

*Калжанова Н.С, студент IV курса, ОП «Психология»
Казахстан, г.Актобе «Казахско Русский Международный университет»
Научный руководитель – Абрамов Валентин Владимирович, старший преподаватель, магистр.*

ВЛИЯНИЕ СВОЙСТВ ТЕМПЕРАМЕНТА НА ВЫБОР МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ

Аннотация: В статье рассматривается воздействие темперамента на выбор механизмов психологической защиты, так как феномен психологической защиты является важным бессознательным механизмом регулирования поведения и действий человека. А также отмечается гипотеза о том, что некоторые свойства темперамента (характеристики темперамента) могут являться врожденными и устойчивые образования связаны с диспозициями и определяют превалирование некоторых психологических защит как реакции на некоторые виды эмоции.

Ключевые слова: темперамент, свойства темперамента, психологические защиты, анализ, модель, исследование.

Прогрессивные обстоятельства жизни, особенно в мегаполисе, создают причины для роста психологического стресса у людей. Жёсткая конкуренция на рынке труда, усиленная мировым экономическим кризисом; высокий темп жизни и другие факторы приводят к неспособности человека преодолевать жизненные трудности. В этом случае очень важно, как он решает проблему. В связи с этим вопрос психологической защиты особенно актуален, так как они являются одним из способов снижения уровня психического стресса у человека. Важно, что продуктивность человеческой жизни и развития часто использует психологическую защиту. Поэтому изучение психологических защит, а также факторов, определяющих их выбор, представляет интерес не только теоретический, но и практический.

В последние годы все большее число авторов обращается к изучению феномена психологической защиты как важного бессознательного механизма регулирования поведения и действий человека. Эта проблема разрабатывалась отечественными и зарубежными психологами (П. М. Грановская, Ф. Бассин, Р. Плутчик, Х. Келлерман, Х. Конте и др.).

На выбор механизма психологической защиты влияют различные внешние и внутренние факторы. Темперамент - один из психологических факторов, определяющих выбор человеком определенного защитного механизма в сложных ситуациях для снятия напряжения.

Понятие «темперамент» (позднее латинское слово *temperamentum* – надлежащее соотношение частей, стали использовать как перевод греческого *temperamentum* - слияние, смешивание) было введено Гиппократом, и его содержательную сторону составляло обобщение данных наблюдения динамики лечения разных пациентов: одни пациенты обладали большей силой сопротивления лечению, другие – меньшей, у одних

выздоровление протекало быстрее, у других – медленнее [1]. Темперамент - это уникальный, естественно определенный набор динамических проявлений психики, которые, независимо от их содержания, целей, мотивов, проявляются одинаково в разных действиях, они остаются постоянными в жизни человека [2].

С проблемой темперамента В. Страхова, Н. Д. Левитов, А. Г. Ковалев, Б. Г. Ананьев, И. П. Павлов и п., Б. М. Теплова, В. Д. Небылицына и так далее. б. исследователи принимали активное участие. Фромма, К.Г. Юнга, К. Леонгард, А. Личко разработали различные типологии темперамента.

Анализ литературы, проведённый в теоретической части моего исследования, позволил нам рассмотреть психологические подходы к анализу темперамента и психологических защит.

Анализ различных способов объяснения темперамента, в частности, показал, что большинство исследователей считают, что темперамент является динамической характеристикой психической деятельности и связан с такими характеристиками, как темп, скорость, интенсивность, сила и т.д.

Темперамент основан на особенностях физиологии человека, и в этом смысле он является одной из врождённых характеристик человека. В настоящее время нет единого мнения о физиологических основах темперамента.

В результате наблюдения за динамическими проявлениями людей сформировались описания четырёх типов темперамента: холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик. Каждый из этих типов более адекватен той или иной ситуации, так что нельзя их оценивать с точки зрения «плохой – хороший».

Темперамент тесно связан с другими личностными проявлениями человека (характером, способностями и т.д.), выступая, как их динамическая основа.

На основе анализа основных результатов, полученных в различных школах, можно сделать вывод о том, что в большинстве случаев в состав темпераментальных свойств исследователи включают динамические, стилевые и энергетические характеристики поведения.

Общепризнанным является представление о наследственной обусловленности темперамента, его относительной устойчивости, о единстве, целостности проявлений в темпераменте биологических и психологических качеств человека.

Большинство изучаемых свойств темперамента носит, как правило, описательный характер. Количество свойств вытекает не из определенной теоретической модели, а детерминировано особенностями факторной обработки исходных характеристик темперамента.

В факторных теориях темперамента ничего не говорится о развитии свойств темперамента, о влиянии одних свойств на другие, об их роли и месте в структуре личности и индивидуальности.

Одной из современных теорий темперамента является модель В.М.Русалова с соавторами. Они ставят вопрос о теоретической модели темперамента, основанной на современных представлениях о биологической организации человека, и прежде всего — работе нервной системы, из которой можно было бы вывести заданное количество основных шкал (факторов) темперамента. Именно на понимании темперамента в рамках этой школы и будет строиться наше исследование. Мы также будем использовать трактовку темперамента в рамках модели Айзенка.

Важно отметить, что как в модели темперамента Айзенка, так и в модели темперамента Русалова типы темперамента выводятся на основании выраженности некоторых характеристик, которые обозначаются В.М.Русаловым и другими исследователями как темпераментальные (в модели Айзенка – это экстраверсия и нейротизм). Таким образом, более точной диагностикой темперамента испытуемых будет не столько отнесение их к тому или иному типу, сколько указание на выраженность у них темпераментальных характеристик, что и будет использоваться нами при обработке эмпирических данных.

Что касается психологических защит, то исследователи понимают под ними бессознательные психологические стратегии, с помощью которых люди избегают или снижают интенсивность таких негативных состояний, как конфликт, фрустрация, тревога и стресс.

Функциональная цель и назначение психологической защиты заключается в ослаблении внутреннего конфликта (напряжения, беспокойства), вызванного противостоянием между инстинктивными импульсами бессознательного и усвоенными требованиями внешней среды, возникающими в результате социального взаимодействия. Ослабляя этот конфликт, защита регулирует поведение человека, повышает его адаптацию и уравнивает психику.

В целом, психологические защиты служат примирению индивида с существующей реальностью в острых ситуациях фрустрации, дают временный положительный эффект.

Существует опасность отгораживания защищающейся личности от реальности, чреватой потерей связи с нею. В тех случаях, когда личность снимает защиту полностью (или она не развита), человек становится излишне чувствительным и уязвимым, теряет равновесие, заболевает и поэтому тоже не может успешно существовать в этом мире. Очевидно, что необходима мера в использовании различных форм защиты.

Последствия защитного стиля реагирования чаще всего приводят к дезадаптации. Действие механизмов психологической защиты сдерживает свободу личности и сужает поле её сознания.

Трудности теоретического и практического изучения средств индивидуальной защиты связаны с тем, что процессы защиты носят сугубо индивидуальный и слабо выраженный характер. Реальные стимулы, которые вызывают защиту, и защитные реакции могут быть отделены друг от друга во времени и пространстве. Поэтому в современной психологии сохраняются различия подходов к анализу сути защит, их типов и пр.

До настоящего времени однозначно не определены многие стороны и закономерности этого явления: проблема эффективности-неэффективности защиты, её осознанности – неосознанности и др. По-прежнему актуальным является изучение становления психологических защитных механизмов в онтогенезе и выявление роли жизненного опыта и семьи в их генезисе.

Почти всеми авторами признается, что механизмы психологической защиты оправданы только при наличии определенных личностных ресурсов и в специфических ситуациях негативных, психотравмирующих переживаний.

Неосознаваемый характер психологических защит затрудняет их диагностику. Наиболее популярной методикой, применяемой в настоящее время для диагностики психологических защит, является опросник «Индекс жизненного стиля» Келлермана-Плутчика-Конте. Именно эту методику мы и будем использовать в нашей работе и соответственно будем исходить из понимания психологических защит в рамках модели авторов методики.

Важно отметить, что у каждого человека в той или иной степени выражены все типы психологических защит. В этой связи при анализе данных, получаемых по методике «Индекс жизненного стиля» Келлермана-Плутчика-Конте представляется уместным не выделять преобладающие у личности защитные механизмы, а анализировать выраженность у каждого испытуемого всех защит, но с разным весом.

Таким образом, в нашем исследовании мы рассматриваем темперамент как набор темпераментальных характеристик личности (экстраверсия, нейротизм, эргичность, пластичность, темп, эмоциональность). Эти характеристики изменяются непрерывно от минимального до максимального показателей, задавая особенности темперамента. Выраженность психологических защит у человека также имеет непрерывный характер, то есть у каждого присутствуют все психологические защиты, но с разным весом.

Итак, в данном исследовании мы понимаем психологическую защиту в рамках модели Келлермана-Плутчика, как особый способ реагирования личности, формирующийся в связи с определённой эмоцией, вызванной в свою очередь базовой диспозицией личности.

Под темпераментом в данном исследовании в рамках теории В.М. Русалова, мы будем понимать совокупность четырёх психических черт (эргичность, пластичность, темп и эмоциональность) проявляющихся в двух сферах (предметная и социальная). Указанные восемь свойств темперамента определяют уровень энергодинамических возможностей человека.

В указанном контексте общая цель нашего исследования по изучению влияния типа темперамента на выбор механизмов психологической защиты трансформируется в следующую цель эмпирического исследования – выявить взаимосвязь темпераментальных характеристик и уровня выраженности психологических защит.

В рамках указанного выше понимания темперамента и психологических защит можно предположить, что некоторые свойства темперамента (темпераментальные характеристики), как врождённые и устойчивые образования коррелируют с диспозициями (модель Келлермана-Плутчика) и определяют преобладание некоторых психологических защит, как реакций на определенные эмоции. В этом и заключается общая гипотеза нашего эмпирического исследования.

В рамках вышеупомянутой концепции темперамента и психологической защиты можно полагать, что некоторые свойства темперамента (характеристики темперамента) могут являться врождёнными и устойчивые образования связаны с диспозициями (модель Келлермана-Плутчика) и определяют превалирование некоторых психологических защит как реакции на некоторые виды эмоций. Это общая гипотеза моего эмпирического исследования.

Список литературы:

1. Либин А.В. Дифференциальная психология: на пересечении европейских, российских и американских традиций М.: Смысл, 1999 С. 66
2. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий. СПб., 2004. С 154

Kalzhanova N.S., IV- year student, psychological faculty

Kazakhstan, Aktobe "Kazakh Russian International University"

Science advisor – Valentin Vladimirovich Abramov, Senior Lecturer, Master.

THE INFLUENCE OF TEMPERAMENT PROPERTIES ON THE CHOICE OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS

Resume: The article discusses the influence of temperament on the choice of psychological defense mechanisms, since the phenomenon of psychological defense is an important unconscious mechanism for regulating human behavior and actions. It also notes the hypothesis that some properties of temperament (characteristics of temperament) can be innate and stable formations are associated with dispositions and determine the prevalence of some psychological defenses as a reaction to certain types of emotions.

Keywords: Temperament, temperament properties, psychological defenses, analysis, model, research