов можно сделать следующие выводы:

- наличие большого количества психологических защит у холерического типа темперамента (отрицания, замещения, регрессии) свидетельствует о недостаточной организации поведения и необходимости перевода его с более низкого на более высокий уровень совладания. Тем более, что у данного типа темперамента большое количество связей с агрессивностью;

- наличие положительной связи между возбудимой акцентуацией и разными видами агрессии говорит нам об отсутствии системы самоорганизации поведения, следствием которой может быть асоциальное поведение;

- общее для холерического типа темперамента и возбудимого типа акцентуации – наличие напряжения, вызванного высокой интенсивностью их взаимодействия с окружающим миром в отличие от флегматика и меланхолика. Развитие дезадаптивно-

го состояния сопровождается предпочтением определенных защитных механизмов, а напряжение механизмов психологической защиты связано с акцентуированием некоторых черт (5, с. 160).

Литература

1. Абульханова-Славская, А. Стратегия жизни / А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991.
2. Алдашева, А. А. Особенности личностной адаптации в малых изолированных коллективах / А. А. Алдашева: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Л., 1984.
3. Казначеев, В. П. Современные проблемы адаптации человека / В. П. Казначеев // Адаптация и проблемы общей патологии. – Новосибирск: Изд-во АМН СССР, 1974. – Т. 2.
4. Либина, А. В. Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации / А. В. Либина. – М.: ЭКСМО, 2008. – 400 с.
5. Портнова, А. Г. Психологическая защита в контексте социально-психологической адаптации / А. Г. Портнова, А. М. Богомолов. – Томск: Изд-во Томского государственного педагогического университета, 2008. – 188 с.
6. Посохова, С. Т. Индивидуальные стратегии личностной адаптации // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. – М.: Институт психологии РАН, 2007. – 624 с.
7. Ронгинская, Т. И. Феномен сопротивления адаптирующим воздействиям / Т. И. Ронгинская: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. – СПб., 1995.
8. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990.
9. Фромм, Э. Психоанализ и этика / Э. Фромм. – М.: Республика, 1993.
10. Хван, А. А. Стандартизованный опросник измерения агрессивных и враждебных реакций А. Баса и А. Дарки: методические рекомендации [Текст] / А. А. Хван, Ю. А. Зайцев, Ю. А. Кузнецова. – Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО. – 66 с. (Практикум по диагностике).