

Секция «Проблемы психологии профессионального развития и психологической практики»

Особенности психологических защитных реакций на стресс у представителей разных типов темперамента

Брындин Николай Сергеевич

Студент (магистр)

Ульяновский государственный университет, Ульяновск, Россия

E-mail: brain73@yandex.ru

В данной статье представлено исследование проблемы психологических защитных реакций на стресс у представителей разных типов темперамента. Исследование проводилось среди студентов высших учебных заведений г. Ульяновск. Выборка исследования составила 48 человек: 28 девушек и 20 юношей в возрасте от 20 до 25 лет.

Актуальность исследования заключается в том, что несмотря на множество теорий ученых феномена психологических защит, он до сих пор остается не раскрытым. В настоящее время феномен психологических защит является предметом споров между учеными, что не позволяет сформировать единый и целостный взгляд на него. Например, некоторые из авторов считают, что психологические защиты несут в себе негативный и разрушительный характер, что они не способны решить внутренние и внешние конфликты, а другие считают, что они не отделимы от личности человека и являются частью его сознания.

Тот факт, что не существует какого-то одного механизма защиты, присущего всем людям, заставляет задуматься о том, чем же обусловлен выбор того или иного способа защиты. Именно поэтому, в данном исследовании были рассмотрены особенности психологических защит в зависимости от типов темперамента.

Отечественная и зарубежная психологическая наука накопила достаточный опыт изучения темперамента, его свойств, но в настоящее время современных исследований, посвященных проблеме психологических защитных реакций на стресс у представителей разных типов темперамента достаточно мало. Рассмотрим некоторые из исследований.

В исследовании особенностей взаимосвязи темперамента и механизмов психологических защит у студентов в зависимости от пола, С.Б. Переездкин и Г.В. Репина пришли к выводу о том, что темперамент и психологические защиты проявляются во всех сферах жизни личности, а именно в межличностных отношениях, эмоциональной реакции на сложные ситуации, а также что у холериков мужского пола преобладают такие механизмы защиты, как отрицание, регрессия и компенсация, а у холериков женского пола компенсация [1].

В работе Фёдоровой О. В., которая направлена на изучение взаимосвязи типа темперамента и стратегий психологических защит, было выявлено, что действительно существуют статистическая взаимосвязь. А именно, у холериков основной тип психологической защиты – агрессия, у меланхоликов – избегание, у флегматиков – миролюбие, а сангвиники способны использовать любую из стратегий психологической защиты [2].

Объектом данного исследования являются психологические защитные реакции. Предметом исследования - особенности психологических защитных реакций на стресс у представителей разных типов темперамента. Целью исследования выступило эмпирическое изучение особенностей психологических защитных реакций на стресс у представителей разных типов темперамента у студентов высших учебных заведений г. Ульяновск.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что существуют различия в психологических защитных реакциях на стресс у представителей разного типа темперамента.

Для исследования были выбраны следующие методики: Личностный опросник Айзенка (EPI), в адаптации А. Г. Шмелева; Индикатор копинг-стратегий (CSI), Д. Амирхан, в адаптации Н.А. Сироты, В.М. Ялтонского; Индекс жизненного стиля (LSI), Р. Плутчик, Х. Келлерман, Х. Конте, в адаптации НИПНИ.

С помощью математических методов статистической обработки информации, а также критерия Манна-Уитни был произведен математико-статистический анализ особенностей психологических защит и копинг-стратегий у представителей разного типа темпераментов. По результатам анализа были сделаны следующие выводы.

1. У сангвиников чаще всего преобладает стратегия разрешения проблем, у холериков стратегии разрешения проблем и поиска социальной поддержки, у флегматиков и меланхоликов стратегия избегания.

2. Значимые различия по шкале стратегии разрешения проблем были установлены между сангвиниками-флегматиками и сангвиниками-меланхоликами. По шкале стратегии избегания установлены значимые различия между сангвиниками-флегматиками и сангвиниками-меланхоликами. Значимые различия по шкале стратегии поиска социальной поддержки наблюдаются между холериками-флегматиками и холериками-меланхоликами. По шкале стратегии избегания значимые различия наблюдаются в следующих сравнительных группах – холерики-флегматики и холерики-меланхолики.

3. У сангвиников и флегматиков преобладают такие защитные психологические механизмы, как отрицание и интеллектуализация; у холериков и меланхоликов подавление, а также проекция.

4. Значимые различия по шкале отрицание были выявлены между сангвиниками-меланхоликами и сангвиниками-холериками; по шкале подавление между сангвиниками-меланхоликами; по шкале проекция, интеллектуализация между сангвиниками-холериками и сангвиниками-меланхоликами.

5. Значимые различия по шкале отрицание, подавление, проекция и интеллектуализация выявлены между холериками-флегматиками и флегматиками-меланхоликами.

Таким образом, гипотеза эмпирического исследования о том, что существуют особенности психологических защитных реакций на стресс у представителей разного типа темперамента, была подтверждена.

Практическая значимость данного исследования заключается в возможности использования результатов работы для дальнейшего эмпирического изучения особенностей психологических защитных реакций на стресс у людей с разным типом темпераментов. А также для использования данных психологами, которые занимаются индивидуальным консультированием и для студентов для более лучшего понимания проблемы.

Источники и литература

- 1) Перевозкин С.Б., Репина Г.В. Особенности взаимосвязи темперамента с механизмами психологических защит у студентов в зависимости от пола [Электронный ресурс] // Новосибирский государственный педагогический университет. 2019. №5. URL: <http://www.elibrary.ru/item.asp?id=38516819> (дата обращения: 21.02.2025).
- 2) Федорова О.В. Взаимосвязь стратегии психологической защиты и типа темперамента у учащихся ссузов [Электронный ресурс] // Витебский государственный университет им. П.М. Машерова. 2018. №4. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36597507> (дата обращения: 21.02.2025).