

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

"ПЕРМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ"
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

Кафедра практической психологии

Выпускная квалификационная работа бакалавра

**ПСИХОДИНАМИЧЕСКИЙ, СОЦИАЛЬНЫЙ, ЛИЧНОСТНЫЙ
ФАКТОРЫ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ**

Работу выполнила:
студентка V курса группы Z1151
заочного отделения
направление 37.03.01 «Психология»
профиль «Психология»
Уральцева Екатерина Романовна

(подпись)

«Допущена к защите в ГЭК»
Зав. кафедрой

(подпись)

« ____ » _____ 2018 г.

Руководитель:
кандидат психол. наук, доцент
кафедры практической психологии
Вихман Александр Александрович

(подпись)

ПЕРМЬ
2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	4
Глава 1. Совладающее поведение как проблема исследования	9
1.1 Изучение механизмов психологической защиты в зарубежной и отечественной психологии	9
1.1.1 Классификация механизмов психологической защиты	9
1.1.2 Развитие механизмов психологической защиты в онтогенезе	17
1.2 Изучение совладающего поведения и копинг-стратегий в зарубежной и отечественной психологии	20
1.2.1 Классификация совладающего поведения и копинг-стратегий	20
1.2.2 Развитие совладающего поведения и копинг-стратегий в онтогенезе	28
1.3 Психодинамический фактор формирования механизмов психологической защиты и совладающего поведения	31
1.4 Социальный фактор формирования механизмов психологической защиты и совладающего поведения	34
1.5 Личностный фактор формирования механизмов психологической защиты и совладающего поведения	39
1.6 Постановка проблемы, цель, задачи, предмет и объект исследования	42
Глава 2. Организация и методы эмпирического исследования	46
2.1 Организация исследования	46
2.2 Основные характеристики выборки	46
2.3 Методы исследования	47
Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение	52
3.1 Сравнение групп по количественным показателям адаптивности совладающего поведения	52

3.2 Достоверные различия в психодинамических, социальных, личностных показателях у подростков с разным уровнем адаптивности совладающего поведения	55
3.3 Особенности взаимосвязи защитных механизмов психики, совладающего поведения и психодинамического, социального, личностного факторов	61
3.3.1 Особенности взаимосвязи механизмов психологической защиты и копинг-стратегий с психодинамическими факторами	63
3.3.2 Особенности взаимосвязи механизмов психологической защиты и копинг-стратегий с социальными факторами	69
3.3.3 Особенности взаимосвязи механизмов психологической защиты и копинг-стратегий с личностными факторами	75
Выводы	81
Заключение	83
Библиографический список	85
Приложения	91

ВВЕДЕНИЕ

Условия проживания в современном мире можно по праву назвать экстремальными и стимулирующими развитие стресса. Человека постоянно окружают различные источники стресса: профессиональные, бытовые, информационные, экологические, социальные и т.д. Последние исследования механизмов психологической защиты, совладающего поведения и копинг-стратегий все чаще затрагивают тему их взаимосвязи с уровнем интеллекта, с темпераментом, с уровнем агрессии и т.д. То есть ученых интересует вопрос, как происходит формирование защитных механизмов и совладающего поведения, какие факторы влияют на их формирование и преобладание у конкретных личностей определенных механизмов психологической защиты и копинг-стратегий.

В связи с трагическими событиями, которые произошли в нашем городе за этот учебный год с участием подростков, особо актуален вопрос об улучшении качества защиты психики подростков от стресса, причем адекватной зрелой защиты. Важной проблемой является так же профилактика асоциального поведения: делинквентного и девиантного, так как такое поведение является последствием непродуктивного совладания со стрессом. С этой целью данные полученные нами в процессе исследования будут переданы штатному психологу учебного учреждения, в котором проводилось исследование.

Проблема исследования и его актуальность: На данный момент существует много исследований на тему механизмов психологической защиты и совладающего поведения, начиная от работ З. Фрейда (1991, 1997) и А. Фрейд (1999) . Над этими вопросами работали многие исследователи: К. Хорни (1997), Э. Фромм (1990), В. Райх (1999), Ф. Перлз (2003), Н. Мак-Вильяме (1998), Ф.В. Басейн (1988, 2000), Б.В. Зейгарник (1986), Ф.Е. Василюк (1984), В.И. Журбин (1990), Е.Т. Соколова (1989), Э.И. Киршбаум

(2000), Е.С. Романова и Л.Р. Гребенников (1996), Г.В. Грачев (1998), Л.Д. Демина (2000), Т. Л. Крюкова (2008, 2010, 2013), Е.В. Либина (1994, 1998, 2003), О.В. Кружкова (2006) и многие другие. Тем не менее, в области изучения данной проблемы остались нерассмотренными взаимосвязи защитных механизмов психики с разноуровневыми индивидуальными свойствами (психодинамическими, социальными, личностными). В своей работе мы же решили расширить эту область знаний, соотнеся зрелость механизмов психологической защиты и адаптивность копинг-стратегий с психодинамическим, личностным и социальным факторами, чтобы посмотреть на картину в целом. Эта проблема лежит в основе нашего исследования.

Теоретическая значимость: Расширение теоретических знаний по вопросу зрелых механизмов психологической защиты, адаптивного совладающего поведения и влияющих на них психодинамических, социальных и личностных факторов. Кроме того, новизна нашего исследования определяется тем, что впервые на базе КГАПОУ «Пермский Радиотехнический колледж им. Попова» проводится подобное исследование.

Практическая значимость: Результаты исследования зрелых механизмов психологической защиты и адаптивного совладающего поведения в связи с психодинамическим, личностным и социальным факторами можно использовать в работе с родителями для коррекции стиля их семейного воспитания таким образом, чтобы становление ребенка как личности проходило так, чтобы ребенок в дальнейшем овладел навыками адаптивного совладания со стрессом. Кроме того, в связи с формированием нового стандарта образования возникают возможности для пересмотра отношения к индивидуальности ребенка, к его успешной адаптации на всех уровнях образования и его успешности в совладании со стрессовыми ситуациями. Расширение знаний о механизмах психологической защиты и стратегиях совладающего поведения дает новые ресурсы для понимания, какой стиль педагогической деятельности может подойти для конкретного

ребенка с целью минимизации его напряжения, а, следовательно, его успешного обучения в рамках образовательных учреждений. Выявленные психологические закономерности будут полезны психологу КГАПОУ «Пермский Радиотехнический колледж им. Попова» для формирования рекомендаций для учащихся, родителей и педагогов.

Методологическими основаниями работы являются принцип единства психодинамического, социального и личностного в развитии человека (В.С. Мерлин), положение об адаптивной функции психологической защиты (А. Фрейд, Р. Плутчик, Г.Келлерман и Х.Р.Контэ), положения теории Р. Лазаруса и С. Фолкман о стратегиях совладающего поведения, теория Темперамента Яна Стреляу, положения теории Е. Шафер, положения теории Т.Л. Крюковой об адаптивности совладающего поведения и положения теории С.А. Хазовой и М.В. Сапоровской о трансгенерации.

Эмпирические основания работы: работы В.А. Усталова (2006), Т.Л. Крюковой (2013), С.А. Хазовой (2013), И.А. Красильникова (2012), М.А. Кленовой и М.Ю. Лаврентьевой (2015), М.В. Сапоровской (2013).

Целью данного исследования является изучение особенностей совладающего поведения в связи с психодинамическим, социальным и личностным факторами.

Объект исследования: психодинамические, социальные и личностные свойства, совладающее поведение и защитные механизмы психики.

Предмет исследования: Особенности совладающего поведения в связи с психодинамическими, социальными, личностными факторами у подростков.

В качестве гипотезы выдвигаются следующие положения:

1. Существуют достоверные различия на всех уровнях (психодинамическом, социальном, личностном) у подростков с разным уровнем адаптивности совладающего поведения;
2. Существуют связи адаптивного совладающего поведения с психодинамическим, социальным, личностным факторами.

3. Существуют связи зрелых защитных механизмов психики с психодинамическим, социальным, личностным факторами.

Цель, объект, предмет и гипотеза определили постановку следующих задач исследования:

1. Выделить с помощью кластерного анализа эмпирически обоснованные различающиеся количественно группы по показателям адаптивности совладающего поведения;

2. Выявить достоверные различия в психодинамических, социальных, личностных показателях у подростков с разным уровнем адаптивности совладающего поведения с помощью Т-критерия Стьюдента;

3. Выявить с помощью корреляционного анализа Пирсона связи между зрелыми защитными механизмами психики с психодинамическим, социальным и личностным факторами в группах подростков, различающихся по уровню адаптивности совладающего поведения.

4. Выявить с помощью корреляционного анализа Пирсона связи между адаптивностью совладающего поведения с психодинамическим, социальным и личностным факторами в группах подростков, различающихся по уровню адаптивности совладающего поведения.

Методы исследования и анализа данных. Метод теоретического анализа литературы; методы психодиагностического обследования: опросник Плутчика, Келлермана, Конте – методика Индекс жизненного стиля (ИЖС), опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана, тест Большая пятерка (Big Five) Р. МакКрае, П. Коста, методика диагностики темперамента Яна Стреляу, «поведение родителей и отношение подростков к ним» Е. Шафер (ПОР); методы статистического анализа эмпирических данных: кластерный анализ, Т-критерий Стьюдента, корреляционный анализ Пирсона.

Апробация исследования. Результаты исследования были представлены на XIII межрегиональной научно-практической конференции: Ярмарка

научно-практических инициатив студентов «ЯНПИС» (20–21 мая 2016 г.) (Уральцева & Вихман, 2016) и на XV городской научно-практической конференции: Ярмарка научно-практических инициатив студентов «ЯНПИС» (25 мая 2018 г.) (Уральцева & Вихман, 2018).

ГЛАВА 1. СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ КАК ПРОБЛЕМА ИССЛЕДОВАНИЯ

1.1 Изучение механизмов психологической защиты в зарубежной и отечественной психологии

1.1.1 Классификация механизмов психологической защиты

Совладающее поведение в его широком понимании является понятием, которое объединяет в себе все процессы психики, нацеленные на сохранение целостности человека в травмирующей психику ситуации. Известно, что совладание может быть неосознанным и осознанным. Неосознанное совладание осуществляется за счет защитных механизмов психики, а осознанное совладание – это копинг. Важно разделить два понятия, механизмы психологической защиты и копинг-стратегии. Для дальнейшей работы необходимо разграничить понятия защитных механизмов психики и копинг-стратегий.

К проблеме феноменологии, исследования и коррекции психологической защиты обращались многие зарубежные и отечественный психологи (З. Фрейд, А. Фрейд, Ф. Перлз, К. Роджерс, Дж. Вэйлант, Р. Лазарус, В. Райх, Р. Плутчик, Р.М. Грановская, В.А. Ташлыков, Ф.В. Бассин, Б.В. Зейгарник и др.). Но до сих пор существует отсутствие единых понятий и единой классификации защитных механизмов психики. Существует так же некое противостояние во мнениях на функции защитных механизмов и их влияние на адаптивные свойства личности. Для исследования стоит подробнее познакомиться с работами, посвященными этой теме.

Во второй части «Предварительного сообщения» И. Брейера и З. Фрейда находится первое упоминание о психологической защите. Эта тема раскрывается в контексте исследований по психотерапии истерии. Далее Фрейд описал функции психологической защиты: снижение тревоги, беспокойства, фрустрации. По его мнению, суть психологической защиты заключается в том, чтобы снять психическое напряжение, возникающее в

результате внутриличностного конфликта между энергией бессознательных биологических влечений (Ид) и интериоризованных в процессе социализации норм поведения (СуперЭго). Под психологической защитой Фрейд изначально подразумевал только подавление, но далее он ввел ряд обозначений других механизмов психической защиты наряду с подавлением. Эти обозначения используются и в современной психологии. В своей работе «Конечный и бесконечный анализ» Фрейд под психологической защитой представляет общее обозначение всех тех механизмов, которые, являясь продуктами развития и научения, ослабляют конфликт на интра- и интерперсональном уровнях социальных взаимодействий индивида, регулируя тем самым его поведение. Таким образом, функционирование защиты связывается с такими психическими функциями, как адаптация, поддержание интрапсихического равновесия и регулирование (Усталов, 2006). Исходя из структуры личности по Фрейду, именно Эго являлось основным носителем функции психологической защиты, так как именно его цель – адаптация личности к условиям среды и нахождение компромисса между Ид и СуперЭго.

Последователем З. Фрейда стала его дочь А. Фрейд. Анна Фрейд описала 9 механизмов психологической защиты: вытеснение, регрессия, формирование реакции, изоляция, уничтожение сделанного, проекция, интроекция, сублимация. Работа Анны Фрейд стала концептуальной основой для еще одной женщины – последователя Зигмунда Фрейда Мелани Кляйн. Она создает свою теорию, в основе которой лежит представление о реальности и действенности инстинкта смерти. То, что для Анны Фрейд являлось компромиссными уловками Эго, Кляйн воспринимает как этапы-способы формирования и развития Эго (Кляйн, 2001).

Концепции психоанализа придерживаются многие отечественные авторы. А.Л. Свеницкий писал: «Психологическая защита – это любая из психологических реакций, которую индивид усваивает и использует на неосознаваемой основе, чтобы защитить свое «Я» от тревоги конфликта,

чувства вины, стыда и т.д. (Свеницкий, 2011)». В психологическом словаре С.Я. Подопригора психологические защиты представлены как: «Система регулятивных механизмов, которые направлены на устранение или сведение к минимуму негативных травмирующих личность переживаний (Подопригор, 2010)». Д.А. Леонтьев дает следующее определение: «Защита психологическая – система регуляторных механизмов в психике, которые направлены на устранение или сведение к минимуму негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта (Мещерякова & Зинченко, 2007)».

Луева пишет о том, что большинство отечественных авторов наделяют основной функцией защиту – установление барьера между личностью и проблемой. В то время как термин «психологическая защита» относится именно к системе защитных механизмов, в которую входят конкретные способы и механизмы преодоления трудностей (Луева, 2014).

Очевидно что, в определениях отечественных авторов есть одинаковые элементы, благодаря которым можно составить определенную специфику. Так А.В. Котенева выделила следующие особенности психологических защит:

- 1) Всегда связаны с ситуацией конфликта.
- 2) Оказание помощи в разнообразных конфликтах при защите личности.
- 3) Предотвращение дезорганизации личности и сохранение ее изначальных представлений о мире (Котенева, 2013).

Однако, в зарубежной и отечественной психологии существуют принципиально иные мнения на роль механизмов психической защиты. Динамический и структурный подход в психологии принесли новизну в исследование защитных механизмов. Основная идея направления заключается в том, что психика – динамически изменяющаяся система. Основатель телесно-ориентированной психологии В. Райх при исследовании

проблемы защитных механизмов выделил такое явление как «постоянная защита». «Он рассмотрел действия защитных механизмов не только во внутреннем мире человека, но и их проявления в телесных характеристиках, таких как: скованность, напряженность, однотипность движений, постоянная улыбка, высокомерие, ироничное и дерзкое поведение – это остатки сильных защитных механизмов в прошлом. Они отделились от своих исходных ситуаций и стали чертами характера человека. В своей концепции В. Райх отмечал их как «броню характера». Уникальность закрепления защитных механизмов в действиях человека дает возможность изучения психологических защит через опосредованное наблюдение поведения человека (Луева, 2014)».

К Роджерс – представитель гуманистической психологии говорил в своей работе «Взгляд на психотерапию. Становление личности», что утрачивание жизненной энергии может стать результатом использования человеком защитных механизмов. Роджерс утверждал, что при отказе от психологической защиты адаптивные свойства личности улучшатся. Единственная причина, при которой происходит использование психологической защиты, заключается в отсутствии реальных представлений человеком о своих возможностях в реальной ситуации. К. Роджерс отмечал: «Клиентом реже использовались защитные механизмы, а отсюда – он был более открыт своему и чужому опыту. Его восприятие стало более реалистичным и дифференцированным (Роджерс, 1994)».

Стоит заметить, что и в отечественной психологии существует немало работ, посвященных так же вопросу о том, что защитные механизмы становятся препятствием в формировании реалистической картины мира.

Работы Ф.В. Бассина стали одними из первых в этой области. Особенностью его взгляда стало критическое отношение к идеям, выдвинутым в рамках психоаналитического подхода. Он предложил свою теорию относительно психологических защит. Ф.В. Бассин под защитными механизмами понимает преобразованную систему психологических

установок, основная функция которых, нейтрализация эмоционального нарушения после пережитой человеком травмы (Бассин, 2010).

Кроме того, существует множество мнений о негативных функциях защитных механизмов психики. Р.М. Грановская понимала механизмы психологической защиты как «систему ограждающую сознание от информации, нарушающей внутреннее равновесие человека, опирающиеся на сложившуюся картину мира (Грановская, 1988)». «Защитные механизмы являются ригидными, вынужденными, произвольными и неосознаваемыми процессами, действующими нереалистично, без учета целостной ситуации и долговременной перспективы (Савина, 1998)». Б.В. Зейгарник считала, что хоть защитные механизмы и проявляются на бессознательном уровне, при наличии цели и контроля над поведением их действие можно отбросить на вспомогательный план. Иначе, различные виды защит способны деформировать поступки человека и исказить окружающую его реальность.

Как уже было отмечено, не все механизмы психологической защиты способствуют адаптации, а некоторые даже препятствуют ей. Идея иерархичности механизмов психологической защиты прослеживается в различных концепциях. В зарубежной литературе наиболее развернутую классификацию можно найти в работах Дж. Вэйланта, Р. Плутчик и Н.А. Конте.

Психоаналитик Дж. Вэйлант выделил 18 видов механизмов, наиболее общепринятых и известных в научном сообществе. Он разбил все психологической защиты на 4 группы, отражающие значимость каждого механизма для определенного этапа развития и особенности его функционирования при столкновении личности с определенными трудностями (Табл. 1).

Таблица 1

Иерархическая классификация защит и свойственных им способов коррекции Дж. Вэйланта

Психологическая защита				
Уровень	Механизмы	Разновидности	Характерные проявления	Коррекция
1	Психотические механизмы	<ul style="list-style-type: none"> – иллюзорная проекция – отрицание внешней реальности – искажение реальности 	Вплетена в мечты и фантазии взрослых	В результате принятия существующей реальности
2	Инфантильные механизмы	<ul style="list-style-type: none"> – проекция чувств – шизоидное фантазирование – ипохондрия – пассивно-агрессивное поведение – компульсивное поведение 	Для взрослых с нарушениями характера	В результате освоения навыков создания близких и благоприятных взаимоотношений с окружающими
3	Невротические механизмы	<ul style="list-style-type: none"> – интеллектуализация – репрессия – перенос чувств – наигранное поведение – разотождествление, или невротическое отрицание 	Для здоровых людей в возрасте от 3 до 90 лет при острых стрессовых состояниях	В ходе психотерапии
4	Зрелые механизмы	<ul style="list-style-type: none"> – альтруизм – юмор – подавление импульсов – антиципация худшего – сублимация 	Своеобразный способ интеграции реальности.	В результате адекватного поведения

Из таблицы видно, что к зрелым механизмам Вэйлант относит альтруизм, юмор, подавление импульсов, антиципацию худшего и сублимацию. Кроме того, можно отметить ряд примитивных механизмов, по мнению Вэйланта: иллюзорная проекция, отрицание внешней реальности, искажение реальности.

Далее представлена классификацию, которая считается так же ценной. Авторы этой классификации американские психологи Р. Плутчик и Х. Конте. Они основываются на представлении о связях конкретных эмоций и

специфических эго-защитных механизмов. Плутчик и Конте подчеркивают в своих работах, что использование механизмов психологической защиты – вполне нормальное явление. «Это особый механизм, действующий по принципу отрицательной обратной связи, включение которого имеет результирующий эффект в виде ослабления излишне интенсивной эмоциональной реакции в целях сохранения своего Я-образа, с одной стороны, и с другой – в целях поддержания социально адекватных отношений (Кружкова & Шахматова, 2006)». В своей концепции авторы рассматривают 8 основных эмоций, которые являются консервативными способами поведения и присущи всем людям: страх, удивление, гнев, принятие, отвращение, уныние (тоска), радость, чувство предвосхищения, и соответствующих им 8 вариантов психологической защиты: вытеснение, регрессия, замещение, отрицание, проекция, компенсация, реактивное образование, рационализация.

Таблица 2

**Механизмы психологической защиты по результатам исследований
Р.Плутчика, Х.Конте**

Уровень защиты	Вид психологической защиты	Регулируемая эмоция	Черты личности
Примитивные формы	вытеснение	страх	неуверенность
	регрессия	удивление	наивность, непоследовательность
	замещение	гнев	агрессивность
	отрицание	принятие	социабельность, доверчивость
Высшие формы	проекция	отвращение	подозрительность
	компенсация	уныние, тоска	депрессивность
	реактивное образование	радость	общительность
	рационализация	чувство предвосхищения	рациональность, любознательность.

Стоит заметить, что основная идея авторов заключается в том, что при использовании одинаковых стратегий поведения в определенных ситуациях

при использовании конкретной психологической защиты приводит в итоге к искажению характера человека. В итоге формируются определенные устойчивые черты личности, определяющие в дальнейшем акцентуации характера. Далее это приводит к тому, что акцентуация перерастает в явные психопатологические варианты поведения. Кроме того, что авторы выявляют акцентуации характера, которые влекут за собой защитные механизмы, они так же разбираются и в природе их происхождения (Табл. 3).

Таблица 3

Образование механизмов защиты по результатам исследований Р. Плутчика, Х. Конте

Эмоции Спонтанное выражение	Результат	Страх и его социализированны е формы	Механизмы защиты	Переоценка стимулов
Страх	Обесценивание	Стыд	Подавление	«Мне это незнакомо»
Гнев	Мечь, наказание, обесценивание	Страх, стыд	Замещение	«Вот кто во всем виноват»
Радость	Наказание, отвержение	Страх, стыд	Реактивное образование	«Все, связанное с этим, отвратительно»
Печаль	Результат отсутствует. Отвержение	Страх, чувство неполноценности	Компенсация	«Зато я... Все равно я... Когда- нибудь я...»
Принятие	Равнодушие отвержение	Чувство неполноценности	Отрицание	Оценка отсутствует
Отвержение	Отвержение	Страх самонеприятия	Проекция	«Все люди порочны»
Ожидание	Обесценивание	Растрянность, паника, чувство вины	Интеллектуализация	«Все объяснимо»
Удивление	Обесценивание	Чувство вины, страх самостоятельности и инициативы	Регрессия	«Вы обязаны мне помочь»

В отечественной психологии ученые также разрабатывали собственные классификации механизмов психологической защиты. Идеи об

иерархичности психологической защиты встречаются в работах Р.М. Грановской. Она представляет защитные механизмы не как единую субстанцию, а как различные элементы, отличающиеся друг от друга и имеющие разные функции. В одной из своих работ Р.М. Грановская рассматривает несколько линий защиты:

1. Первая линия защиты происходит на уровне бессознательного. Поведение человека управляется архетипом – одним из элементов бессознательного. В этот момент, он полностью контролирует поведение человека и вступает в конфликт не только с обществом, но и с доводами рассудка. Цель такого поведения добиться желаемого любыми путями.

2. Вторая линия защиты подразумевает подсознательную психологическую защиту, то есть защитные механизмы находятся на уровне подсознания и выполняют функцию отчуждения сознания от различных переживаний, не только внешних, но и внутренних.

3. Третья линия защиты – это осознаваемые стереотипы. По мнению Р.М. Грановской: «Осознаваемые стереотипы – результат не столько внутренних психических травм, сколько напряжения, возникающего от давления общественных норм на поведение и оценку ситуаций, личностью». Социальные стереотипы появляются в результате необходимости приспособления к социальной среде. Выступая в роли правил, которые нельзя переступить (Грановская, 2009).

1.1.2 Развитие механизмов психологической защиты в онтогенезе

Психологические защиты помогают нам в противостоянии порой ужасающей окружающей действительности. Об этом говорят как отечественные, так и зарубежные психологи. Так же во многих концепциях прослеживается теория о том, что значимость психологической защиты со временем изменяется. Это связано с тем, что мир уже не представляется столь опасным. Страх трансформируется и приобретает новые формы вместе

с развитием человека. Еще З. Фрейд отмечал, что основная проблема человеческого существования – справиться со страхом и тревогой. «Поэтому ликвидация тревоги и избавление от страха – это наиболее мощный критерий эффективности действия защитных механизмов (Скуратова, 2011)». Изначально страх – это биологическая эмоция, лежащая в основе витальной тревоги из-за наказания, которое последует после проступка. Далее страх перерастает в чувства, которые находятся в социальной сфере, это стыд и вина. По Фрейду защитные механизмы психики появляются только вместе со страхом. Таким образом, когда в процессе онтогенеза возникают новые страхи и тревоги, соответственно формируются новые механизмы психологической защиты. При этом, изначально защитные механизмы включаются неосознанно, только потом они зреют вместе с человеком и становятся сознательными и целенаправленными. Стоит заметить, что значимость самих механизмов не уменьшается, в условиях постоянно меняющегося мира человек вынужден использовать механизмы разного уровня.

Анна Фрейд в своей работе «Психология Я и защитные механизмы» сделала акцент именно на становление механизмов психологической защиты в процессе онтогенеза. Она писала: «Эго представляет собой структуру, которая развивается в жизни ребенка. Процесс развития Эго заключается в приобретении все более совершенных способов защиты от внешних и внутренних конфликтов. Тем самым, снижается уровень тревожности, чувство дискомфорта, препятствующее адаптации. Более «тонким» механизмам защиты соответствует большая зрелость личности и более эффективная ее адаптация» (Фрейд, 2003). Анна Фрейд полагает, что защитные механизмы формируются в период детства, их индивидуальный набор зависит от многих факторов внутрисемейной ситуации, отношений ребенка с родителями, от тех конкретных обстоятельств жизни, с которыми ребенок встречается.

Э. Эриксон в своих работах не выделял отдельно взятые защитные механизмы, как Зигмунд и Анна Фрейд. Исходя из его теории «Эго-идентичности» можно сделать вывод о развитии защитных механизмов и их динамичности в силу возрастных особенностей личности (Хьелл & Зинглер, 2003).

На основании проведенного Вэйлантом лонгитюдного исследования автор пришел к выводу о том, что в ходе эволюции человека развиваются и психологические защиты. Дж. Вэйлант писал: «Такое упорядочивание подчеркивает, что созревание человека, сопровождаемое эволюцией и развитие адаптивных процессов, происходят от уровня к уровню (Луева, 2014)».

Достаточное количество исследований доказывает, что основы личности закладываются именно в младшем школьном возрасте. В этом возрасте закладываются представления ребенка о своем «Я», стремление сохранить и защитить его целостность. Именно в этом возрасте, по мнению исследователей, определяются базовые защитные стратегии поведения (Скуратова, 2011).

Подростковый возраст занимает особое место в исследованиях механизмов психологической защиты. Связано это в первую очередь с тем, что меняется парадигма подростка, он сталкивается с новыми мнениями и взглядами, а его задача обнаружить себя и сформировать свое «Я». В связи с этим уровень тревоги подростка столь велик, что механизмы психологической защиты проявляют себя в полном спектре. Психологическая защита проявляется в тенденции подростка сохранять привычное мнение о себе, отторгая или искажая информацию, расцениваемую как неблагоприятную и разрушающую первоначальные представления о себе и окружающем мире. У подростка изначально каждый механизм формируется в связи с конкретными инстинктивными побуждениями и связан с определенной фазой индивидуального развития. Побуждает формирование механизмов психической защиты огромное

количество стрессов, конфликтов, тревоги, агрессии свойственных подростковому возрасту. Защитные механизмы начинают свое действие в тех случаях, когда достижение цели невозможно. Важно заметить, что механизмы не являются способами достижения цели, но являются помощниками для возвращения сбалансированного состояния в условиях возникших трудностей.

Исследования Ганеевой показали, что организация защиты и ее способность противостоять внешним вредным воздействиям у разных подростков неодинакова, а зависит от социально-психического типа личности. Одних защита не ограждает от того, от чего следовало бы, других ограждает настолько прочно, что в психику перестает проникать даже значимая информация (Ганеева, 2012).

1.2 Изучение совладающего поведения и копинг-стратегий в зарубежной и отечественной психологии

1.2.1 Классификация совладающего поведения и копинг-стратегий

Очень важным является вопрос о разграничении понятий механизмов психологической защиты и копинг-поведения. Б.Д. Карвасарский и В.А. Ташлыков указывают, что механизмы совладания и защиты – адаптационные процессы индивидуума. В.А. Ташлыков, которому по праву принадлежит первенство в исследовании совладающего поведения и психологической защиты, рассматривал совладающее поведение, как один из механизмов психологической защиты. Он говорил о том, что копинг-стратегии могут самопроизвольно осуществляться в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах личности (Ташлыков, 1997). Н. Хаан предполагает, что копинг и защита основываются на одинаковых эго-процессов, но отличаются направленностью: защита – на слабую адаптацию, а копинг – на продуктивную. При возникновении стрессовой ситуации запускаются структуры, которые необходимы для адекватного ответа: когнитивные,

социальные, мотивационные и нравственные. Если же ответ не является подходящим для ситуации, то начинается копинг-процесс, если же новые условия непосильны для личности, то копинг принимает форму защиты. Защитные механизмы искажают действительность, это их основное отличие от копинг-поведения. Кроме того, основным отличием копинг от защиты можно назвать пластичность. Копинг рассчитан на перспективу и является зависящим от ситуации. Субъект очень важен в процессе копинга, так как именно он является источником преобразования ситуации (Журавлев, 2011).

Во второй половине XX в. В понимании феномена психологической защиты закономерно возникли определенные противоречия:

1. Наличие психоаналитического предиктора объяснения психологической защиты при переориентации психологической науки в сторону когнитивного и экзистенциально-гуманистического подходов;

2. Преимущественно негативная интерпретация психологической защиты как тормозящего личность феномена при очевидном существовании и позитивных эффектов преодоления угроз и трудных жизненных ситуаций;

3. Искажение понимания «нормы» функционирования защиты за счет массивного накопления клинических наблюдений за ее проявлениями при объективной потребности в формировании знаний о здоровой активизации защитного поведения личности;

4. Развитие теорий стресса и осознание того факта, что человек в стрессогенной ситуации не только переживает и работает с этими переживаниями, но и целенаправленно действует, преодолевая трудные обстоятельства.

В итоге данные противоречия послужили предпосылками для выделения нового феномена, в определенном смысле лишённого того негативного подтекста, которым к тому времени обладала трактовка психологической защиты. Совладающее поведение (копинг) стало альтернативой психологической защиты как феномен, выполняющий сходные функции ограждения психики от чрезмерно эмоционально-

когнитивных нагрузок и поведенческого разрешения затруднительных жизненных обстоятельств, вызывающих состояние стресса (Кружкова, 2012).

Термин «копинг» предложен А. Маслоу и происходит от английского слова «to cope» — совладать, преодолевать. В российской психологии его переводят как совладающее поведение или психологическое преодоление.

История совладающего поведения началась в 1940-е годы с исследования Х. Хартмана при описании процесса образования психологических защит, указывая на присутствие «незащитной» формы реакции личности на психологические проблемы в «сфере Я, свободной от конфликта». В дальнейшем исследования копинга продолжились став наиболее актуальными в 1960-1980-е гг. (Л. Мерфи, Н. Хаан, Т. Кроуберг, Р. Лазарус). В ходе изучения совладающего поведения выделены в настоящее время три подхода: диспозиционный, интегративный и ситуационный. В основе первого подхода лежат положения З. Фрейда о том, что совладающее поведение представляется как способ психологической защиты для снятия напряжения. Представители интегративного подхода А. Биллингс и Р. Мосс выделяли в личности человека набор определенных черт, ответственных за регуляцию своих действий. Они полагали, что у каждого человека есть определенный набор психических черт, которые побуждают его реагировать на стрессовые ситуации более или менее конкретным способом, определяя стиль поведения в конкретной ситуации. Авторы считали, что ответ на стрессовые ситуации будет похожим, поскольку определяется психологическими чертами, которые практически не изменяются. Третий подход ситуационный, его авторами являются Р. Лазарус и С. Фолкман. В центре этого подхода личность и ситуация, которые могут в равной степени занимать лидирующее положение и определять специфику совладающего поведения индивида. Отношения личности и ситуации представляют собой не просто соперничество, а интегративный процесс, в ходе которого рождается определенный стиль поведения. Процесс совладания, согласно третьему подходу, разделен на несколько этапов и имеет две составляющие:

когнитивные и поведенческие усилия личности, которые в процессе взаимодействия объединяются между собой для преодоления трудной ситуации. Ученые выделили два вида когнитивной составляющей – первичную и вторичную оценку. На первом этапе развития процесса совладания происходит первичная оценка ситуации. Она позволяет оценить степень угрозы. На этой стадии принимается решение о том, надо ли реагировать на данную ситуацию или следует отнести ее к обычным изменениям. Второй этап развития процесса совладания представляет вторичную оценку, которая является дополнением к первому этапу, определяя стили поведения или копинг-стратегии, которые человек должен использовать для разрешения этой ситуации. На третьем этапе выступает собственно поведенческая составляющая, а именно выработка механизмов по преодолению стресса в ходе решения сложной ситуации. В то же время Р. Лазарус подчеркивал, что помимо трех основных этапов развития совладающего поведения, возможен и четвертый этап, на котором происходит когнитивная переоценка значимости самой ситуации для индивида, постановка новых целей и задач по разрешению возникших проблем (Журавлев, 2011).

В отечественной психологии изучение совладающего поведения началось сравнительно недавно. Одними из первых следует выделить такие работы, как исследования внутренней картины болезни у больных неврозом В.А. Ташлыкова, работы Л.И. Анцыферовой, посвященные исследованию стратегий жизни человека. Одним из первых исследователей, посвятивших работы копинг-поведению, стал Р.К. Назаров. На данный момент наиболее известными являются работы К.К. Платонова, изучающего функциональное состояние и работоспособность человека, а также Т.А. Немчина, В.И. Медведева, не менее известны работы Т.Л. Крюковой, А.В. Журавлева, Г.С. Коротковой.

В центре проблемы совладающего поведения с точки зрения большинства отечественных психологов стоит субъект. По мнению А.В.

Брушлинского, субъект – это цельный человек способный объединить в себе все виды деятельности, быть активным в отношении себя и окружающей действительности, быть творцом, совладающим с жизнью творцом. А.В. Брушлинский писал: «Субъект – это человек, люди на высшем (индивидуально для каждого из них) уровне активности, целостности, системности, автономности». В понимании ученого субъект – это образ человека, находящегося в постоянном взаимодействии с социумом, проявляющего активность в решении проблем (Брушлинский, 1999).

В ходе исследования проблемы совладающего поведения стоит основываться на представлениях Т.Л. Крюковой. Она пишет: «Совладающее поведение представляется как поведение, позволяющее субъекту с помощью осознанных действий способами, адекватными личностными особенностями и ситуации, справиться со стрессом» (Крюкова, 2013).

В определении копинга, или совладающего поведения, предложенным Т.Л. Крюковой, можно увидеть взаимосвязь между ситуацией и личностью. Исходя из определения, цель такого поведения заключается, прежде всего, в благоприятной атмосфере достижений между возникшей ситуацией и человеком. Для достижения равновесия человек использует определенный стиль поведения. В то же время стиль поведения предполагает совокупность выработанных действий по отношению к конкретной ситуации, которые и формируют совладающее поведение. Под определенными действиями в ходе развития совладающего поведения, или копинг-стратегии (Луева, 2015).

Понимая совладающее со стрессом поведение как сложный междисциплинарный и многофакторный феномен, Крюкова в своих исследованиях акцентирует внимание на следующем:

1. Это адаптивное поведение, используемое в стрессовых ситуациях с целью уменьшения воздействия стресса для регуляции эмоциональных состояний, чтобы прекратить, избежать или вытерпеть действие стрессора.

2. Оно обеспечивает человеку продуктивность, хорошее здоровье, благополучие благодаря сознательному выбору способов поведения в

соответствие с личностными особенностями и требованиями стрессовой ситуации.

3. Совладающее поведение принадлежит человеку как субъекту – свободному, независимому и самоэффективному (Крюкова, 2013).

В современной психологии стратегии совладания представляют собой «основанные на осознаваемых усилиях конкретные действия для регуляции человеком эмоционального и интеллектуального напряжения с целью оптимальной психологической адаптации к внешним обстоятельствам». На данный момент известно множество различных стратегий совладающего поведения. Каждый автор при составлении своей теории выделяет свои стратегии. Вместе с тем стратегии совладающего поведения не однозначны. Они могут носить в себе как конструктивный, так и дезадаптивный тип поведения, поскольку в жизни человек при решении конкретной проблемы использует несколько стратегий одновременно или стилей (Луева, 2015).

Основными критериями для классификации копинг-стратегий чаще всего выступает направленность действий индивидуума, интенсивность совладания, адаптивность выбираемых копингов, а также их модальность, т.е. психологическая сфера, с которой соотносятся стратегии.

Если говорить о направленности действий индивидуума стратегии совладающего поведения можно разделить на ориентированные на ситуацию, либо ориентированные на собственную личность. Так, Р. Лазарус и С. Фолкман выделяют проблемно-фокусированные и эмоционально-фокусированные стратегии. Первые предполагают рациональный анализ проблемы, построение плана разрешения трудной ситуации и проявляются в самостоятельном анализе случившегося, в обращении за помощью к другим, в поиске дополнительной информации. Вторые касаются эмоционального реагирования на ситуацию, они не сопровождаются конкретными действиями, так как человек пытается не думать о проблеме, стремиться отвлечься и забыться. Особо подчеркивается роль когнитивного анализа в самом начале столкновения со стрессом. Когда человек оценивает ситуацию

как поддающуюся контролю, он использует проблемно-фокусированные стратегии. Если же человек оценивает ситуацию, как не поддающуюся изменениям, то он прибегает к эмоционально-фокусированным стратегиям или стратегиям избегания (Лазарус, Фолкман, 1988).

Р. Лазарус и С. Фолкман выделяют восемь основных копинг-стратегий:

1. Планирование решения проблемы, предполагающее усилия по изменению ситуации, включающие аналитический подход к решению проблемы;
2. Конфронтационный копинг (агрессивные усилия для изменения ситуации, определенная степень враждебности и готовности к риску);
3. Принятие ответственности (признание своей роли в возникновении проблемы и попытки ее решения);
4. Самоконтроль (усилия по регулированию своих эмоций и действий);
5. Положительная переоценка (усилия по поиску достоинств существующего положения дел);
6. Поиск социальной поддержки (обращение к помощи окружающих);
7. Дистанцирование (когнитивные усилия отделиться от ситуации и уменьшить ее значимость);
8. Бегство-избегание (желание и усилия, направленные к бегству от проблемы).

Эти копинг-стратегии можно условно разделить на четыре группы: в состав *первой группы* входят стратегии планирования решения проблемы, конфронтации, принятия ответственности. Можно предположить, что их активное использование усиливает связь между справедливостью взаимодействия и эмоциональным состоянием участников. Эти стратегии подразумевают, что человек прикладывает активные усилия, пытаясь самостоятельно изменить ситуацию, и поэтому нуждается в дополнительной информации о ней. В результате он обращает особое внимание на условия взаимодействия, одним из которых является справедливость, и анализирует

их. Именно этот процесс и обеспечивает серьезное влияние оценки справедливости на эмоциональное состояние человека. *Вторую группу* образуют стратегии самоконтроля и положительной переоценки. Вероятно, что их использование также усиливает связь между справедливостью взаимодействия и эмоциями участников. Это происходит, поскольку эти копинг-стратегии подразумевают контроль человека за своим состоянием, решение проблемы посредством его изменения. Люди, активно использующие эти стратегии, могут обращаться к условиям взаимодействия как к средству, которое поможет им осуществить задуманное. Например, они могут искать оправдание или позитивные аспекты того положения, в котором они оказались. Серьезное влияние оценки справедливости как одного из условий взаимодействия является следствием этого процесса. В состав *третьей группы* копинг-стратегий входят дистанцирование и бегство-избегание. Можно предположить, что их использование не оказывает влияния на связь между справедливостью взаимодействия и эмоциями участников. Это происходит, поскольку они подразумевают «уход», отказ человека от активного изменения ситуации или своего состояния. Людям, использующим эти стратегии, не нужна информация об условиях взаимодействия, от участия в котором они отказываются, и поэтому они не придают ей серьезного значения. В результате она не оказывает влияния на их состояние. И наконец, *четвертую группу* образует стратегия поиска социальной поддержки. Вероятно, ее использование также не оказывает влияния на связь между справедливостью взаимодействия и эмоциональным состоянием. Дело в том, что эта копинг-стратегия хотя и не подразумевает стремления «выйти» из ситуации, но и не предполагает самостоятельного решения возникшей проблемы. Поэтому использующий ее человек также не заинтересован в поиске дополнительной информации.

Некоторые исследователи пришли к выводу, что копинг-стратегии лучше разделить по принципу функциональных и дисфункциональных аспектов. Первый тип представляет собой прямые попытки справиться с

проблемой самостоятельно или, прибегнув к помощи, второй тип связан с использованием непродуктивных стратегий. В психологии принято дисфункциональные копинг-стили называть «избегающим копингом». Например, Фрайденберг предлагает классификацию, в которой 18 стратегий сгруппированы в три категории: обращение к другим (обращение к другим за поддержкой, будь это сверстники, родители или кто-то ещё), непродуктивный копинг (стратегии избегания, которые связаны с неспособностью справиться с ситуацией) и продуктивный копинг (работать над проблемой, сохраняя оптимизм, социальную связь с другими и тонус) (Ялтонский, Сирота, 2008).

Классификаций стратегий совладающего поведения огромное множество (Приложение 2). При эмпирических исследованиях очень тяжело определиться с подходящей классификацией. В данной эмпирической работе будет использована классификация Лазаруса и Фолкмана.

1.2.2 Развитие совладающего поведения и копинг-стратегий в онтогенезе

Развитие совладающего поведения не происходит в один момент, а представляет собой длительный процесс, связанный с развитием человека. «Личность человека в ходе своего совершенствования проходит ряд этапов, на каждом из которых испытывает различные переживания (Луева, 2015)».

Развитие механизмов защиты психики и совладающего поведения на ранних этапах онтогенеза принято считать общим целым, а не дифференцируемыми понятиями. Тем более, принято считать, что психологические защиты и копинг-стратегии входят в единую адаптационную систему (Сергиенко, 2010).

На ранних этапах А. Фрейд постановила, что защитные механизмы психики не стоит рассматривать исключительно как врожденные свойства. Если точнее, то она говорила, что на механизмы защиты влияет среда

ребенка: взаимодействие ребенка с людьми и с миром в целом. А. Фрейд показала, что защитные механизмы проявляются в ситуациях, когда «Я» подвергается чрезмерной активности интерпсихических побуждений, представляющих для него опасность (Фрейд, 1993).

А. Адлер говорил о том, что в 4-5 лет у детей формируется определенная модель поведения, в которой уже отражены психологическая защита и отношение ребенка к самому себе (Адлер, 2011).

Д.В. Винникотт говорит о том, что с возрастом появляется важная особенность – придавать смысл своим действиям, способность эта приобретает ребенком путем научения в раннем возрасте. Таким образом, существенную роль играет окружение ребенка, чем больше с ребенком договариваются, тем быстрее он научается договариваться сам с собой. В этот момент происходит переход от неосознаваемых механизмов к зрелому копингу (Русяева, 2013).

Такие авторы, как Лазарус, Фолкман (1966), Коста, МакКрей (2003), Перрез, Рейчертс (1988) говорили о том, что единственная детерминанта, которая может оценить успешность той или иной системы копинг-стратегий, - это сама стрессовая ситуация. Так как судить можно только из контекста. Возраст, являясь лишь существенным аспектом, определяет специфические компоненты совладающего поведения, но не обуславливает адаптивное поведение и эффективное совладание со стрессом.

В своих исследованиях А.В. Смирнова достаточно полно описала динамические процессы, характерные для периода становления совладающего поведения у детей 7-11 лет. Как утверждает исследователь, именно в этом возрасте происходит активное формирование копинг-поведения у детей. Существенные динамические процессы наблюдаются в переходе от младшего школьного возраста к младшему подростковому возрасту. Они характеризуются установлением у подростков стилей совладания социально приемлемого характера с актуализацией одной из важнейших характеристик копинг-поведения – осознанностью. В 11 лет

наблюдается существенная регрессия совладающего поведения от конструктивного стиля (решение проблемы, поиск социальной поддержки, принятие ответственности) к экстернальному копингу (интернализация и дистанцирование) (Смирнова, 2010).

Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский провели исследование на подростках. В ходе исследования было установлено, что у детей 11-12 лет еще не сформирован индивидуальный стиль совладающего поведения. Испытуемые использовали все стратегии совладания, наибольшее предпочтение отдавая «поиску социальной поддержки» и «избеганию». Позднее похожие исследования были проведены рядом других исследователей. В работах Н.М. Лыковой встречаются исследования копинг-стратегий применительно младшему подростковому возрасту. Автору было важно узнать, есть ли принципиальные отличия в способах совладания со стрессом у подростков из благополучной и неблагополучной среды. В результате проведенного исследования было выявлено, «что подросткам из разных групп была свойственна близкая структура совладающего поведения (Станибула, 2017).

С.А. Хазова так же подтверждает, что стилистика совладающего поведения активно формируется в юном возрасте, на начальном этапе становления взрослости. Основным критерий, по которому личность выбирает ту или иную копинг-стратегию – ее эффективность в преодолении трудностей. Хазова утверждает, что именно юный возраст является ключевым в становлении стиля совладания. В дальнейшем же человек использует те стратегии, которые были для него наиболее эффективными на прошлых этапах. Кроме того, она подчеркивает, что в дальнейшем появляется упреждающий метод совладания со стрессом, то есть человек, исходя из своего опыта, учится предвосхищать проблемные ситуации (Хазова, 2013).

Многие исследователи говорят о том, что только к концу юношеского периода индивидуум в полной мере овладевает защитными механизмами психики. В первую очередь это зависит от развития копинг-ресурсов, и

главным образом от такого ресурса, как самооценка. Так в исследованиях было обнаружено, что продуктивные и относительно продуктивные стратегии совладающего поведения характерны для людей с адекватной самооценкой и высоким уровнем эмпатии.

1.3 Психодинамический фактор формирования механизмов психологической защиты и совладающего поведения

Среди индивидуальных особенностей личности, которые ярко характеризуют поведение человека, его деятельность и общение с другими людьми, особое место принадлежит темпераменту. Установлено, что наибольшее проявление темперамента отмечается в тех ситуациях, где наблюдается высокий уровень нейропсихологического напряжения (или стресс).

Темперамент представляет собой совокупность таких психических черт, признаков и свойств, которые возникли в результате обобщения динамических, формальных, стилевых характеристик психики под влиянием устойчивых индивидуальных биологических детерминант и которые предполагают обычный стиль эмоциональных и поведенческих ответов индивида, являющихся предсказуемыми. Опираясь на такое понимание темперамента, логично было бы предположить, что темперамент наряду с такими базовыми характеристиками как уровень тревожности, тип мышления, особенность локуса контроля, направленность характера является предиктором совладания, т.е. оказывает весьма существенное влияние на предпочтение способа совладания с трудными жизненными ситуациями (Либина А., Либин А., 1998).

Вопросу связи темперамента и совладающего поведения посвящено много работ (Лернер, 1984; Томас, 1977; Басс и Пломин, 1984; Гришина, 1981 и др.). Отечественные психологи А.Г. Ананьев (1977), Н.Д. Левитов (1982), В.С. Мерлин (1973), В.Д. Небылицин (1976), С.Л. Рубинштейн (1946), В.М. Русалов (1986), Б.М. Теплов (1952), занимавшиеся изучением темперамента,

считают, что темперамент представляет собой индивидуальные особенности человека, выражающиеся в эмоциональной возбудимости, в большей или меньшей тенденции к сильному выражению чувства во вне, в импульсивности, темпе, силе, устойчивости, скорости, амплитуде психических процессов. К другим важнейшим показателям темперамента относят чувствительность и впечатлительность человека, особенности переживания собственных поступков и действий, яркость эмоций. В наиболее общем виде темперамент – характеристика энергетическая и биологически и генетически обусловленная (Хазова, 2006).

В 2003 году под руководством Крюковой и Хазовой было проведено исследование «Темперамент в трудных жизненных ситуациях». Основными выводами, которого стали следующие положения:

1. Холерики в трудных ситуациях стремятся снять напряжение любыми, не всегда социально одобряемыми способами, отсюда же и более частый отказ от каких-либо действий по решению проблемы по сравнению, например, с более уравновешенным флегматиком. Однако холерик более устойчив в своих интересах и имеют высокий уровень привязанности. Как следствие из этого его обращение к социальной поддержке.

2. Меланхолики выбирают такие стратегии как социальная поддержка («друзья», «принадлежность», «духовность»), что связано со слабостью нервной системы меланхоликов. Меланхолики чаще сангвиников и флегматиков прибегают к неконструктивному совладанию («беспокойство», «несовладание», «самообвинение».

3. Сангвиники и флегматики достаточно эффективно и рационально справляются с трудностями. Однако сангвиники по сравнению с флегматиками чаще ищут поддержку друзей и стремятся расслабиться (Хазова, 2006).

В 2012 году Красильников И.А. провел эмпирическое исследование. При оценке корреляционных связей между свойствами темперамента и копинг-стратегиями показали следующие результаты: большинство связей

между свойствами темперамента и копинг-стратегиями отсутствуют, за исключением положительной корреляции между стратегией избегания и социальной энергичностью, пластичностью, а также между предметной и социальной эмоциональностью и копингом, ориентированным на эмоции, что вполне закономерно. Таким образом, был сделан вывод о том, что в некоторых ситуациях избегание, действительно является более предпочтительным. Повышенная эмоциональность как свойство темперамента повышает неуверенность в себе и снижает копинг, ориентированный на решение задачи и, возможно, рисковое поведение (Красильников, 2012).

В 2015 году эмпирическое исследование по этому вопросу провели Кленова М.А. и Лаврентьева М.Ю. В результате своего исследования они пришли к следующим выводам:

В результате проведенного исследования можно сказать о сформированности научного представления о типологии личностей, предпочитающих определенные стратегии поведения. Все стратегии преодоления можно разместить в четырех полях пересечения двух векторов: Пассивные-Активные действия и Деструктивные-Конструктивные. В соответствии с этим делением, можно охарактеризовать четыре типа личности, выбирающих данные копинги. Активные-конструктивные копинги (ассертивные действия) предпочитают личности холеристического и сангвинистического темперамента, обладающие чертами общительности, выраженной силы «Я», самостоятельности. Пассивные-конструктивные (вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки) копинги выбирают сангвиники, но они при этом чаще проявляют зависимость и внушаемость и могут обладать сниженной мотивацией. Пассивные-деструктивные (осторожные действия, избегание) стратегии чаще предпочитают флегматические и меланхолические личности, в индивидуально-психологических чертах, которых прослеживаются черты тревожности, податливости, робости, озабоченности. Активные-

деструктивные копинги (асоциальные и агрессивные действия) выбираются чаще холериками с чертами проявления радикализма и тревожности. Что же касается манипулятивных и импульсивных действий как копингов, данные стратегии в исследовании оказались предпочтительными у флегматиков и холериков соответственно (Кленова, Лаврентьева, 2015).

Основные результаты по вышеупомянутым исследованиям представлены на Рис. 1.

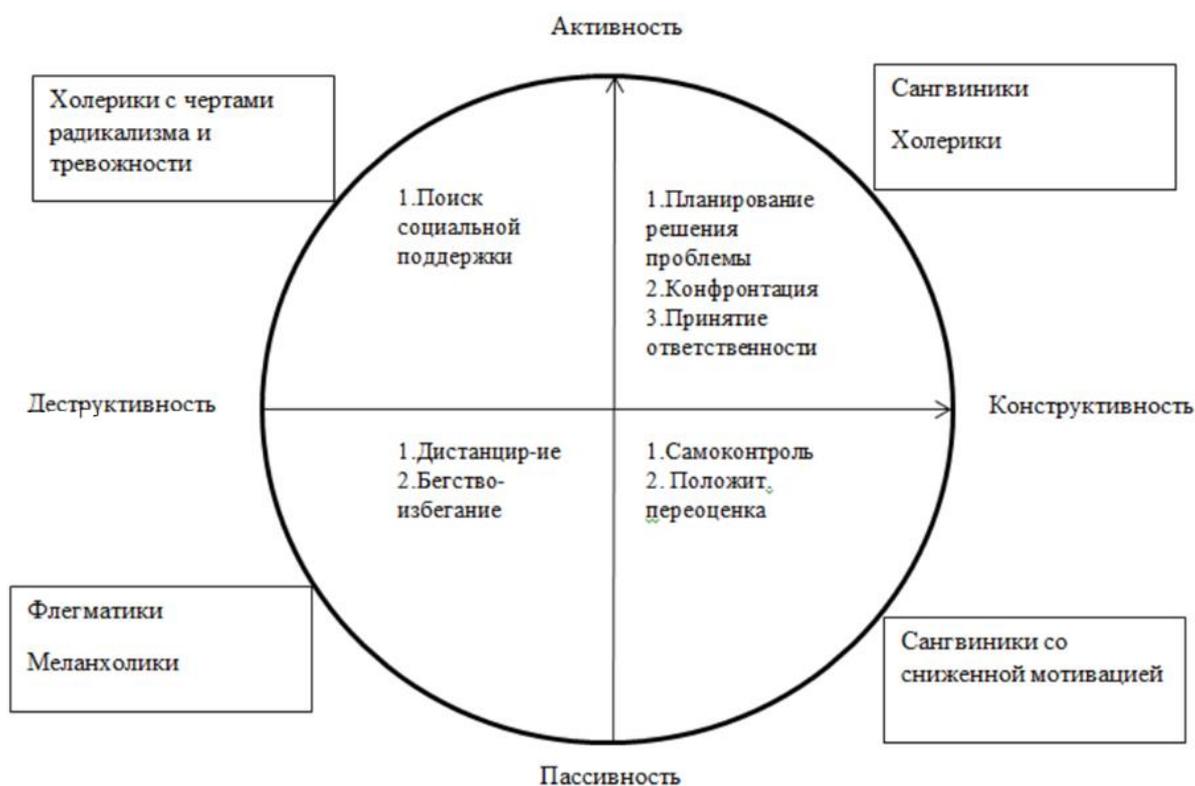


Рис. 1. Связь темперамента и копинг-стратегий

1.4 Социальный фактор формирования механизмов психологической защиты и совладающего поведения

В исследованиях многих авторов доказывается влияние на механизмы психологической защиты и совладающее поведение социального фактора. Когда говорится о становлении личности, скорее рассматривается большое количество факторов, влияющих на личность в процессе ее становления. Одним из основных факторов по праву считается семья, а точнее социальное положение, род занятий, материальный уровень и уровень образования

родителей, в значительной мере предопределяют жизненный путь ребенка. Кроме сознательного, целенаправленного воспитания, которое дают ему родители, на ребенка воздействует вся внутрисемейная атмосфера, причем эффект этого воздействия накапливается с возрастом, преломляясь в структуре личности.

Начиная с психоанализа, а конкретнее с Анны Фрейд, впервые психологи стали говорить о том, что на становление защитных механизмов психики серьезное влияние оказывает среда. Общение ребенка с близкими людьми и с миром в целом формируют опыт ребенка, на основе которого выстраивается совладающее поведение (Фрейд, 1993).

Говоря о семье, в первую очередь говорить о стиле семейного воспитания. Под стилями семейного воспитания понимаются наиболее характерные способы отношений родителей к ребенку. В эти способы входят средства и методы педагогического воздействия, проявляющиеся в словесном обращении и взаимодействии. Огромный вклад в категоризацию стилей семейного воспитания внесли Э. Маккоби и Дж. Мартин. Представленная ими типология стилей родительского воспитания включает 4 типа: авторитетный, авторитарный, либеральный и индифферентный (Карабанова, 2005).

Для того чтобы теоретически проанализировать взаимосвязь механизмов психологической защиты со стилями семейного воспитания, были сопоставлены результаты исследования Р. Плутчика, Х. Конте и результаты лонгитюдного исследования Д. Баумринд (Табл. 4). Она провела исследование, в процессе которого было выделено три группы детей. Первую группу составили дети, у которых отмечался высокий уровень независимости, зрелости, уверенности в себе, активности, сдержанности, любознательности, дружелюбия и умения разбираться в окружающей обстановке (I). Вторую группу образовали дети, недостаточно уверенные в себе, замкнутые и недоверчивые (II). Третью группу составили дети, которые менее всего были уверены в себе, не проявляли любознательности, не умели

сдерживать себя (III). Были рассмотрены четыре параметра поведения родителей по отношению к ребенку: контроль, требование зрелости, общение, доброжелательность (Калинина, 2005).

Таблица 4

Сопоставление результатов, полученных в исследованиях Р.Плутчика и Х.Конте с результатами исследований Д. Баумринд

Уровень защиты	Защитный механизм	Черты личности	Группы детей по Баумринд	Модель поведения родителей по Баумринд	Стиль семейного воспитания
Примитивные формы	Вытеснение	неуверенность	III	<i>Снисходительная модель</i>	<i>Либеральный стиль или индифферентный стиль</i>
	Регрессия	наивность, непоследовательность	II/III	<i>Властная модель или снисходительная модель</i>	<i>Авторитарный стиль, либеральный стиль или индифферентный стиль</i>
	Замещение	агрессивность	II/III	<i>Властная или снисходительная модель</i>	<i>Авторитарный стиль, либеральный стиль или индифферентный стиль</i>
	Отрицание	социабельность, доверчивость	I	<i>Модель авторитетного родительского контроля</i>	<i>Авторитетный стиль</i>
Высшие формы	Проекция	подозрительность	II	<i>Властная модель</i>	<i>Авторитарный стиль</i>
	Компенсация	депрессивность	II/III	<i>Властная модель или снисходительная модель</i>	<i>Авторитарный стиль, либеральный стиль или индифферентный стиль</i>
	реактивное образование	общительность	I	<i>Модель авторитетного родительского контроля</i>	<i>Авторитетный стиль</i>
	рационализация	рациональность, любознательность.	I	<i>Модель авторитетного родительского контроля</i>	<i>Авторитетный стиль</i>

Основываясь на данном сопоставлении, были сделаны следующие выводы:

1. Высшие формы защит, такие как рационализация и реактивное образование чаще всего возникают у детей, которые были воспитаны в семьях, использующих демократический стиль семейного воспитания.

2. Демократический стиль семейного воспитания так же присущ семьям, дети из которых используют отрицание, примитивный механизм защиты.

3. Авторитарный стиль воспитывает детей, использующих проекцию, что является зрелым механизмом психологической защиты.

4. Либеральный и индифферентный стили семейного воспитания характерны для появления таких примитивных механизмов психологической защиты, как замещение и вытеснение.

5. Примитивный механизм психологической защиты – регрессия по описанию подходит к семьям, выбирающим авторитарный, либеральный и индифферентный стили семейного воспитания.

6. Компенсация, являясь зрелым механизмом психологической защиты возникает в семьях с авторитарным, либеральным и индифферентным стилями семейного воспитания.

В проделанной нами работе по обнаружению связи механизмов психологической защиты и стилей семейного воспитания были обнаружены следующие закономерности: при выборе определенного стиля семейного воспитания родители неосознанно, а, возможно, и осознанно поддерживают в ребенке проявление тех или иных защитных механизмов. Чаще всего приходится говорить о том, что родители, таким образом, подстраивают ребенка под свое представление об успешном, послушном или просто ненадоедливом ребенке. В дальнейшем, у ребенка в связи с частым использованием определенного механизма психологической защиты начинают, как утверждают Р. Плутчик и Х. Конте, проявляться определенные черты личности. Таким образом, стоит предположить, что черты личности, которые актуализируются у ребенка в процессе воспитания в семье, напрямую связаны с поддержанием в этой семье определенных механизмов психологической защиты. Но также предполагается, что некоторые зрелые защитные механизмы, например компенсация, развиваются у ребенка скорее в противовес действиям родителей. Не стоит забывать, что семья – это лишь

один из факторов, влияющих на становление личности ребенка (Уральцева & Вихман, 2016).

Касаемо совладающего поведения и его связи с социальными факторами так же были проведены исследования (Сапоровская, Хазова, Крюкова, Куфтяк). В частности, в эмпирических исследованиях М.В. Сапоровской доказано влияние механизма трансгенерации (воспроизводства и приемственности) семейной системы на различные виды совладающего поведения у членов семьи (Сапоровская, 2013). Результаты показывают, что способы совладания с трудностями в семье передаются на основе трансгенерации или «социального наследования», т.е. разновидности социальной межпоколенной связи в семье, основанной на передаче и приеме опыта в направлении от предков к потомкам. Паттерны совладающего поведения и семейной группе передаются в соответствие с двумя типами межпоколенной трансгенерации («межпоколенное воспроизводство» и «межпоколенная приемственность»). В основе межпоколенного воспроизводства находятся неосознаваемые механизмы подражания и идентификации. Именно поэтому, при воссоздании потомками опыта предков возможно повторение как конструктивного, так и деструктивного опыта оценки стрессов и совладания. Относительно межпоколенной приемственности нами подчеркивается, что потомками учитывается и воссоздается только ценный и полезный опыт предков. В основе этого вида связи лежит процесс усвоения (Крюкова, 2013).

Е.В. Куфтяк так же в своих исследованиях подчеркивает значимость фактора семьи в становлении копинг-поведения. В своей модели развития копинга среди ключевых факторов она выделяет:

- Типология и феноменология привязанности к значимым взрослым.
- Система личностных отношений с другими людьми и индивидуально-психологические особенности ребенка, проявляющиеся в отношениях с окружающим миром.

- Основные параметры семьи, включающие стереотипы взаимодействия, семейные мифы, правила и т.д..
- Особенности детско-родительских отношений.
- Актуальные модели совладающего поведения родителей.

Из исследований Куфтяк можно сделать важный вывод о том, что ребенок копирует копинг-поведение родителей, видоизменяя его в зависимости от своих индивидуально-психологических особенностей.

1.5 Личностный фактор формирования механизмов психологической защиты и совладающего поведения

Говоря о формировании механизмов психологической защиты, при анализе литературы был выявлен интересный факт. На этот факт особенно четко указали Р. Плутчик и Х. Конте: «одинаковое поведение в определенных социальных ситуациях с интенсивным использованием одной и той же психологической защиты приводит к искажению характера субъекта с формированием определенных устойчивых черт личности, определяющих вид акцентуации, которая при увеличении поведенческого консерватизма перерастает в явные психопатологические варианты поведения». Так или иначе, человек, который использует какой-то определённый набор защитных механизмов практически во всех стрессовых ситуациях, отличается конкретными чертами характера (Уральцева & Вихман, 2016).

Исходя из этих данных, возник вопрос, в случае механизмов психологической защиты, что все-таки оказывает влияние, личные качества на механизмы психологической защиты или механизмы на черты личности.

Исследования, занимающиеся поиском взаимосвязей между индивидуально-типологическими характеристиками личности и совладающим поведением проводятся (Басс, Пломин, Никольская, Грановская), но таких исследований довольно мало.

Басс и Пломин (1984), считают что три основные характеристики личности – эмоциональность, энергичность и общительность, присутствующие еще в раннем возрасте и остающиеся практически неизменными в течение жизни, могут играть важную роль в смягчении влияния стресса на человека в детстве и юности.

И.М. Никольской и Р.М. Грановской было проведено исследование зависимости выбора копинг – стратегий от личностных свойств детей младшего школьного возраста. Было установлено, что дети напряженные, возбудимые, с низким самоконтролем склонны использовать стратегии аффективного реагирования. Эти стратегии также характерны для детей, склонных к риску, недобросовестных, с низким уровнем интеллекта. Тревожные ребята использовали стратегии социальной поддержки, в том числе «молюсь». Дети с интровертированным типом личности склонны к уходу в себя, к избеганию социальных контактов и физического напряжения. Реакция ухода, как правило, сопровождалась страхами, депрессивным фоном настроения, расстройствами сна, повышенной утомляемостью (Никольская & Грановская, 2000).

Крюкова пишет о том, что базовые психологические свойства личности детерминируют в значительной степени выбор стилей реагирования и оценки ситуаций, т.е. стилей и стратегий совладания, под которым понимается осознанное поведение, направленное на устранение травмирующих факторов или адаптацию к ним (Крюкова Т.Л., 2000).

В 2011 году Величевской Софьей Борисовной было проведено исследование по влиянию индивидуально-психологических характеристик личности на выбор стратегий совладающего поведения. Данная работа была посвящена проблеме системного изучения личностных и гендерных особенностей, оказывающих влияние на выбор стратегий совладающего поведения и некоторыми индивидуально-психологическими характеристиками личности. Результатами ее исследования стали следующие положения: В мужской выборке высокие значения показателей были

выявлены по следующим индивидуально-типологическим характеристикам: «спонтанность», «сенситивность», «тревожность». Превалирование такой индивидуально-психологической характеристики, как «спонтанность» характеризует личностей лидерского типа. Мужчинам в высокой спонтанностью свойственны решительность, стремление поступать по-своему, часто пренебрегая условностями и запретами. Высокие показатели по шкале «сенситивность» характеризуют испытуемых мужской выборки как людей, не склонных к широкому кругу контактов, часто неуверенных в себе, с готовностью отступить в конфликтной ситуации. Поскольку показатели «сенситивности» уравновешены примерно столь же выраженными баллами по шкале «спонтанности», то это говорит о том, что черты сенситивности компенсируются достаточно высокой амбициозностью, мотивацией на достижение; одновременно импульсивность в высказываниях и поступках имеет тенденцию к сдерживанию, поскольку выраженность уровня «сенситивности» компенсирует «спонтанность». Уровень «экстраверсии» выше в женской выборке, что говорит об открытости испытуемых, о стремлении расширить круг контактов. Высокие значения показателя по данной индивидуально-типологической характеристике соответствуют представлениям о том, что в стрессовой ситуации женщины более ориентированы на социальную поддержку. Высокие значения показателей в женской выборке по таким шкалам, как «эмотивность», «сенситивность», «тревожность» и «экстраверсия» характеризует испытуемых как стремящихся избегать конфликтов, стремящихся согласовывать поступки и высказывания с общепринятыми правилами поведения, наряду с этим такие личности могут вести себя достаточно демонстративно, эмоционально неустойчиво (Величевская, 2011).

1.6 Постановка проблемы, цель, задачи, предмет и объект исследования

Проанализировав литературу по проблематике механизмов психологической защиты, совладающего поведения и копинг-стратегий, были сделаны следующие основные выводы:

1. Защитные механизмы проявляются на бессознательном уровне. Носителем функции психологической защиты является Эго. Они всегда связаны с ситуацией конфликта (внутриличностного или межличностного). Их задача защитить личность от травмирующих факторов с целью сохранения идеального «Я». Защитные механизмы формируются в онтогенезе. Наиболее сильный фактор их формирования – семейная обстановка. Защитные механизмы являются ригидными, вынужденными, произвольными и неосознаваемыми процессами, действующими нереалистично, без учета целостной ситуации и долговременной перспективы. Защитные механизмы можно условно разделить на примитивные (вытеснение, регрессия, замещение, отрицание) и зрелые (проекция, компенсация, реактивное образование, рационализация).

Под *механизмами психологической защиты* в работе будет пониматься бессознательные действия или противодействия, или адаптивные способы переживания человека, направленные на защиту от тех опасностей и угроз, которым он подвергается со стороны окружающей его реальности и своего собственного внутреннего мира. Также они позволяют осуществлять позитивную оценку собственного Я. Другими словами, это ответ психики на болезненные факторы. Защиты складываются индивидуально в процессе развития личности (Кружкова, 2012).

2. Совладающее поведение (копинг) стало альтернативой психологической защиты как феномен, выполняющий сходные функции ограждения психики от чрезмерно эмоционально-когнитивных нагрузок и поведенческого разрешения затруднительных жизненных обстоятельств, вызывающих состояние стресса. В центре проблемы совладающего

поведения с точки зрения большинства отечественных психологов стоит субъект, в то время как у защитных механизмов – личность. Совладающее поведение обеспечивает человеку продуктивность, хорошее здоровье, благополучие благодаря сознательному выбору способов поведения в соответствие с личностными особенностями и требованиями стрессовой ситуации.

Под *совладающим поведением* понимается поведение, позволяющее субъекту с помощью осознанных действий способами (*копинг-стратегиями*), адекватными личностными особенностями и ситуации, справиться со стрессом (Крюкова, 2013).

3. На психодинамическом уровне существует связь между защитными механизмами психики, совладающим поведением и копинг-стратегиями, но нет единого мнения у исследователей на этот счет.

4. На социальном уровне значительную роль в формировании защитных механизмов и совладающего поведения играет семья, стили семейного воспитания. Эта роль выражена в двух аспектах: навязывание родителями определенного стиля совладания либо процесс трансгенерации – передача собственных моделей поведения через личный пример.

5. На личностном уровне выявлены некоторые противоречия связанные с механизмами психологической защиты и чертами личности, так как большинство исследований говорит об обратной связи: использование определенных защитных механизмов влияет на формирование устойчивых черт личности.

Таким образом, было выявлено, что дефицит в этой области знаний заключается, в первую очередь в том, что механизмы психологической защиты и копинг-стратегии не рассматривались в целостной системе, на психодинамическом, социальном и личностном уровне. В своей работе мы же решили расширить эту область знаний, соотнеся зрелость механизмов психологической защиты и адаптивность копинг-стратегий с психодинамическим, личностным и социальным факторами, чтобы

посмотреть на картину в целом. Эта проблема лежит в основе нашего исследования.

Цель исследования состоит в изучении особенностей совладающего поведения в связи с психодинамическим, социальным и личностным факторами.

Объект исследования: психодинамические, социальные и личностные свойства, совладающее поведение и защитные механизмы психики.

Предмет исследования: Особенности совладающего поведения в связи с психодинамическими, социальными, личностными факторами у подростков.

Для решения заявленной выше проблемы были сформулированы следующие *гипотезы*:

1. Существуют достоверные различия на всех уровнях (психодинамическом, социальном, личностном) у подростков с разным уровнем адаптивности совладающего поведения;

2. Существуют связи адаптивного совладающего поведения с психодинамическим, социальным, личностным факторами.

3. Существуют связи зрелых защитных механизмов психики с психодинамическим, социальным, личностным факторами.

В связи с поставленной проблемой и гипотезами предстоит осуществить решение следующего ряда *эмпирических задач*:

1. Выделить с помощью кластерного анализа эмпирически обоснованные различающиеся количественно группы по показателям адаптивности совладающего поведения;

2. Выявить достоверные различия в психодинамических, социальных, личностных показателях у подростков с разным уровнем адаптивности совладающего поведения с помощью Т-критерия Стьюдента;

3. Выявить с помощью корреляционного анализа Пирсона связи между зрелыми защитными механизмами психики с психодинамическим,

социальным и личностным факторами в группах подростков, различающихся по уровню адаптивности совладающего поведения.

4. Выявить с помощью корреляционного анализа Пирсона связи между адаптивностью совладающего поведения с психодинамическим, социальным и личностным факторами в группах подростков, различающихся по уровню адаптивности совладающего поведения.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Организация исследования

Исследование проходило в 2017(18) учебном году в КГАПОУ «Пермский Радиотехнический колледж им. Попова». Тестирование проводилось среди учащихся первого курса, поступивших в СУЗ после 9 класса.

Исследование организовывалось следующим образом: проводилось письменное тестирование, в котором каждому респонденту был предоставлен бланки ответов на вопросы 5-ти тестовых методик: опросник Плутчика, Келлермана, Конте – методика Индекс жизненного стиля (ИЖС), опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана, тест Большая пятерка (Big Five) Р. МакКрае, П. Коста, методика диагностики темперамента Яна Стреляу, «поведение родителей и отношение подростков к ним» Е. Шафер (ПОР). Максимальное время прохождения всех тестовых методик – 2 пары (3 часа). Кроме того, респонденты могли взять стимульный материал на дом и пройти тестирование вне учебного заведения.

2.2 Основные характеристики выборки

Выборку исследования составили 64 респондента, из них 40 юношей, 24 девушек. В целом выборка репрезентативна. Все респонденты являются учащимися 1 курса КГАПОУ «Пермский Радиотехнический колледж им. Попова», поступившими в колледж после 9 класса. Средний возраст респондентов 17 лет.

Для эмпирического исследования были выбраны именно подростки, так как подростки в состоянии самостоятельно оценить отношение к ним родителей и себя. Кроме того, именно в подростковом возрасте наиболее ярко выражены преобладающие черты характера. Тем более, что в

подростковом возрасте уже есть необходимый жизненный опыт, в котором в той или иной степени использовались механизмы психологической защиты и копинг-стратегии в спектре от примитивных до зрелых.

2.3 Методы исследования

В исследовании были использованы следующие методы: теоретическим методом, психодиагностическим методом, методами математико-статистического анализа данных и качественными описаниями, интерпретационными методами.

Для погружения в материал был использован теоретический метод, в ходе которого нами было изучено большое количество литературы по проблеме нашего исследования. Кроме того в ходе теоретической работы нами были предприняты попытки сравнительного и сопоставительного анализа полученного материала.

Были проведены следующие диагностические методики:

Для диагностики механизмов психологической защиты был использован опросник Плутчика, Келлермана, Конте – методика Индекс жизненного стиля (ИЖС). Методика представляет собой набор высказываний, на которые предстоит ответить согласием или отрицанием. Авторами предполагается, что существует восемь базисных защит, которые тесно связаны с восемью базисными эмоциями психоэволюционной теории. Существование защит позволяет косвенно измерить уровни внутриличностного конфликта, т.е. дезадаптированные люди должны использовать защиты в большей степени, чем адаптированные личности. Методика позволяет измерить выраженность использования защитных механизмов в процентах. (Кружкова, Шахматова, 2006)

В методике представлены 8 шкал, позволяющих оценить степень выраженности каждого механизма психологической защиты в процентах:

1. Отрицание.
2. Подавление.

3. Регрессия.
4. Компенсация.
5. Проекция.
6. Замещение.
7. Рационализация.
8. Реактивные образования.

Для диагностики совладающего поведения был использован опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана. Методика предназначена для определения копинг-механизмов, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, копинг-стратегий. Данный опросник считается первой стандартной методикой в области измерения копинга. Методика была разработана Р. Лазарусом и С. Фолкманом в 1988 году, адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой в 2004 году. (Крюкова, Куфтяк, 2007)

В методике представлены следующие шкалы:

1. Конфронтационный копинг. Агрессивные усилия по изменению ситуации. Предполагает определенную степень враждебности и готовности к риску.
2. Дистанцирование. Когнитивные усилия отделиться от ситуации и уменьшить ее значимость.
3. Самоконтроль. Усилия по регулированию своих чувств и действий.
4. Поиск социальной поддержки. Усилия в поиске информационной, действенной и эмоциональной поддержки.
5. Принятие ответственности. Признание своей роли в проблеме с сопутствующей темой попыток ее решения.
6. Бегство-избегание. Мысленное стремление и поведенческие усилия, направленные к бегству или избеганию проблемы.
7. Планирование решения проблемы. Произвольные проблемно-фокусированные усилия по изменению ситуации, включающие аналитический подход к проблеме.

8. Положительная переоценка. Усилия по созданию положительного значения с фокусированием на росте собственной личности. Включает также религиозное измерение.

Для диагностики личностных особенностей респондентов была использована Пятифакторная модель личности, также известная как «Большая пятерка» (Big Five) – психологическая модель, описывающая структуру личности человека посредством пяти общих, относительно независимых черт (диспозиций) (Хромов, 2000):

1. Нейротизм.
2. Экстраверсия.
3. Открытость опыту.
4. Согласие/доброжелательность.
5. Сознательность/добросовестность.

Методика диагностики темперамента Яна Стреляу была использована для изучения трех основных характеристик нервной системы: уровня (силы) процессов возбуждения, уровня (силы) процессов торможения, уровня подвижности нервных процессов.

Для диагностики социальных факторов была использована Методика «Поведение родителей и отношение подростков к ним» Е. Шафер (ПОР). Она представляет собой набор утверждений, которые необходимо оценить для отца и для матери в отдельности. «Базируется эта методика на положении о том, что воспитательное воздействие родителей (так, как это описывают дети) можно охарактеризовать при помощи трех факторных переменных: «принятие – эмоциональное отвержение», «психологический контроль – психологическая автономия», «скрытый контроль – открытый контроль». (Сонин, 2004) В данной методике представлены 5 шкал (отдельно для отца и для матери):

1. Позитивный интерес (отца, матери) – позволяет оценить степень психологического принятия родителем ребенка.

2. Директивность (отца, матери) – позволяет оценить степень проявления своей власти родителем в отношении ребенка.

3. Враждебность (отца, матери) – позволяет оценить степень агрессивности и чрезмерной строгости родителя в отношении ребенка.

4. Автономность (отца, матери) – позволяет оценить степень отрешенности и беспристрастности родителя по отношению к ребенку.

5. Непоследовательность (отца, матери) – позволяет оценить тенденцию к экстремально-противоречивым формам поведения с максимальной амплитудой выражения.

С целью сделать исследование интегральным, было проанализировано учение В.С. Мерлина об интегральной индивидуальности. Учение представляет собой вариант целостного подхода к человеку с позиций принципов общей теории систем. В.С. Мерлин разрабатывал свою теорию, представляя индивидуальность как систему и интегральность в контексте ее иерархии, под углом зрения полиморфных связей между ее разноуровневыми свойствами, устанавливая влияния на них опосредующих звеньев. В теории ИИИ человек рассматривается как большая система, которая складывается из иерархической совокупности не входящих друг в друга, относительно автономно сосуществующих разноуровневых подсистем, полиморфно связанных между собой.

В. С. Мерлин выделял в качестве иерархических уровней ИИИ несколько систем индивидуальных свойств:

- Систему индивидуальных свойств организма.
- Систему индивидуальных психических свойств организма.
- Систему социально-психологических свойств (Вяткин, Дорфман, 2017).

Учение В.М. Мерлина мы используем только как основу, но не ориентируемся на него полностью. В данном исследовании использовались методики, которые диагностируют только некоторые элементы этих систем. Опросник Струляу для диагностики темперамента, как самой близкой

биологической составляющей; ПОР (Подростки о родителях) Шафер для диагностики семейных отношений, как важной части социального фактора; «Большая пятерка» для диагностики личностных черт.

Полученные результаты подверглись математико-статистической обработке данных с помощью прикладной программы STATISTICA 10.0 фирмы STUT SOFT. Использовались следующие методы статистической обработки: кластерный анализ, Т-критерий Стьюдента, корреляционный анализ по Пирсону.

1. Кластерный анализ с целью упорядочивания респондентов на сравнительно однородные группы по принципу выраженности копинг-стратегий.

2. Т-критерий Стьюдента для оценки различий средних значений психодинамических, социальных и личностных показателей в выборках подростков по адаптивности совладающего поведения.

3. Корреляционный анализ с целью выявления структуры взаимосвязей показателей по адаптивности совладания и психодинамических, социальных и личностных характеристик и с целью выявления структуры взаимосвязей показателей по зрелости защитных механизмов психики и психодинамических, социальных и личностных характеристик.

После проведения статистических обработок полученных данных, была проведена интерпретация данных с целью тестирования гипотез, которые были обозначены в начале работы.

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

3.1 Сравнение групп по количественным показателям адаптивности совладающего поведения

Для выявления различий в группе подростков по количественным показателям адаптивности совладающего поведения были выделены эмпирически обоснованные различающиеся количественно группы. С этой целью был проведен кластерный анализ по принципу напряженности отдельных копинг-стратегий. Изначально анализ проводился по 8 показателям: конфронтация, дистанцирование, самоконтроль, социальная поддержка, принятие ответственности, бегство-избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка.

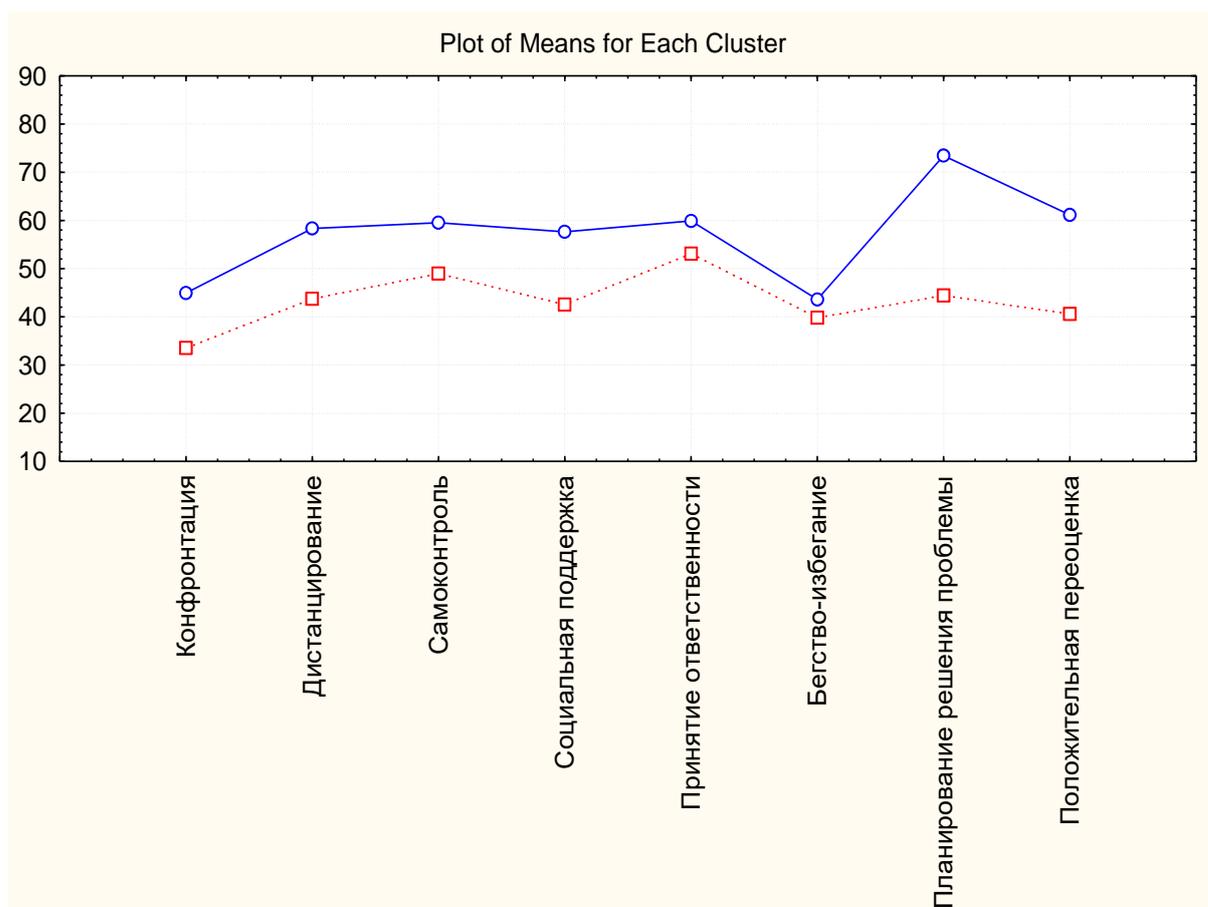


Рис. 2. Результаты кластерного анализа по принципу напряженности копинг-стратегий (8 шкал)

Как видно на графике (Рис.2), существует группа подростков, у которых напряженность всех копинг-стратегий находятся на среднем уровне. Это говорит о том, что адаптационный потенциал личности данных подростков находится в пограничном состоянии. Кроме того в этой же группе видны показатели, которые свидетельствуют о повышенной напряженности копинга, это свидетельствует о повышенной тенденции к дезадаптации («Планирование решения проблемы» и «Положительная переоценка»). Так же существует группа подростков, у которых все копинг-стратегии находятся на понижено низком уровне напряженности, что является адаптивным вариантом копинга.

Показатели напряженности копинга «бегство-избегание» и «принятие ответственности» находятся у всех подростков выборки на примерно одинаковом уровне, для дальнейшей работы эти показатели были исключены при последующем разделении подростков на группы по адаптивности копинга, и будут рассматриваться отдельно.

После того, как были исключены 2 шкалы: «бегство-избегание» и «принятие ответственности» был проведен повторный кластерный анализ с целью разделения выборки по принципу напряженности отдельных копинг-стратегий, по которым изначально были видны ощутимые различия. В этот раз выборка была поделена на 3 кластера, так как именно о 3 вариантов напряженности идет речь в методике Лазаруса и Фолкмана, адаптированного Крюковой (Рис.3). Судя по нормам методики:

21% - 40%-пониженный низкий уровень напряженности - адаптивный вариант копинга;

41% - 60% - средний, адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии;

61% - 80% - повышенная напряженность копинга, свидетельствует о повышенной тенденции к дезадаптации.

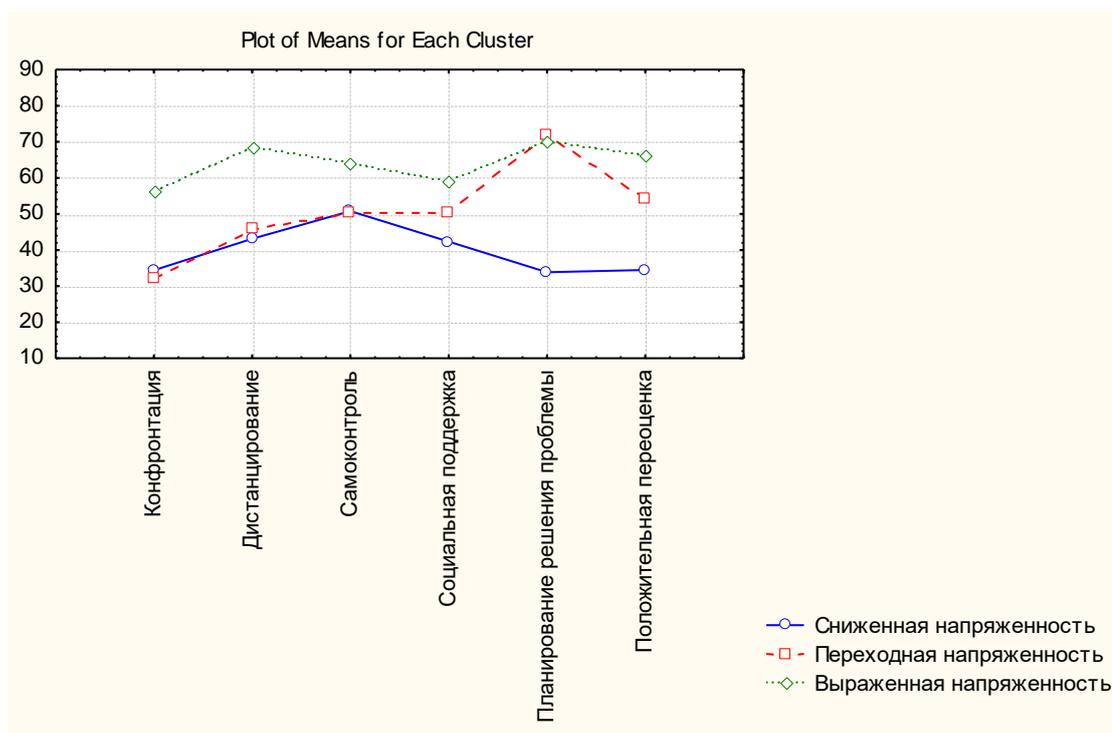


Рис. 3. Результаты кластерного анализа по принципу напряженности копинг-стратегий (6 шкал)

Условно эти кластеры обозначаются в работе: «сниженная напряженность», «переходная напряженность» и «выраженная напряженность». Под этими обозначениями в дальнейшем будет пониматься следующее:

- группа подростков, у которых показатели по всем копинг-стратегиям завышены – подростки с выраженной напряженностью всех копинг-стратегий, что свидетельствует о повышенной тенденции к дезадаптации (выраженная напряженность=дезадаптивное совладающее поведение);
- группа подростков, у которых есть и пониженные и повышенные показатели напряженности – подростки с переходной напряженностью, со средним, адаптационным потенциалом личности в пограничном состоянии (переходная напряженность = пограничное адаптивное поведение);
- группа подростков, у которых показатели напряженности копинга понижены – подростки со сниженной напряженностью всех копинг-

стратегий, что свидетельствует об адаптивном варианте копинга (сниженная напряженность = адаптивное совладающее поведение).

Еще одно подтверждение, связанное с распределением подростков по обозначенным кластерам, можно обнаружить в законе Йеркса-Додсона, в котором говорится: «По мере увеличения интенсивности мотивации качество деятельности изменяется по колоколообразной кривой: сначала повышается, затем, после перехода через точку наиболее высоких показателей успешности, постепенно снижается». Напряженность даже желательных копинг-стратегий в итоге дезорганизует поведение. Стоит отметить, что те виды копинга, которые считаются нежелательными, когда человек снимает с себя ответственность за разрешение ситуации (бегство-избегание, дистанцирование) так же являются адаптивными в определенных ситуациях, ведь суть адаптации – защита психики. Подобные выводы основываются на положении о том, что все копинг-стратегии являются адаптивными при их напряженности в пределах нормы (Крюкова, 2013).

3.2 Достоверные различия в психодинамических, социальных, личностных показателях у подростков с разным уровнем адаптивности совладающего поведения

Одной из задач нашего исследования является проверка гипотезы о том, что существуют достоверные различия в психодинамических, социальных, личностных показателях у подростков с разным уровнем адаптивности совладающего поведения.

Для того чтобы оценить, какие факторы влияют на адаптивность совладающего поведения, был проведен сравнительный анализ с помощью метода статистической обработки данных – Т-критерий Стьюдента, так как большинство переменных соответствуют нормальному распределению (Приложение 3). Поэтапно сравнивались «Подростки со сниженной напряженностью копинг-стратегий» и «Подростки с выраженной напряженностью копинг-стратегий» (Табл. 5) , далее «Подростки со

сниженной напряженностью копинг-стратегий» и «Подростки с переходной напряженностью копинг-стратегий» (Табл. 6), затем «Подростки с выраженной напряженностью копинг-стратегий» и «Подростки с переходной напряженностью копинг-стратегий» (Табл. 7).

Таблица 5

Сравнение средних значений по психодинамическим, социальным и личностным характеристикам в группах со сниженной и с выраженной напряженностью использования копинг-стратегий (по критерию Стьюдента; $n_1=21$, $n_2=17$)

№	Уровень	Показатели	Средние значения		Статистики критерия		
			Сниженная	Выраженная	t	P	
	Психодинамический						
1	Социальный	Директивность отца	2,5	4,2	-2,1	0,048	*
2		<i>Позитивный интерес матери</i>	5,0	6,6	-1,8	0,077	*
3		Автономность матери	4,3	5,9	-2,1	0,045	*
4	Личностный	Аккуратность-неаккуратность	8,7	11,2	-2,6	0,014	*
5		<i>Любознательность-Реалистичность</i>	9,6	11,5	-2,0	0,059	*
6		Пластичность-Ригидность	8,4	10,9	-2,5	0,017	*

Примечание: * – $p < 0,05$

Сравнив показатели для группы со *сниженной* напряженностью и для группы с *выраженной* напряженностью, были выявлены следующие значимые различия:

На психодинамическом уровне значимые различия отсутствуют – это подтверждает факт, что гипотеза не подтверждается полностью. На социальном уровне есть различия. Различия по показателю «Директивность отца» ($t = -2,05$; $p < 0,05$) говорят о том, что в группе со сниженной напряженностью копинга отцы проявляли меньше директивности, чем отцы в группе с выраженной напряженностью копинга. Так же в социальном плане

видны различия по показателю «Автономность матери» ($t=-2.08$; $p<0.05$). В группе, с выраженной напряженностью копинга матери проявляли большую автономность по отношению к детям. Кроме того, наблюдается тенденция по показателю «Позитивный интерес матери» ($t=-1.8$, $p=0.77$). На личностном уровне так же присутствуют значимые различия: по показателю «Аккуратность-неаккуратность» ($t=-2.6$, $p<0.05$), «Пластичность-ригидность» ($t=-2.5$, $p<0.05$) и тенденцию по показателю «Любознательность-реалистичность» ($t=-2.0$, $p=0.59$). Эти данные говорят о том, что группе подростков с выраженной напряженностью копинга в большей мере свойственна аккуратность, пластичность и любознательность.

Таблица 6

Сравнение средних значений по психодинамическим, социальным и личностным характеристикам в группах со сниженной и с переходной напряженностью копинг-стратегий. (по критерию Стьюдента; $n_1=21$, $n_2=26$)

№	Уровень	Показатели	Средние значения		Статистики критерия		
			Сниженная	Переходная	T	P	
1	Психодинамический	Сила процессов возбуждения	45,4	54,0	-2,2	0,035	*
2		Подвижность нервных процессов	40,7	55,4	-3,5	0,001	**
3	Социальный	Позитивный интерес матери	5,0	7,2	-2,7	0,011	*
4		Автономность матери	4,3	6,3	-3,1	0,004	**
5	Личностный						

Примечание: * – $p<0,05$; ** – $p<0,01$

Сравнив показатели для группы со *сниженной* напряженностью и для группы с *переходной* напряженностью, были обнаружены следующие значимые различия:

На психодинамическом уровне существуют значимые различия по показателям «Сила процессов возбуждения» ($t=-2.2$, $p<0.05$). Кроме того, присутствуют различия по признаку «Подвижность нервных процессов» ($t=-3.5$, $p<0.005$). Эти различия свидетельствуют о том, что группе подростков с

переходной напряженностью свойственно большая сила процессов возбуждения и большая подвижность нервных процессов. На социальном уровне так же присутствуют значимые различия по показателям «Позитивный интерес матери» ($t=-2.7, p<0.05$) и «Автономия матери» ($t=-3.1, p<0.005$). В группе подростков с переходной напряженностью матери проявляли больший позитивный интерес и в то же время отличились автономностью. На личностном уровне значимых различий не выявлено – это подтверждает факт, что гипотеза не подтверждается полностью.

Таблица 7

Сравнение средних значений по психодинамическим, социальным и личностным характеристикам в группах с переходной и с выраженной напряженностью копинг-стратегий (по критерию Стьюдента; $n_1=26, n_2=17$)

№	Уровень	Показатели	Средние значения		Статистики критерия		
			Переходная	Выраженная	T	P	
	Психодинамический						
	Социальный						
1	Личностный	Аккуратность-неаккуратность	8,9	11,2	-2,4	0,022	*
2		Любознательность-реалистичность	9,8	11,5	-2,1	0,038	*

Примечание: * – $p<0,05$

Сравнив показатели для группы с *переходной* напряженностью и для группы с *выраженной* напряженностью, видны следующие значимые различия:

На психодинамическом и социальном уровне значимых различий выявлено не было, что вновь говорит лишь о частичном подтверждении гипотезы. На личностном уровне присутствуют значимые различия по показателям «Аккуратность-неаккуратность» ($t=-2.4, p<0.05$) и «Любознательность-реалистичность» ($t=-2.1, p<0.05$). Из этих данных следует, что подростки группы с выраженной напряженностью проявляют

большую аккуратность и любознательность, чем подростки из группы с переходной напряженностью.

Из всего вышесказанного, можно предположить следующее:

На психодинамическом уровне существуют значимые различия только между группами подростков со сниженной напряженностью копинг-стратегий и переходной напряженностью копинг-стратегий. Подростки, у которых уровень адаптивности, связанный с выраженностью напряженности копинг-стратегий, выше имеют большую силу процессов возбуждения и большую подвижность нервных процессов. Подобные различия можно объяснить, ссылаясь на исследования, проведенные Кленовой М.А. и Лаврентьевой М.Ю. в 2015. Они определили, что люди с повышенной силой процессов возбуждения и с большей подвижностью нервных процессов (сангвиники и холерики) чаще прибегают к таким копинг-стратегиям, как планирование решения проблемы, принятие ответственности, положительная переоценка. В группе с переходной напряженностью копинг-стратегий было, как раз выявлено, что повышенная напряженность в переходной группе возникает именно в этих копинг-стратегиях. Скорее всего, этот факт и повлиял на появление значимых различий между группами.

На социальном уровне существуют значимые различия в группах со сниженной и выраженной напряженностью и группах со сниженной и переходной напряженностью связанные с позитивным интересом матери и ее автономностью. На основании исследований, проведенных Сапоровской (2013), Крюкова (2013) и Куфтяк (2012), основная идея которых заключается в том, что особое влияние оказывает механизм трансгенерации (воспроизводства и преемственности) семейной системы на различные виды совладающего поведения у детей, можно предположить, что мать активно влияет на становление адаптивности совладающего поведения у подростка. Позитивный интерес матери характеризуется ее включенностью в жизнь ребенка. Подросток лучше справляется со стрессом, начинает использовать адаптивные стратегии (планирование решения проблемы, принятие

ответственности, социальная поддержка, позитивная переоценка), но в то же время позитивный интерес матери подкрепляет в ребенке использование только позитивных стратегий, в то время, как стратегии бегство-избегание, дистанцирование, конфронтация так же необходимы для успешной адаптации в зависимости от ситуации. Автономность же матери напротив может усиливать в ребенке негативные стратегии через воссоздания опыта матери, что так же является крайностью. Отсюда, скорее всего, и возникает чрезмерная напряженность определенных видов копинга, что подрывает общий адаптационный уровень.

На личностном уровне было замечено, что напряженность многих копинг-стратегий выражена сильнее у подростков, которые более аккуратны, любознательны и пластичны. Крюкова утверждает, что базовые психологические свойства личности детерминируют в значительной степени выбор стилей реагирования и оценки ситуаций. Опираясь на работу Л. Н. Собчик, которая говорит, что адаптация, соответственно, может быть достигнута либо путем удовлетворения потребности в самореализации, достижения успеха в противодействии ограничивающим средовым факторам, либо путем повышения самоконтроля с отказом от достижения сиюминутных потребностей ради сохранения конгруэнтных отношений с окружением (Собчик, 2003). Можно сделать вывод, что любознательность и пластичность – факторы совладания через саморазвитие, достижение успеха, борьбу со стрессом, в то время, как аккуратность скорее фактор совладания через отказ от активной деятельности ради сохранения отношений и собственного покоя. Кроме того, аккуратность связана с напряжением, со сверхконтролем, с анальной стадией развития по Фрейду. Кроме того, любознательность и пластичность являются первичными факторами экспрессивности, которая характеризуется некой легкомысленностью, опорой на интуицию, нереалистичность. В этом, возможно и кроется причина напряженности некоторых копинг-стратегий (конфронтация). Аккуратность же являясь первичным фактором самоконтроля, что так же влияет на напряженность

определенных копинг-стратегий (Самоконтроль, дистанцирование, социальная поддержка).

Таким образом, гипотеза о существовании достоверных различий в психодинамических, социальных, личностных показателях у подростков с разным уровнем адаптивности совладающего поведения частично подтвердилась, так как не на всех уровнях при сравнении групп подростков, отличающихся адаптивностью совладающего поведения, были выявлены различия.

3.3 Особенности взаимосвязи защитных механизмов психики, совладающего поведения и психодинамического, социального, личностного факторов

Гипотезами исследования являются положения о существовании связи адаптивного совладающего поведения с психодинамическим, социальным, личностным факторами и о существовании связи зрелых защитных механизмов психики с психодинамическим, социальным, личностным факторами.

Первой задачей, нацеленной на доказательство этих гипотез, является выявление связи между зрелыми защитными механизмами психики с психодинамическим, социальным и личностным факторами в группах подростков, различающихся по уровню адаптивности совладающего поведения.

Второй задачей является выявление связи между зрелыми защитными механизмами психики с психодинамическим, социальным и личностным факторами в группах подростков, различающихся по уровню адаптивности совладающего поведения (со сниженной напряженностью – подростки с адаптивным совладающим поведением, с переходной напряженностью – подростки с адаптивным совладающим поведением в пограничном состоянии, с выраженной напряженностью – подростки с дезадаптивным совладающим поведением) .

Для решения этой задачи был использован метод статистической обработки – корреляционный анализ Пирсона. Далее будут представлены корреляционные таблицы отдельно для защитных механизмов психики и копинг-стратегий в связи с психодинамическим фактором, затем в связи с социальным фактором и в связи с личностным фактором.

3.3.1 Особенности взаимосвязи механизмов психологической защиты и копинг-стратегий с психодинамическими факторами

Таблица 8

Значимые корреляционные связи между защитными механизмами психики и психодинамическими особенностями в группах подростков с разным уровнем адаптивности копинг-стратегий (выраженная, сниженная, переходная)

№	Группа	Показатели	Вытеснение	Регрессия	Замещение	Отрицание	Проекция	Компенсация	Реактивное образование	Рационализация
1	Сниженная напряженность	Сила процессов торможения		- 0,43	- 0,49		- 0,52			0,55
2		Подвижности нервных процессов					- 0,58			0,44
1	Переходная напряженность	Сила процессов возбуждения		- 0,42						0,57
2		Сила процессов торможения		- 0,46						0,44
3		Подвижности нервных процессов								0,47
1	Выраженная напряженность	Сила процессов возбуждения		- 0,48						
2		Сила процессов торможения		- 0,50						
3		Подвижности нервных процессов				0,51				

Примечание: в матрице представлены значимые корреляции с вероятностью ошибки $p < 0.05$

Рассмотрев психодинамические показатели и их связи с защитными механизмами психики, обнаруживаются следующие корреляции: сила процессов торможения коррелирует с регрессией ($r = -0,43$, $p < 0.05$) и замещением ($r = -0,49$, $p < 0.05$), с проекцией ($r = -0,52$, $p < 0.05$) и рационализацией ($r = 0,55$, $p < 0.05$) в группе подростков со сниженной напряженностью. В этой же группе обнаруживаются корреляции показателя «подвижность нервных процессов» с проекцией ($r = -0,58$, $p < 0.05$) и

рационализацией ($r=0,44$, $p<0.05$). В группе подростков с переходной напряженностью сила процессов возбуждения отрицательно коррелирует с регрессией ($r=-0,42$, $p<0.05$) и положительно с рационализацией ($r=0,57$, $p<0.05$), так же в этой группе есть корреляции показателя «сила процессов торможения» с регрессией ($r=-0,46$, $p<0.05$) и с рационализацией ($r=0,44$, $p<0.05$). С рационализацией так же коррелирует подвижность нервных процессов ($r=0,47$, $p<0.05$). В группе подростков с выраженной напряженностью сила процессов возбуждения ($r=-0,48$, $p<0.05$) и сила процессов торможения ($r=-0,50$, $p<0.05$) коррелируют с регрессией. Подвижность нервной системы коррелирует с отрицанием ($r=0,51$, $p<0.05$)

Учитывая полученные результаты на основании классификации защитных механизмов психики Плутчика, Келлермана и Конте (1979), теории темперамента Яна Стреляу (1974), определений защитных механизмов из работ Кружковой и Шахматовой (2006) и Анны Фрейд (1936) можно сделать следующие выводы:

- Сила процессов торможения во всех группах отрицательно коррелирует с регрессией. Регрессия является примитивным механизмом психологической защиты и характеризуется возвратом на более раннюю стадию развития или к более примитивным формам поведения, мышления. Этот механизм пускается в ход, когда Эго не в состоянии принять реальность такой, какая она есть, или личность не в состоянии справиться с требованиями Супер-Эго. Скорее всего, именно такой показатель, как слабость процессов торможения присущ личности, склонной к регрессии, так как при слабом процессе торможения личности присущи слабый самоконтроль, расторможенность, нетребовательность и снисходительность к себе. Опираясь на эти же рассуждения, можно объяснить отрицательную корреляцию этого психодинамического показателя с замещением, которое так же является примитивной защитой;

- Отрицательную корреляцию механизма проекции с силой процессов торможения и с подвижностью нервной системы можно

объяснить, основываясь на том, что проекция осуществляется в момент, когда человеку важно сохранить мнение о себе, неприкосновенность своих ценностей. Слабость процессов торможения и сниженная подвижность нервной системы так же характеризует людей, для которых очень тяжело переживаются любые изменения. Для таких личностей важно действовать по стереотипу;

- Зрелый механизм психологической защиты – рационализация положительно коррелирует практически во всех трех группах со всеми психодинамическими показателями. Это можно объяснить тем, что рационализация – это механизм психологической защиты, при котором в мышлении используется только та часть воспринимаемой информации, и делаются только те выводы, благодаря которым собственное поведение предстаёт как хорошо контролируемое и не противоречащее объективным обстоятельствам. Это способ реагирования, который отличается высоким уровнем сознательности и анализа. Как и любой механизм, он отсекает часть реальности, но в целом человек остается дееспособным. Сила процессов возбуждения и торможения обеспечивает хорошую реакцию на стимулы, включаемость и обработку информации. Люди, у которых все психодинамические признаки развиты, отличаются самоконтролем, смелостью и высокой производительностью, поэтому для них самым приемлемым механизмом оказывается рационализация;

- Отрицание в группе с выраженной напряженностью положительно коррелирует с подвижностью нервной системы. Отрицание является примитивным механизмом психологической защиты, который характеризуется тем, что Эго отвергает существование ситуаций, несущих тревогу или компенсирует их воображаемыми ситуациями. Возможно, это связано с тем, что при быстром переключении нервных процессов и при быстром переходе от одних видов деятельности к другим, психике тяжело справиться с травмирующими факторами и единственный способ, чтобы сохранить привычную деятельность является отрицание этих факторов.

Значимые корреляционные связи между копинг-стратегиями и психодинамическими особенностями в группах подростков с разным уровнем адаптивности копинг-стратегий (выраженная, сниженная, переходная)

№	Группа	Показатели	Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Социальная поддержка	Принятие ответственности	Бегство-избегание	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
1	Сниженная напряженность	Сила процессов возбуждения				0,44*				
2		Подвижности нервных процессов	0,49*			0,72***			0,67***	0,55*
1	Переходная напряженность	Сила процессов возбуждения							0,5*	
1	Выраженная напряженность	Сила процессов возбуждения	0,57*							
2		Подвижность нервных процессов	0,5*			0,53*				

Примечание: *- $p < 0.05$, ***- $p < 0.001$

Рассмотрев психодинамические показатели и их связи с копинг-стратегиями, обнаруживаются следующие корреляции: сила процессов возбуждения коррелирует с «Социальной поддержкой» ($r=0,44$, $p < 0.05$) в группе подростков со сниженной напряженностью. В этой же группе обнаруживаются корреляции показателя «подвижность нервных процессов» с «Конфронтацией» ($r=0,49$, $p < 0.05$), «Социальной поддержкой» ($r=0,72$, $p < 0.001$), с «Планированием решения проблемы» ($r=0,67$, $p < 0.001$) и «Положительной переоценкой» ($r=0,55$, $p < 0.05$). В группе подростков с переходной напряженностью сила процессов возбуждения коррелирует с «Планированием решения проблемы» ($r=0,5$, $p < 0.05$). В группе подростков с

выраженной напряженностью сила процессов возбуждения коррелируют с «Конфронтацией» ($r=0,57$, $p<0.05$). Подвижность нервной системы коррелирует с «Конфронтацией» ($r=0,5$, $p<0.05$) и «Социальной поддержкой» ($r=0,53$, $p<0.05$).

Учитывая полученные результаты на основании классификации копинг-стратегий Лазаруса и Фолкман (1988) и теории темперамента Яна Стреляу (1974), исследования Хазовой (2006), исследования Кленовой и Лаврентьевой (2015) можно сделать следующие выводы:

- На психодинамическом уровне с адаптивностью совладающего поведения самую сильную связь имеют сила процессов возбуждения и подвижность нервных процессов, причем связь эта обнаруживается с конкретными копинг-стратегиями: «Положительная переоценка» и «Планирование решения проблемы». Подростки с высокими показателями силы процессов возбуждения и подвижностью нервных процессов – это подростки с сильным подвижным темпераментом (сангвиники и холерики), для которых характерен выбор конструктивных стратегий в основном. Однако холерики отличаются неуравновешенностью, скорее всего, именно это и объясняет напряженность данных копинг-стратегий в группе с адаптивностью на пограничном уровне.

- Выраженная напряженность стратегии «Конфронтация» положительно коррелирует с подвижностью нервных процессов и с силой процессов возбуждения. Известно, что эта стратегий принадлежит первой группе в классификации Лазаруса и Фолкмана, она характеризуется тем, что человек прикладывает активные усилия, пытаясь самостоятельно изменить ситуацию порой агрессивными методами. Это имеет достаточно сильные теоретические пересечения с описанием личности, у которой высокие показатели подвижности нервных процессов и силы процессов возбуждения, особенно у холериков, в связи с неуравновешенностью этого типа темперамента.

- Социальная поддержка имеет очень сильные положительные корреляции с подвижностью нервных процессов и с силой процессов возбуждения. Хотя эта стратегия и не подразумевает самостоятельного решения проблемы, но она и не говорит о нежелании человека справляться с трудностью. Напряженность данного копинга возникает при повышенной подвижности нервных процессов. Данная стратегия свойственна сангвиникам со сниженной мотивацией.

3.3.2 Особенности взаимосвязи механизмов психологической защиты и копинг-стратегий с социальными факторами

Таблица 10

Значимые корреляционные связи между защитными механизмами психики и особенностями отношений в семье в группах подростков с разным уровнем адаптивности копинг-стратегий (выраженная, сниженная, переходная)

№	Группа	Показатели	Вытеснение	Регрессия	Замещение	Отрицание	Проекция	Компенсация	Реактивное образование	Рационализация
1	Сниженная напряженность	Позитивный интерес отца				0,48*				0,58*
2		Автономность отца					-0,54*			0,60**
3		Непоследовательность отца	0,55*							
4		Позитивный интерес матери				0,50*				0,76***
5		Директивность матери						0,53*		
6		Враждебность матери			0,56*			0,53*		
7		Автономность матери		-0,46*		0,60**	-0,51*			0,78***
8		Непоследовательность матери	0,44*		0,48*					
1	Переходная напряженность	Позитивный интерес отца								
2		Враждебность отца			0,55*					
3		Непоследовательность отца		0,43*	0,41*					
4		Позитивный интерес матери					-0,40*			
5		Директивность матери				0,44*				
6		Враждебность матери				0,46*				
7		Автономность матери								0,68**
8		Непоследовательность матери			0,51*	0,42*				
1	Выраженная напряженность	Позитивный интерес отца				-0,57*				
2		Директивность отца								0,57*
3		Враждебность отца				-0,55*				
4		Автономность отца				-0,54*				
5		Непоследовательность отца				-0,62**				
6		Позитивный интерес матери							-0,51*	
7		Директивность матери								
8		Враждебность матери			0,62**					
9		Автономность матери							-0,49*	
10		Непоследовательность матери			0,59*					

Примечание: *- p<0.05, **- p<0.005, ***- p<0.001

Учитывая полученные результаты на основании классификации защитных механизмов психики Плутчика, Келлермана и Конте (1979), на положениях теории Шафера (1965), на определениях защитных механизмов из работ Кружковой и Шахматовой (2006) и Анны Фрейд (1936) можно сделать следующие выводы:

- На использование вытеснения только в группе подростков со сниженной напряженностью оказывает влияние непоследовательность отца ($r=0,55$, $p<0.05$) и матери ($r=0,44$, $p<0.05$). Вытеснение считается наиболее примитивным и малоэффективным средством защиты. Его цель – устранение из сознания социально неприемлемых влечений. Непоследовательность в своих действиях родителей приводит к таким психологическим тенденциям, как господство силы и амбиций и покорность (в адаптивных формах), деликатность и сверхальтруизм и недоверчивая подозрительность. Причем необходимо отметить, что все они имеют тенденцию к экстремальным формам проявления (амплитуда колебаний максимальна). При таком стиле воспитания подросток сталкивается с постоянным внутренним конфликтом, что и приводит к вытеснению факторов, которые плохо укладываются в его и так расшатанную картину мира.

- В группах со сниженной напряженностью и с выраженной напряженностью позитивный интерес отца по-разному влияет на механизм отрицания. В первой группе корреляция положительная ($r=0,48$, $p<0.05$), а во второй отрицательная ($r=-0,57$, $p<0.05$). В случае отрицания Эго отвергает существование ситуаций, несущих тревогу или компенсирует их воображаемыми ситуациями. Можно предположить, что принятие отца и его позитивное отношение с одной стороны сподвигает подростков к отрицанию всех травмирующих факторов, а с другой стороны подросток наоборот проявляет зрелое совладающее поведение, так как авторитетный отец научил и передал свой опыт. Зависит это так же и от личности отца.

- В группе со сниженной напряженностью есть положительные корреляции директивности ($r=0.53$, $p<0.05$) и враждебности ($r=0.53$, $p<0.05$)

матери со зрелой защитой компенсацией. Это одна из наиболее эффективных психологических защит, характерная для социально зрелой личности. Снижение выраженности негативных чувств может быть достигнуто с помощью переключения внимания человека с оценок и анализа травмирующих собственных свойств и опыта на другие, более нейтральные или потенциально позитивные качества и навыки. Скорее всего данные связи возникли в связи с тем, что подросток находится в постоянном конфликте с матерью, который для него является слишком тяжелым, в связи с чем и возникает потребность перенаправить свои недозволенные негативные чувства по отношению к матери в позитивные действия и мысли, в дальнейшем в ребенке закрепляется данный защитный механизм.

- Автономность и позитивный интерес родителей имеет большое количество сильных корреляций с механизмом рационализации у подростков из группы со сниженной напряженностью: позитивный интерес отца ($r=0,58$, $p<0.05$), позитивный интерес матери ($r=0,76$, $p<0.001$), автономность отца ($r=0,60$, $p<0.005$), автономность матери ($r=0,78$, $p<0.001$). Здесь можно предположить, что родители будь они автономными или позитивно настроенными по отношению к подростку поддерживают в нем достаточно зрелый механизм защиты, который характеризуется осмыслением и объяснением травмирующих факторов. Здесь скорее речь о границах подростка и их становления, особенно матерью. Возможно, именно такое поддержание в ребенке данного механизма психологической защиты, который является достаточно действенным, приводит к тому, что ребенок использует его на подсознательном уровне, не переходя на уровень осознанного копирования.

- Кроме того, очевидно, что намного больше связей количественно присутствует в группе подростков со сниженной напряженностью (16), что говорит о том, что социальный фактор оказывает на них наибольшее значение, чем на подростков из других групп (по 9 связей).

Значимые корреляционные связи между копинг-стратегиями и особенностями отношений в семье в группах подростков с разным уровнем адаптивности копинг-стратегий (выраженная, сниженная, переходная)

№	Группа	Показатели	Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Социальная поддержка	Принятие ответственности	Бегство-избегание	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
1	Сниженная напряженность	Позитивный интерес отца								0,52*
2		Автономность отца	0,52*		0,45*					
3		Позитивный интерес матери							0,62**	0,48*
4		Автономность матери							0,63**	0,64**
5	Переходная напряженность	Позитивный интерес отца	-0,39*							
6		Директивность отца								0,41*
7		Автономность отца	-0,47*							
8		Позитивный интерес матери							0,39*	
9		Автономность матери							0,41*	
10	Выраженная Напряженность	Директивность отца			0,49*					
11		Враждебность отца					0,52*			
12		Позитивный интерес матери					-0,6*			
13		Враждебность матери						0,49*		
14		Автономность матери					-0,68**			
15		Непоследовательность матери				0,49*				

Примечание: *- $p < 0.05$, ** - $p < 0.005$

Учитывая полученные результаты на основании классификации копинг-стратегий Лазаруса и Фолкман (1988), на положениях теории Шафера

(1965) и на результатах исследований Сапоровской, Хазовой, Крюковой, Куфтяк (2013) можно сделать следующие выводы:

- Конфронтация в группе со сниженной напряженностью положительно коррелирует с автономностью отца ($r=0,52$, $p<0.05$), а в группе с переходной напряженностью отрицательно ($r=-0,47$, $p<0.05$). Конфронтация входит в первую группу в классификации Лазаруса и Фолкмана, что говорит о высоком уровне включенности в проблему и самостоятельное ее решение. Стоит заметить, что показатели использования стратегии конфронтации, как показал кластерный анализ, находятся на одном уровне у этих групп. Тогда здесь скорее встает вопрос о том, какой вектор выбирает сам подросток. Автономность отца имеет особенность выражаться в том, что отец замечает ребенка, только тогда, когда тот что-либо натворит, то есть для ребенка путь конфронтации может быть изначально выбран с целью привлечь внимание отца и противостоять ему, либо наоборот автономия отца и его агрессия путем трансгенерации становится копинг-стратегией ребенка. Напряженность копинга «Конфронтация» растет в том случае, когда автономность отца напротив понижается и в то же время понижается его позитивный интерес. Ребенок, чувствуя себя «оставленным» отцом, начинает вести себя агрессивно при стрессе, либо напротив его агрессия и конфронтация как раз влияют на снижение автономности отца и его позитивный интерес.

- Дириктивность и враждебность отца связана с сильной напряженностью копингов «Самоконтроль» ($r=0,49$, $p<0.05$) и «Принятие ответственности» ($r=0,52$, $p<0.05$) соответственно, что, скорее всего, обусловлено интроектами отца о желаемом поведении.

- Еще одна интересная особенность заключается в том, что стратегия принятия ответственности в группе подростков с выраженной напряженностью имеет корреляции с автономностью матери ($r=-0,60$, $p<0.05$) и позитивным интересом матери ($r=-0,68$, $p<0.005$). Так же есть корреляции по этим показателям и в группе с переходной напряженностью: автономность

матери ($r=0,41$, $p<0.005$) и позитивный интерес матери ($r=0,39$, $p<0.005$). Также существуют корреляции в группе со сниженной напряженностью между показателями автономность матери ($r=0,64$, $p<0.05$) и позитивный интерес матери ($r=0,48$, $p<0.005$) и стратегией положительной переоценки. Кроме того, можно увидеть, что в группе со сниженной напряженностью стратегия планирования решения проблемы, что так же является зрелой и адаптивной стратегией, положительно коррелирует с автономностью матери ($r=0,63$, $p<0.005$) и позитивным интересом матери ($r=0,62$, $p<0.005$). Позитивный интерес матери связан со сниженной напряженностью желаемых копинг-стратегий, что свидетельствует о том, что у детей, которые ощущают поддержку, принятие и заботу развивается конструктивный копинг, либо конструктивный копинг возникает с целью поддержания идеального образа с целью добиться от матери позитивного отношения. Автономность матери так же связана с этими стратегиями, но выявлено так же ее взаимосвязь с их напряженностью на пограничном уровне. Автономность проявляется во власти и диктате, здесь скорее идет речь о трансгенерации определенных стратегий, либо, наоборот, об использовании конструктивного копинга с целью избежать наказания за «плохое» поведение. Кроме того, автономность матери имеет сильную отрицательную связь со стратегией «Принятие ответственности», точнее с ее сильной напряженностью, которая приводит к дезадаптивному поведению. Это свидетельствует о том, что ребенку, воспитанному в диктате сложнее принимать на себя ответственность в трудной ситуации, скорее всего это так же связано с ожиданием наказания за неправильные действия. Так же можно рассуждать и в обратную сторону, чем сильнее развито умение принимать ответственность, тем меньшей автономностью обладает мать.

- Непоследовательность матери связана со стратегией «Социальная поддержка» ($r=0.49$, $p<0.05$) это говорит о том, что в случаях, когда доверие к матери пропадает, подросток начинает нуждаться в поддержке других людей, в их мнении и совете, что вызывает повышенную напряженность копинга.

3.3.3 Особенности взаимосвязи механизмов психологической защиты и копинг-стратегий с личностными факторами

Таблица 12

Значимые корреляционные связи между механизмами психологической защиты и личностными особенностями в группах подростков с разным уровнем адаптивности копинг-стратегий (выраженная, сниженная, переходная)

№	Группы	Показатели	Вытеснение	Регрессия	Замещение	Отрицание	Проекция	Компенсация	Реактивное образование	Рационализация
1	Сниженная напряженность	(IV) Эмоциональная устойчивость-неустойчивость								- 0,44*
2	Переходная напряженность	(I) Экстраверсия-Интроверсия	-0,68**			0,42*				
3		(II) Привязанность-Обособленность	-0,42*							
4		(III) Самоконтроль-Импульсивность	-0,46*							
5		(IV) Эмоциональная устойчивость-Неустойчивость		0,58*		- 0,40*			0,54*	
6		(V) Экспрессивность-Практичность	-0,55*							
7	Выраженная напряженность	(IV) Эмоц. устойчивость-Неустойчивость	-0,50*							
8		(V) Экспрессивность-Практичность					0,50*			

Примечание: *- p<0.05, **- p<0.005

Учитывая полученные результаты на основании классификации копинг-стратегий Лазаруса и Фолкман (1988) и на положениях теории Р. МакКрае и П. Коста (1983-1985):

- Эмоциональная неустойчивость коррелирует с вытеснением ($r=-0.50$, $p < 0.05$) в группе с выраженной напряженностью. Так же этот показатель коррелирует с отрицанием в группе с переходной напряженностью. Отрицание является частным случаем вытеснения, они имеют одинаковую природу: когда Эго не способно справиться с травмирующими психику факторами, оно от них избавляется. Оба механизма примитивны и свойственны, судя по матрице, людям эмоционально устойчивым. Эмоциональная устойчивость характерна для лиц самодостаточных, уверенных в своих силах, эмоционально зрелых, смело смотрящих в лицо фактам, спокойным, постоянным в своих планах и привязанностях, не поддающимся случайным колебаниям настроения. На жизнь такие люди смотрят серьезно и реалистично, хорошо осознают требования действительности, не скрывают от себя собственных недостатков, не расстраиваются из-за пустяков, чувствуют себя хорошо приспособленными к жизни. Эмоционально устойчивые люди сохраняют хладнокровие и спокойствие даже в самых неблагоприятных ситуациях. Единственный вариант объяснения, который можно дать в этой ситуации, что эти люди справляются со стрессом хорошо и осознанно, но, возможно, если стресс превосходит возможности психики, то единственный способ, который остается для совладания с ним – отрицание или вытеснение. В группе со сниженной напряженностью эмоциональная неустойчивость ожидаемо коррелирует с рационализацией ($r=-0.44$, $p < 0.05$).

- Эмоциональная неустойчивость положительно коррелирует с регрессией ($r=0.58$, $p < 0.05$) и реактивным образованием ($r=0.54$, $p < 0.05$) в группе с переходной напряженностью. Здесь намного проще объяснить, ведь эмоциональная неустойчивость характеризуется неспособностью контролировать свои эмоции и импульсивные влечения. В поведении это

проявляется как отсутствие чувства ответственности, уклонение от реальности, капризность. Такие люди чувствуют себя беспомощными, неспособными справиться с жизненными трудностями. Они с тревогой ожидают неприятностей, в случае неудачи легко впадают в отчаяние и депрессию. Здесь как следствие можно предположить, что регрессия и реактивное образование для таких людей свойственны.

- Вытеснение в переходной группе коррелирует практически со всеми показателями: Экстраверсия-Интроверсия ($r=-0.68$, $p < 0.005$), Привязанность-Обособленность ($r=-0.42$, $p < 0.05$), Самоконтроль-Импульсивность ($r=-0.46$, $p < 0.05$), Экспрессивность-Практичность ($r=-0.55$, $p < 0.05$). Интровертированность и обособленность людей, которым свойственно вытеснение можно объяснить тем, что они берут порой на себя слишком большой груз травмирующих факторов и событий, ведь для них не свойственно обсуждать и делиться проблемами с другими. Возможно, именно из-за такого напряжения психика и вынуждена использовать вытеснение. Объяснить связь между импульсивностью и вытеснением можно, опираясь на характеристики импульсивного человека. Это такой тип личности, для которого характерны естественность поведения, беспечность, склонность к необдуманным поступкам, возможно, что, на бессознательном уровне происходит столкновение, которое приводит как раз к вытеснению стыда и чувства вины. Практичность характерна для людей, которые не любят резких перемен в своей жизни, они предпочитают постоянство и надежность во всем, что их окружает, возможно, именно поэтому, когда они сталкиваются с сильным стрессом, они его вытесняют, чтобы вновь обрести надежность и постоянство бытия.

- Положительную корреляцию имеет отрицание с экстраверсией ($r=0.42$, $p < 0.05$). Плутчик в своих работах утверждал, что когда человек использует определенные защитные механизмы психики, у него актуализируются конкретные черты личности, например при использовании

отрицания актуализируется социальность и доверчивость к людям. Так можно объяснить связь отрицания и экстраверсии.

- Корреляцию механизма проекции и экспрессивностью ($r=0.50$, $p < 0.05$) можно объяснить, опираясь на характеристики экспрессивного человека. Такой человек часто не отличает вымысел от реальной жизни. Он чаще доверяет своим чувствам и интуиции, чем здравому смыслу. То есть для такого человека процесс проекции остается неосознанным, но защищает психику от осознания собственных отрицательных черт.

Таблица 13

Значимые корреляционные связи между копинг-стратегиями и личностными особенностями в группах подростков с разным уровнем адаптивности копинг-стратегий (выраженная, сниженная, переходная)

№	Группы	Показатели	Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Социальная поддержка	Принятие ответственности	Бегство-избегание	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
1	Сниженная напряженность	(IV) Эмоц. Устойчивость- Неустойчивость					- 0,49*			
2		(V) Экспрессивность- Практичность						0,58*		
3	Переходная напряженность	(I) Экстраверсия- Интроверсия								0,49*
4		(III) Самоконтроль- Импульсивность							-0,41*	0,47*
5		(IV) Эмоц. устойчивость- Неустойчивость							0,53*	
6		(V) Экспрессивность- Практичность					0,46*		0,61*	0,56*
7	Выраженная напряженность	(III) Самоконтроль- Импульсивность			0,51*					

Примечание: *- $p < 0.05$

Учитывая полученные результаты на основании классификации защитных механизмов психики Плутчика, Келлермана и Конте (1979), на положениях теории Р. МакКрае и П. Коста (1983-1985), на определениях защитных механизмов из работ Кружковой и Шахматовой (2006) и Анны Фрейд (1936) можно сделать следующие выводы:

- Количественно больше всего связей обнаруживается в группе переходной напряженности.

- Принятие ответственности коррелирует с эмоциональной неустойчивостью ($r=-0.49$, $p<0.05$) и с практичностью ($r=0.46$, $p<0.05$). Это вполне ожидаемые связи, так как принятие ответственности свойственно людям, которые на жизнь смотрят серьезно и реалистично, хорошо осознают требования действительности, не скрывают от себя собственных недостатков. Однако, напряженность по показателю «Принятие ответственности» является адаптивной в пограничном состоянии для всех подростков выборки.

- Бегство-избегание коррелирует с эмоциональной неустойчивостью ($r=0.53$, $p<0.05$) и практичностью ($r=0.58$, $p<0.05$). Это объяснимо, исходя из того, что людям с эмоциональной неустойчивостью тяжело справляться с трудностями, беря на себя ответственность, но их практичность берет вверх и, они используют копинг избегания. Данная стратегия обладает сниженной напряженностью практически для всех подростков выборки.

- Планирование решения проблемы ($r=0.61$, $p<0.05$) положительно коррелирует с практичностью и отрицательно с импульсивностью ($r=-0.41$, $p<0.05$) в группе подростков с переходной напряженностью. Данные результаты так же можно объяснить тем, что практичный человек с высоким уровнем самоконтроля предпочтет планировать решение проблемы исходя из своих личностных особенностей.

- Положительная переоценка в группе подростков с переходным копингом коррелирует с экстраверсией ($r=0.49$, $p<0.05$), самоконтролем ($r=0.47$, $p<0.05$) и экспрессивностью ($r=0.56$, $p<0.05$) в группе подростков с

переходной напряженностью. Экстраверты оптимистичны, что дает им возможность посмотреть на ситуацию с положительной стороны. Люди с высоким самоконтролем склонны к волевой регуляции поведения, что способствует сдерживанию негативных эмоций и положительной переоценке. Для экспрессивных людей свойственно легкое отношение к жизни, что так же поддерживает стратегию положительной переоценки.

ВЫВОДЫ

Анализ эмпирического исследования позволяет сформулировать следующие выводы:

1. На психодинамическом уровне хорошая адаптивность совладающего поведения проявляется в связи с напряженностью определенных копинг-стратегий: «Положительная переоценка» и «Планирование решения проблемы», «социальная поддержка» и «конфронтация». Особое влияние на сниженную напряженность этих стратегий оказывает сила процессов возбуждения и подвижность нервных процессов. Однако при возрастании силы процессов возбуждения и подвижности нервных процессов происходит возрастание напряженности стратегий «конфронтации» и «социальной поддержки» до дезадаптивного уровня.

2. На социальном уровне на адаптивность совладающего поведения наибольшее влияние оказывает мать. Чем выше позитивный интерес и автономность матери, тем адаптивнее себя проявляет подросток, причем связана эта адаптивность с желаемыми копинг-стратегиями: «Положительная переоценка» и «Планирование решения проблемы». Дезадаптивность поведения, проявляющаяся в напряженности копинг-стратегии «принятие ответственности», возникает при снижении позитивного интереса и автономности матери. Непоследовательность матери приводит к напряженности копинга «Социальная поддержка», это говорит о том, что в случаях, когда доверие к матери пропадает, подросток начинает нуждаться в поддержке других людей, в их мнении и совете, что вызывает повышенную напряженность копинга.

3. На социальном уровне влияние на адаптивность совладающего поведения так же оказывает отец. Чем ниже автономность отца и его позитивный интерес, тем выше напряженность копинга «Конфронтация».

Директивность и враждебность отца связана с сильной напряженностью копингов «Самоконтроль» и «Принятие ответственности» соответственно, что, скорее всего, обусловлено интроектами отца о желаемом поведении.

4. На личностном уровне эмоциональная устойчивость, практичность и экстраверсия имеют наибольшее влияние на адаптивность совладающего поведения. При усилении этих факторов происходит усиление напряженности копинг-стратегий «Самоконтроль», «Планирование решения проблемы», «Положительная переоценка», что в целом являются желаемыми стратегиями. Только излишний самоконтроль приводит к дезадаптивному поведению.

5. Зрелый механизм психологической защиты – рационализация положительно коррелирует практически во всех трех группах со всеми психодинамическими показателями: силой процессов возбуждения, силой процессов торможения и с подвижностью нервных процессов. Родители будь они автономными или позитивно настроенными по отношению к подростку поддерживают в нем рационализацию, которая характеризуется осмыслением о объяснении травмирующих факторов. На личностном уровне рационализация связана с эмоциональной устойчивостью, так же как и другой зрелый механизм – реактивное образование. Зрелый механизм психологической защиты – компенсация имеет связи с директивностью и враждебностью матери. В ребенке закрепляется механизм замены непозволительных негативных чувств к матери.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема нашего исследования заключалась в расширении области знаний по совладающему поведению, соотнеся зрелость механизмов психологической защиты и адаптивность копинг-стратегий с психодинамическим, личностным и социальным факторами, чтобы посмотреть на картину в целом.

Наши гипотезы на данном этапе частично подтвердились. Мы установили, что, существуют различия в группе подростков по количественным показателям напряженности копинг-стратегий, а, следовательно, по общей адаптивности совладающего поведения. Мы выяснили, в чем именно заключаются различия между подростками с адаптивным совладанием, дезадаптивным и переходным совладанием на психодинамическом, социальном и личностном уровнях. Так же в ходе исследования мы выяснили, какие связи существуют между адаптивным поведением с психодинамическим, личностным и социальным факторами. Таким образом, у нас появилась возможность для разработки рекомендаций по снижению напряженности копинг-стратегий, и, следовательно, улучшению общих адаптивных свойств подростков. Эти данные будут переданы штатному психологу учебного заведения вместе с рекомендациями по развитию адаптивных свойств подростков.

Результаты проведенного исследования имеют научную и практическую значимость. В рамках науки мы расширили область знаний по проблеме совладающего поведения в разноуровневом подходе. С точки зрения практической значимости, результаты нашей работы могут послужить основой при работе психологов с подростками, с целью коррекции и профилактики, а так же при работе с родителями и учителями по вопросам выбора стиля семейного воспитания и стиля педагогической деятельности для улучшения адаптивных свойств подростков в связи с совладающим

поведением. Кроме того, результаты нашей работы могут быть использованы в образовательной деятельности педагогов и воспитателей с целью лучшего понимания детей, их способности справляться со стрессом.

Проведённое исследование позволяет сформулировать практические рекомендации для родителей и психологов образовательных учреждений:

Для родителей: Поддержка, забота и интерес к ребенку способствует формированию зрелых механизмов защиты и адаптивного совладающего поведения. Но стоит отслеживать момент, когда ребенок начинает реагировать на стресс, выбирая только те стратегии, которые сохраняют ваш позитивный интерес. Ребенку важно показать, как стоит выстраивать границы и научить их защищать с целью его психологического комфорта, для этого желательно уметь выстраивать собственные границы и не переходить из позитивного интереса в область контроля над ребенком. Кроме того, важно своим примером демонстрировать варианты совладания со стрессом, которые для вас являются наиболее успешными. Желательно объяснить ребенку, что такие виды защиты, как конфронтация, дистанцирование, социальная поддержка и бегство-избегание так же важны для успешной адаптации, когда они подходят для конкретной ситуации.

Для психологов: Подростки с переходной напряженностью отличаются от подростков с выраженной напряженностью в основном личностными чертами, значит, работать стоит с личностью. Для этой цели подходит метод социального научения Бандуры. Подростки с переходной напряженностью отличаются от подростков со сниженной напряженностью в основном на личностном и социальном уровне, значит, работу стоит проводить и с личностью и с границами ребенка, например, методами Гештальт-подхода.

Перспективы дальнейшего исследования: расширение социальных факторов (не только семья); увеличение выборки, проведение исследования в рамках других учебных заведений; сравнение подростков из СУЗов и школ; разработка коррекционной программы.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- 1 *Адлер А., Дорогова Л. И., Боковинова А. М.* Практика и теория индивидуальной психологии [Текст]. – 2011.
- 2 *Бассин Ф. В.* О силе «Я» и психологической защите. Самосознание и защитные механизмы личности: хрестоматия [Текст] //Самара, Пресса. – 2000. – С. 3-12.
- 3 *Брушлинский А. В.* Психология субъекта и его деятельности [Текст] //Современная психология/Под ред. ВН Дружинина.–М.: ИНФРАМ. – 1999. – С. 330-346.
- 4 *Ванеян С. С.* От Эго-теории к Жаку Лакану: переходный объект и стадия зеркала [Текст] //Современная терапия в психиатрии и неврологии. – 2015. – №. 2. С. 37-46.
- 5 *Величковская С. Б.* Влияние индивидуально-психологических характеристик личности на выбор стратегий совладающего поведения [Текст] //Вестник Московского государственного лингвистического университета. – 2011. – №. 613. С. 164-177.
- 6 *Вяткин Б. А., Дорфман Л. Я.* Теория интегральной индивидуальности ВС Мерлина: история и современность [Текст] //Образование и наука. – 2017. – Т. 19. – №. 2. С 145-160.
- 7 *Ганеева А. А.* Особенности проявления механизмов защиты подростков в конфликтных ситуациях, в зависимости от социально-психологического типа личности [Текст] //Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2012. – Т. 14. – №. 2-1. С. 134-136
- 8 *Гингер С., Гингер А.* Гештальт-терапия контакта [Текст] //СПб.: Специальная Литература. – 1999. – С. 25-28.
- 9 *Грановская Р. М.* Психологическая защита [Текст]. – 2009. – 179 с.
- 10 *Грановская Р. М.* Элементы практической психологии [Текст]. – Л, 1988. – Т. 4 – 290 с.

- 11 *Журавлев А. Л., Сергиенко Е. А.* Стресс, выгорание, совладание в современном контексте [Текст] //М.: Институт психологии РАН. – 2011. – Т. 512.
- 12 *Зиглер Д. Д., Хьелл Л. А.* Теории личности. – 2013. - 608 с.
- 13 *Калинина Р. Р.* Родительские позиции и их роль в формировании личности ребенка [Текст] //Психологические проблемы современной российской семьи. – 2005. – Т. 2. – 360 с.
- 14 *Карабанова О. А.* Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. – Гардарики, 2005. – 320 с.
- 15 *Кленова М. А., Лаврентьева М. Ю.* Влияние типа темперамента на выбор личностью стратегий преодоления [Текст] //Альманах современной науки и образования. – 2015. – №. 8. – С. 63-65.
- 16 *Кляйн М. и др.* Развитие в психоанализе [Текст] //М.: Академический проект. – 2001. – Т. 4.
- 17 *Корытова Г. С.* Защитное и совладающее поведение личности: теоретические основания. – 2006. – 292 с.
- 18 *Котенева А. В.* Психологическая защита личности [Текст] //М.: МГГУ. – 2013.
- 19 *Красильников И. А.* Ценностная конфликтность, копинг-стратегии и темперамент [Текст] //Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. – 2012. – Т. 1. – №. 2. С. 29-32.
- 20 *Кружкова О. В.* Психологическая защита и совладание: феноменологическое соотношение и структура [Текст] //Вестник Ленинградского государственного университета им. АС Пушкина. – 2012. – Т. 5. – №. 1. С. 36-47
- 21 *Кружкова О. В., Шахматова О. Н.* Психологические защиты личности. – 2006. – 153 с.
- 22 *Крюкова Т. Л.* Психология совладающего поведения в разные периоды жизни [Текст] – КГУ им. НА Некрасова, 2010. – 296 с.

23 *Крюкова Т. Л.* Психология совладающего поведения: современное состояние, проблемы и перспективы [Текст] //Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2008. – Т. 14. – №. 4. С. 184-188.

24 *Куфтяк Е. В.* Факторы становления совладающего поведения в детском и подростковом возрасте [Текст] //Психологические исследования: электронный научный журнал. – 2012. – №. 2. – С. 3-3.

25 *Либина А., Либин А., Либин А.* Стили реагирования на стресс: психологическая защита или совладение со сложными обстоятельствами? [Текст] //Стиль человека: психологический анализ. – 1998. – С. 190-204.

26 *Луева М. В.* Защитные механизмы личности как предпосылка в развитии механизма совладания в представлениях зарубежных и отечественных психологов [Текст] //Сборники конференций НИЦ Социосфера. – Vedecko vydavatelske centrum Sociosfera-CZ sro, 2014. – №. 35. – С. 35-45.

27 *Луева М. В.* Представления о совладающем поведении в контексте современного образования [Текст] //Наука и школа. – 2015. – №. 1. – С. 195-200

28 *Маклаков А. Г.* Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях [Прогнозирование поведения людей в экстремальных условиях деятельности] [Текст] //Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. – №. 1. – С. 16-24.

29 *Мещеряков Б. Г.* Современный психологический словарь [Текст] /под ред. БГ Мещерякова, ВП Зинченко. – 2007.

30 *Никольская И. М., Грановская Р. М.* Психологическая защита у детей [Текст] – Речь, 2010.

31 *Патрушева И. Н.* Роль семьи в формировании духовно-нравственной личности [Текст] //Теория и практика образования в современном мире. – 2014. – С. 192-197.

- 32 *Перлз Ф.* Практика гештальт-терапии/пер [Текст] //М. Папуш. М. – 2005. – С. 20.
- 33 *Подопригора С. Я.* Краткий психологический словарь. – 2010. С. 85.
- 34 *Роджерс К.* Взгляд на психотерапию. Становление личности [Текст] – М., 1994. – С.38
- 35 *Русяева И. А.* Условия конструктивного развития психологических защит ребенка [Текст] //Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2013. – Т. 19. – №. 4. С. 156-160
- 36 *Савина Е.А.* Введение в психологию [Текст]. Курс лекций /Главный редактор А.П. Олейникова. - М: «Прометей» МПГУ, 1998. — 252 с.
- 37 *Сапоровская М.В.* Совладание в межкомплексном срезе [Текст] // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2013. - № 5. – С. 198-201.
- 38 *Свенцицкий А. Л.* Краткий психологический словарь. – Издательство "Проспект", 2015. С. 13.
- 39 *Сергиенко Е. А.* Контроль поведения и защитные механизмы [Текст] //Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе. – 2010. – С. 65-67.
- 40 *Скурацова А. В.* Ведущие механизмы психологических защит у детей младшего школьного возраста [Текст] //Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2011. – Т. 101. – №. 9. С. 152-157.
- 41 *Смирнова А. В.* Половозрастные и семейные факторы становления совладающего поведения у детей младшего школьного возраста [Текст]. – 2010.
- 42 *Собчик Л. Н.* Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений [Текст]. – СПб : Речь, 2002. 96 с.
- 43 *Станибула С. А.* Копинг-стратегии: развитие в онтогенезе [Текст] //Развитие личности. – 2017. – №. 3. С 195-204.

44 *Стреляу Я.* Роль темперамента в психическом развитии [Текст]: пер. с польского. – Прогресс, 1982.

45 *Ташлыков В. А.* Психологическая защита у больных неврозами и психосоматическими расстройствами: Пособие для врачей [Текст] //Пособие для врачей. СПб. – 1992.

46 *Уральцева Е. Р., Вихман А.А.* Психодинамические, социальные, личностные факторы совладающего поведения у подростков [Текст] / Уральцева Е.Р., Вихман А.А. // Сб. материалов XV науч.-практ. конф. ЯНПИС. 25 мая 2018 г. – Пермь: Перм. гос. гум.-пед.ун-т, 2018 (в печати)

47 *Уральцева Е. Р., Вихман Г.Ю.* Связь механизмов психологической защиты со стилями семейного воспитания: к постановке проблемы [Текст] / Уральцева Е.Р., Вихман Г.Ю. // Сб. материалов XIII науч.-практ. конф. ЯНПИС. 20-21 мая 2016 г. – Пермь: Перм. гос. гум.-пед.ун-т, 2018

48 *Усталов В. А.* Стиль психологической защиты в структуре интегральной индивидуальности [Текст]: дис. –Пермь: ВА Усталов, 2006. - 189 с.

49 *Фрейд А.* Психология «Я» и защитные механизмы [Текст] //М.: Педагогика-пресс. – 1993. – Т. 140. – №. 2.

50 *Хазова С. А.* Копинг-ресурсы субъекта: основные направления и перспективы исследования [Текст] //Вестник Костромского государственного университета. – 2013. – Т. 19. – №. 5. С. 188-191.

51 *Хазова С. А.* Темперамент в трудных жизненных ситуациях [Текст]. Психология и практика: Сборник научных статей/под ред ТЛ Крюковой, С. А. Хазовой //Кострома: КГУ им. НА Некрасова. – 2006. – С. 32-43.

52 *Хачатурова М. Р.* Совладающий репертуар личности: обзор зарубежных исследований [Текст] //Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10. – №. 3. С. 160-169.

53 *Холл К.С.* Теории личности [Текст] /КС Холл, Г. Линдсей.—М.: Апрель-Пресс; Эксмо- Пресс, 1999.—591 с.

54 *Ялтонский В. М., Сирота Н. А.* Психология совладающего поведения: развитие, достижения, проблемы, перспективы [Текст] //Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы. – 2008. – С. 50-53.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Глоссарий:

Вытеснение – наиболее универсальное средство избежать внутреннего конфликта. Его цель – устранение из сознания социально неприемлемых влечений. Вытеснение считается наиболее примитивным и малоэффективным средством защиты, так как: 1) вытесненное содержание все-таки прорывается в сознание (обмолвки, опiski, неловкие движения, юмор, невротические и психосоматические симптомы). 2) неразрешённый конфликт обнаруживает себя высоким уровнем тревожности и чувством дискомфорта. Вытеснение характеризует незрелость личности.

Отрицание реальности – частный случай вытеснения: Эго отвергает существование ситуаций, несущих тревогу или компенсирует их воображаемыми ситуациями (например, человек не хочет верить в потерю близкого и продолжает вести себя так, как будто он продолжает жить).

Реактивное образование – замена Эго неприемлемых тенденций на прямо противоположные. Например, преувеличенная любовь к одному из родителей может быть преобразованием социально недопустимого чувства ненависти к нему.

Регрессия – возврат на более раннюю стадию развития или к более примитивным формам поведения, мышления. Например, истероидные реакции типа сосания пальцев, детского лепета у взрослых людей, излишняя сентиментальность, предпочтение «романтической любви» и игнорирование сексуальных отношений у взрослого человека. Этот механизм пускается в ход, когда Эго не в состоянии принять реальность такой, какой она есть, или личность не в состоянии справиться с требованиями Супер-Эго. Регрессия, как правило, характеризует незрелую личность.

Рационализация – псевдоразумное объяснение человеком своих поступков, желаний, в действительности вызванных причинами, признание которых грозило бы потерей самоуважения. Наиболее яркие феномены рационализации получили название «кислый виноград» и «сладкий лимон». Первый известен по басне И.А.Крылова «Лиса и виноград», когда происходит дискредитация недостижимого объекта. Защита по типу «сладкого лимона» имеет своей целью преувеличение ценности имеющейся в данный момент — по известному принципу: «Лучше синица в руке, чем журавль в небе».

Проекция – приписывание другим людям вытесненных переживаний, черт характера. В межличностных отношениях она выступает в форме феномена «козла отпущения». Предполагается, что к проекции предрасполагают такие черты характера, как недоверчивость, подозрительность, фанатизм. (Савина, 1998)

Так же в нашей работе мы рассмотрели перечень защитных механизмов, предложенных Кружковой О.В. и Шахматовой О.Н.

Замещение – это защита от тревожащей информации или даже нестерпимой ситуации с помощью переноса реакции с «недоступного» объекта на другой объект – «доступный», или замены неприемлемого действия на приемлемое действие. За счет такого переноса происходит разрядка напряжения, созданного неудовлетворенной потребностью. Замещение дает возможность справиться с гневом, который не может быть выражен прямо и безнаказанно. Имеет две формы: замещение объекта и замещение потребности. (Аналог реактивного образования).

Компенсация - это одна из наиболее эффективных психологических защит, характерная для социально зрелой личности. Компенсация направлена на снижение интенсивности чувств печали, уныния и тоски, возникающих в ситуации реальных или мнимых утрат и неудач. Снижение выраженности этих чувств может быть достигнуто с помощью переключения внимания человека с оценок и анализа травмирующих собственных свойств и опыта на

другие, более нейтральные или потенциально позитивные качества и навыки. Этот процесс может протекать в разных формах. Наиболее распространенной формой является фантазия, с помощью которой планируется и прогнозируется будущие, более успешные действия и реакции. Фантазия как компенсация имеет часто деятельностный характер, который может побудить человека к изменению своего поведения и к саморазвитию. Конечно, эта форма компенсации может быть сформирована только в том случае, если у человека есть потребность в саморазвитии и самореализации. Если этой потребности нет, то в обычных случаях компенсация вступает в действие для снижения депрессивных чувств путем сублимации.

Подавление – как и при вытеснении, защита проявляется в блокировании неприятной информации. Подавление вступает в действие лишь тогда, когда тенденция нежелательного действия достигает определенной силы. При этом затрудняется последующее произвольное воспоминание события в целом. Страх блокируется путем забывания реального стимула и обстоятельств, связанных с ним по ассоциации. Обычно подавление проявляется при сдерживании эмоций страха и преодолении зависимости от агрессора.

Идентификация – разновидность проекции, связанная с неосознаваемым отождествлением себя с другим человеком, переносом на себя желаемых качеств и чувств. В отличие от проекции, идентификация направлена не от себя, а к себе. Человек, как бы включив другого в свое «Я», заимствует его мысли, чувства и действия. Так он может испытать состояние единения, сочувствия, соучастия, избавиться от чувства отдаленности, тревоги. В результате идентификации осуществляется воспроизведение поведения, мыслей и чувств другого лица через переживание, происходит бессознательное моделирование отношений и поведения другого лица, как путь повышения самооценки.

Отчуждение – это защита, приводящая к изоляции, обособленно внутри осознания особых зон, связанных с травмирующими факторами. При

отчуждении нарушаются эмоциональные связи между отдельными обособленными знаниями (которые до этого были единым знанием). Можно сказать, что отчуждение осуществляет защиту личности путем отстранения «Я» от той части личности, которая провоцирует непереносимые переживания.

Сновидение – вид замещения, в котором происходит переориентация, то есть перенос недоступного действия в иной план: из реального мира в мир сновидений. При этом, чем больше переживаний подавляется, тем более вероятно, что он будет аккумулировать энергию в бессознательном и угрожать сознательному миру своим вторжением. В сновидении конфликт устраняется не на основе его логического разрешения и не на основе трансформации, что характерно для рационализации, а с помощью языковых объектов.

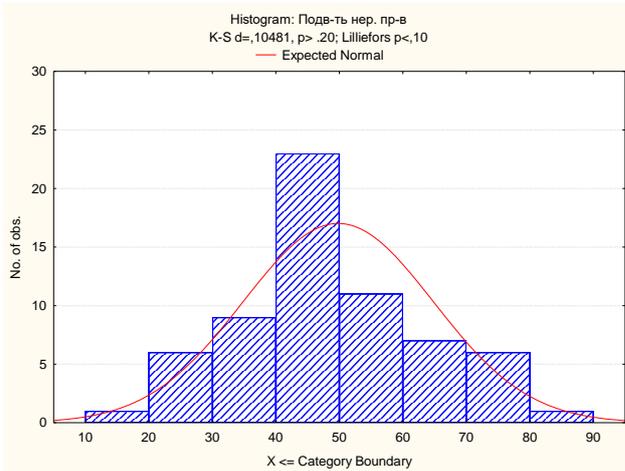
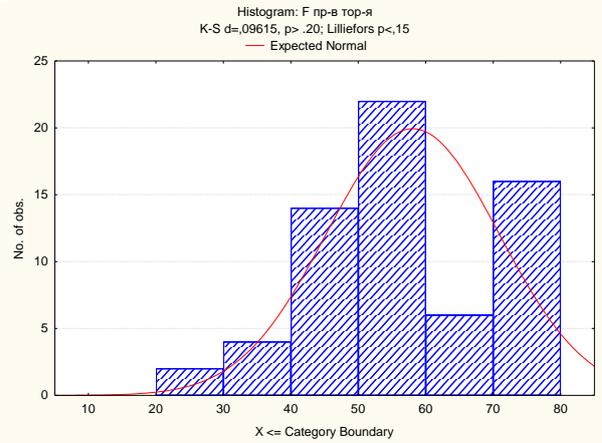
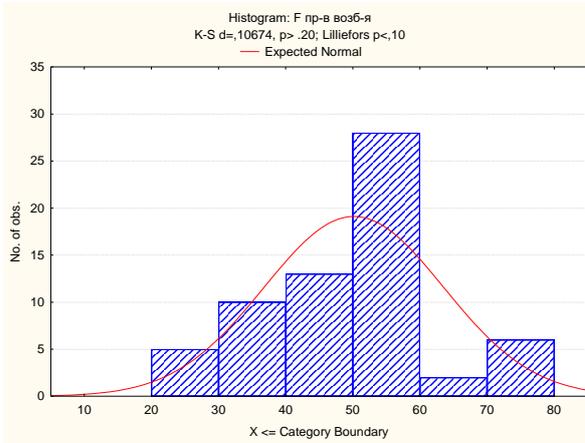
Катарсис – защита, связанная с таким изменением ценностей, которое приводит к ослаблению влияния травмирующего факта. Для этого в качестве посредника иногда привлекается некая внешняя, глобальная система ценностей, по сравнению с которой травмирующая человека ситуация теряет в своей значимости. Изменения в структуре ценностей могут происходить только в процессе мощного эмоционального напряжения, накала страстей. Считается, что катарсис несет с собой очистительный эффект. Это и средство защиты личности от необузданных импульсов (своего рода клапан, спасающий от примитивных инстинктов), и способ создания нового направления в устремленности будущего. Так переживание страха иногда способствует нравственному перерождению, пробуждению совести, благодаря которой происходит духовное обновление. В этой ситуации у человека вдруг изменяется структура установок и появляется решимость действовать в новом направлении. Человек особенно близок к пониманию истинных ценностей в тот период, когда рискует потерять их полностью. (Кружкова О.В., Шахматова О.Н., 2006)

Классификация «семейства копингов» Э. Скиннер

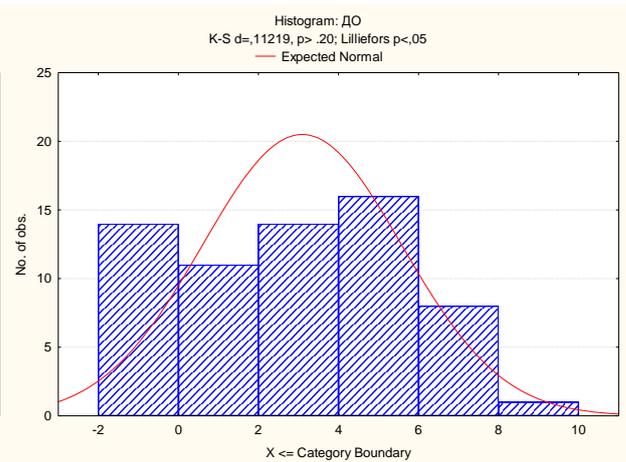
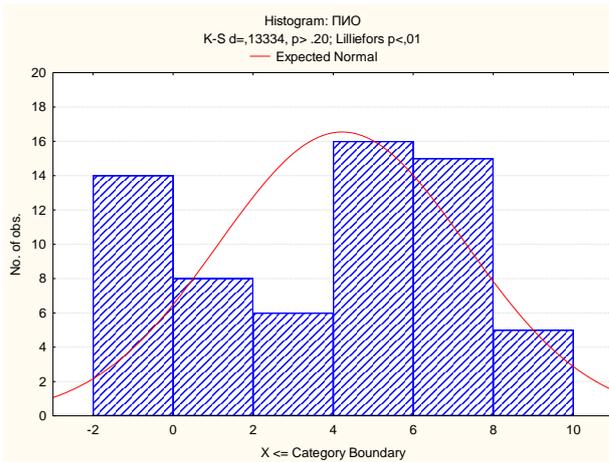
Семейство копинга	Стратегии
Решение проблем	<ul style="list-style-type: none"> • Планирование • Инструментальные действия • Выработка плана поведения
Поиск информации	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение • Наблюдение • Обращение с вопросами к другим
Беспомощность	<ul style="list-style-type: none"> • Растерянность • Неспособность к когнитивному анализу • Когнитивное истощение
Избегание	<ul style="list-style-type: none"> • Уход от когнитивного анализа • Уход от поведенческих действий • Отрицание • Мечтательность
Самоуверенность	<ul style="list-style-type: none"> • Эмоциональная регуляция • Поведенческая регуляция • Выражение эмоций • Эмоциональный подход
Поиск поддержки	<ul style="list-style-type: none"> • Поиск понимания • Поиск комфортных условий • Поиск инструментальной и духовной поддержки
Делегирование	<ul style="list-style-type: none"> • Неадаптивный поиск помощи • Недовольство, жалобы • Жалость к себе
Изоляция	<ul style="list-style-type: none"> • Уход • Маскировка • Избегание других
Приспособление	<ul style="list-style-type: none"> • Отвлечение • Когнитивное переосмысление • Минимизация действий • Принятие
Сотрудничество	<ul style="list-style-type: none"> • Переговоры • Убеждение • Расстановка приоритетов
Покорность	<ul style="list-style-type: none"> • Размышления • Ригидные персеверации • Преобладание назойливых мыслей
Сопrotивление	<ul style="list-style-type: none"> • Обвинение других • Проекция • Агрессия

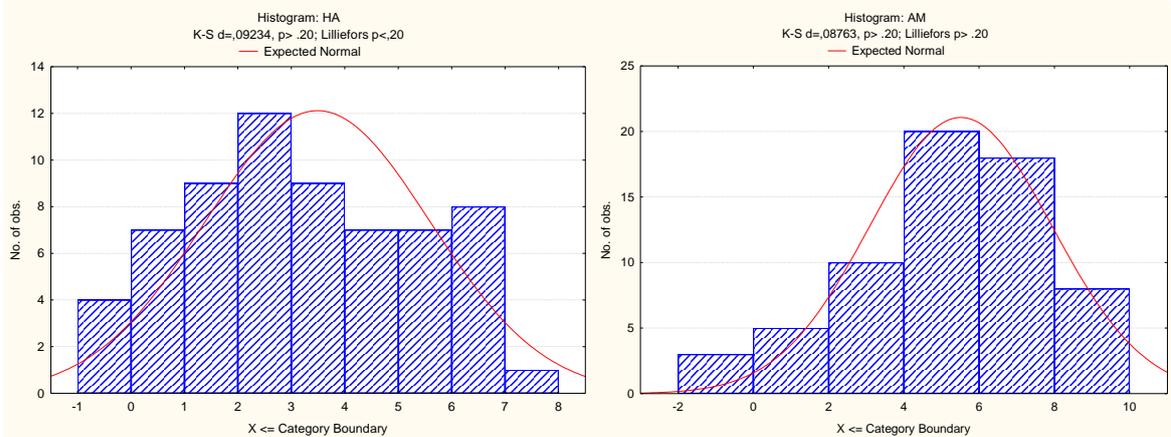
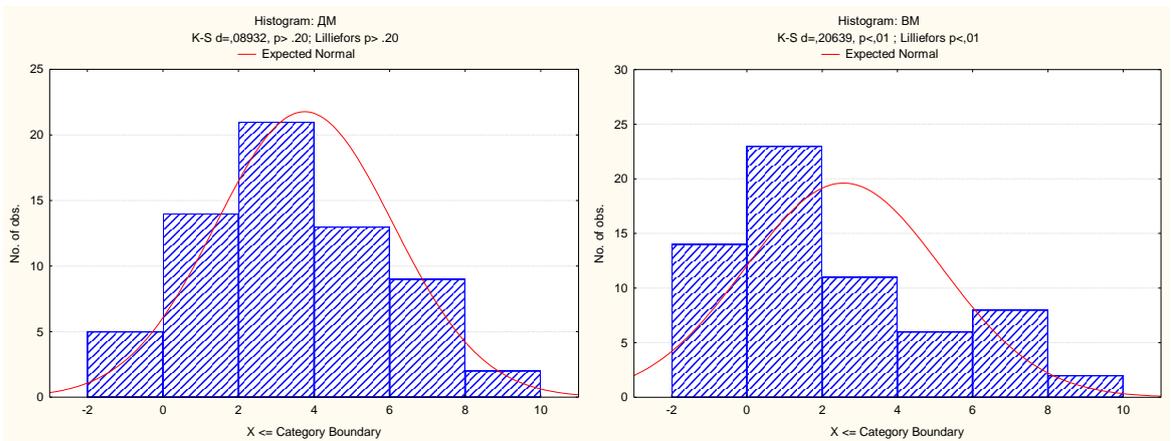
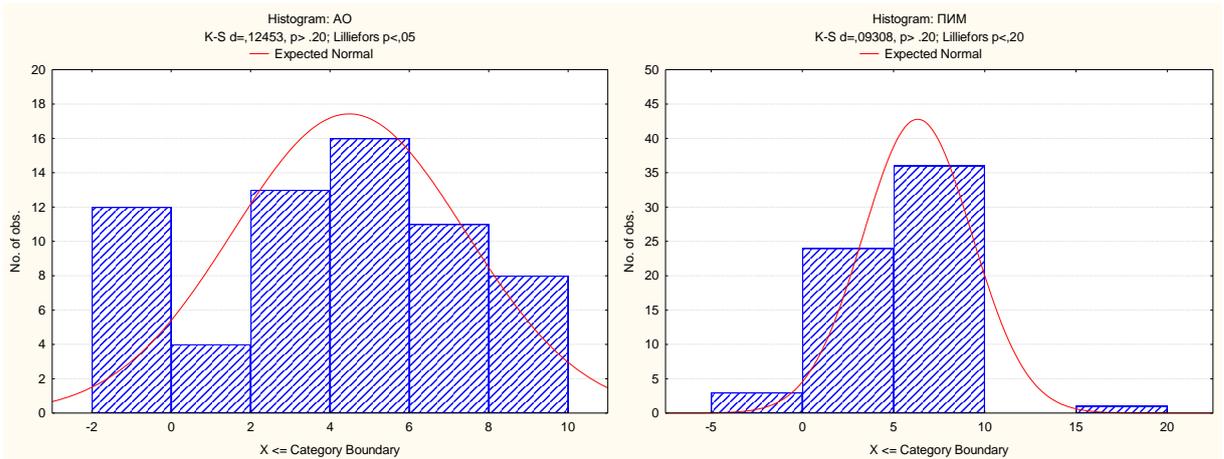
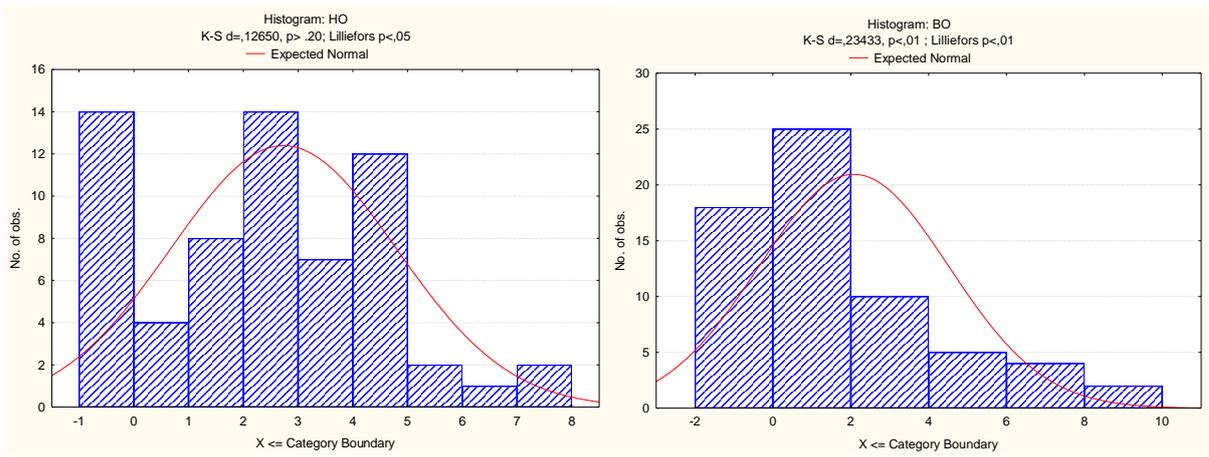
Описательные статистики

Психодинамический фактор:

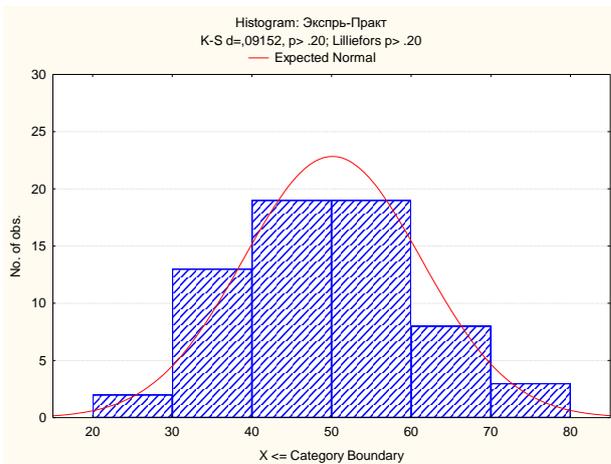
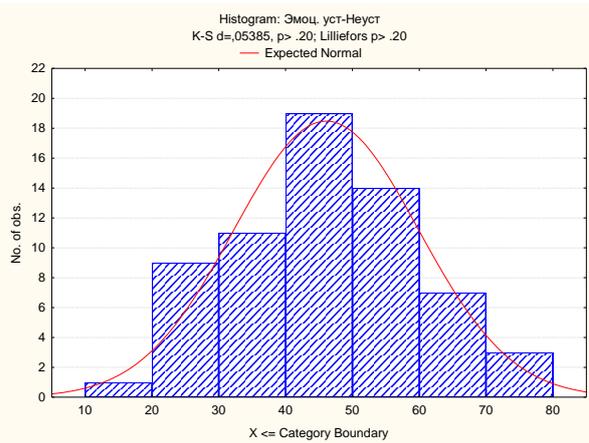
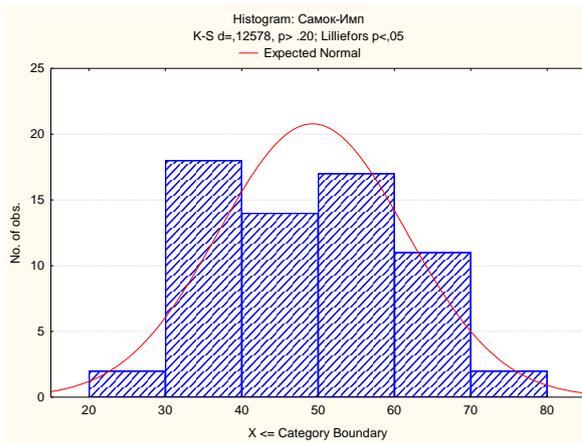
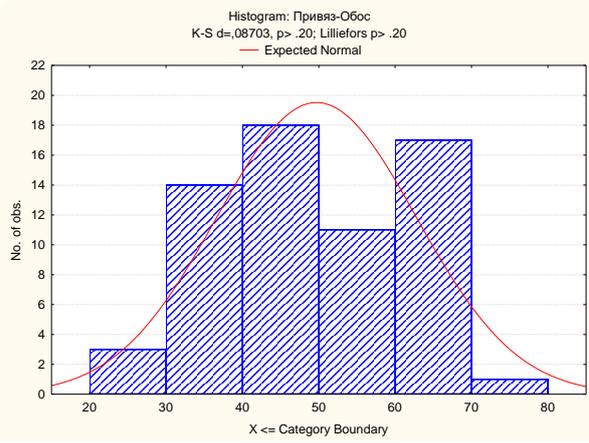
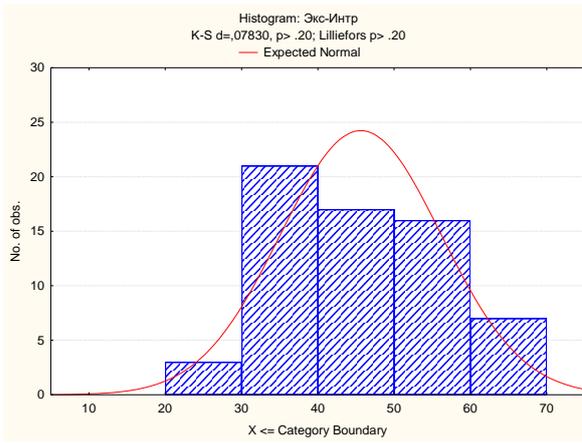


Социальный фактор:

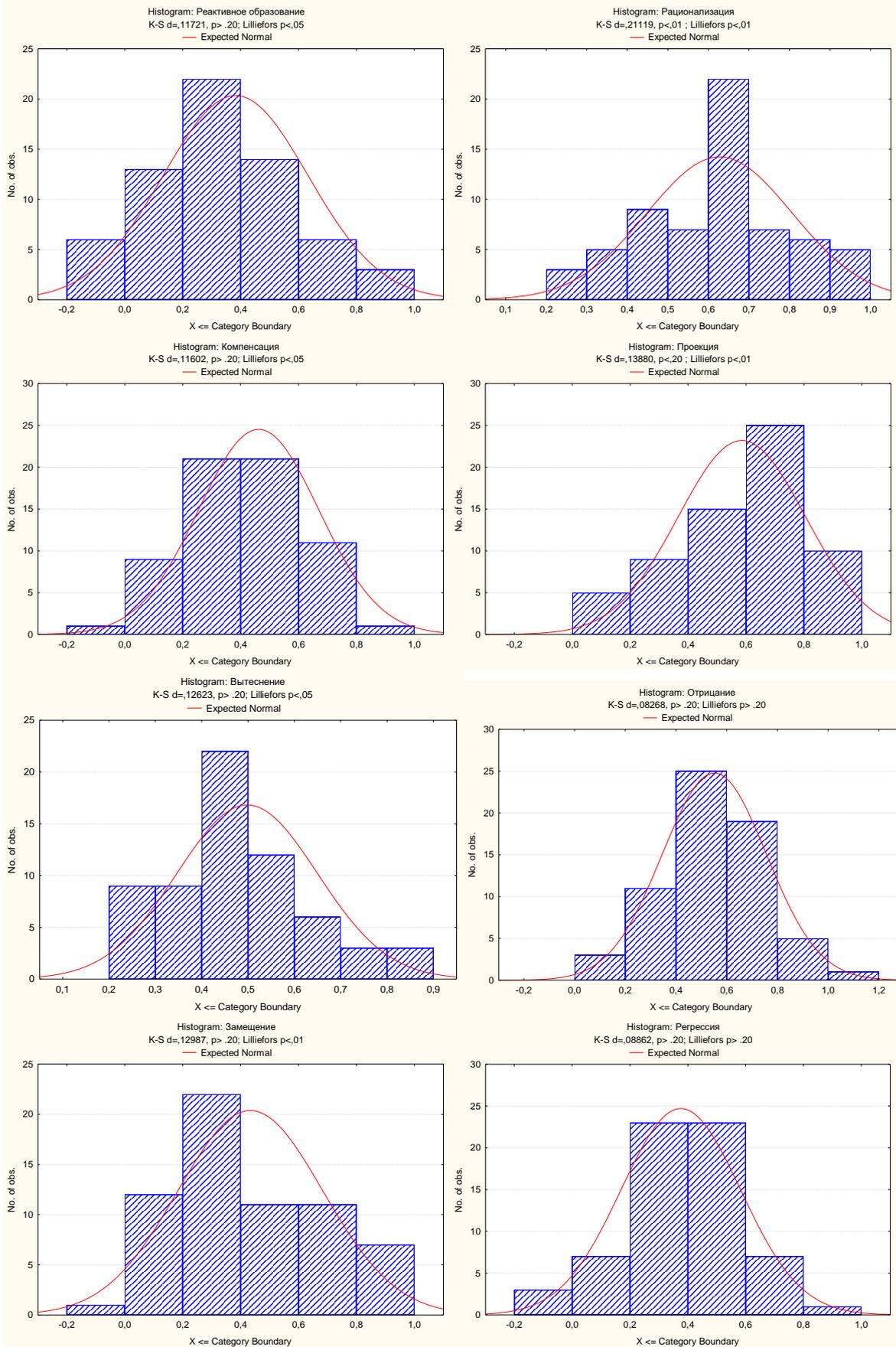




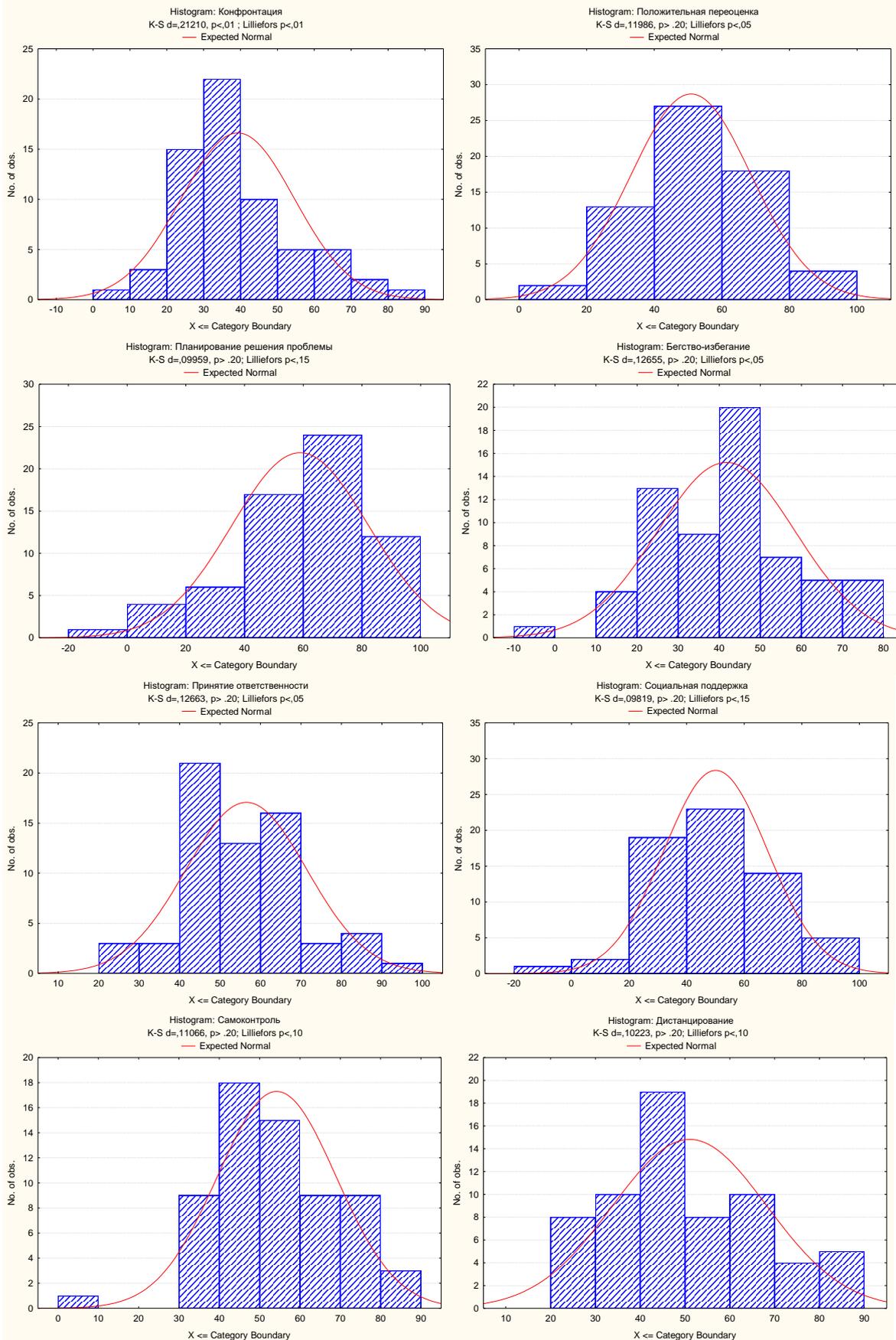
Личностный фактор (только для основных факторов):



Защитные механизмы психики:



Копинг-стратегии:



	Valid N	Среднее	Медиана	Мода	Минимум	Максимум
ПЮО	64	4,23	5,00	0,000000	0,00	10,00
ДО	64	3,09	2,75	0,000000	0,00	8,50
ВО	64	2,08	1,25	0,000000	0,00	9,00
АО	64	4,48	4,75	0,000000	0,00	9,00
НО	64	2,73	2,75	0,000000	0,00	8,00
ПИМ	64	6,32	6,25	4,500000	0,00	17,50
ДМ	64	3,75	3,50	3,500000	0,00	9,50
ВМ	64	2,57	1,50	0,000000	0,00	8,50
АМ	64	5,52	5,50	Multiple	0,00	10,00
НА	64	3,49	3,25	3,000000	0,00	7,50
Акт-Пас	64	8,80	9,00	Multiple	3,00	15,00
Тепл-Равн	64	10,14	10,50	12,000000	3,00	15,00
Акур-н/акур	64	9,44	9,00	7,000000	4,00	15,00
Треп-Беззаб	64	9,08	9,00	Multiple	3,00	15,00
Любоз-Конс	64	9,91	10,00	Multiple	4,00	15,00
Дом-Подч	64	9,25	9,00	10,000000	3,00	15,00
Сотр-Соп	64	10,06	10,00	Multiple	5,00	15,00
Наст-Отс/наст	64	9,81	10,00	10,000000	4,00	15,00
Напр-Рассл	64	8,69	9,00	10,000000	3,00	15,00
Любоз-Реал	64	10,20	10,00	9,000000	5,00	15,00
Общит-Замк	64	9,30	9,50	Multiple	3,00	15,00
Довер-Подоз	64	9,31	9,50	Multiple	3,00	15,00
Ответ-Без/отв	64	9,59	9,50	Multiple	3,00	15,00
Депрес- Эмоц.комф	64	9,28	9,00	15,000000	3,00	15,00
Арт-Отс/арт	64	10,20	10,00	8,000000	5,00	15,00
Поиск- Избег/впеч	64	17,27	10,00	7,000000	5,00	67,00
Поним-Непон	64	18,02	12,00	Multiple	3,00	64,00
Самок-Имп	64	18,27	13,00	Multiple	4,00	64,00
Самокр-Самод	64	17,67	10,00	Multiple	3,00	68,00
Сенс-Нечус	64	18,33	12,00	12,000000	3,00	57,00
Прояв-Избег. чув. вины	64	8,42	9,00	9,000000	3,00	15,00
Уваж. др-Самоув	64	10,41	11,00	13,000000	4,00	15,00
Предус-Бесп	64	9,48	10,00	12,000000	3,00	15,00
Эмоц. лаб-Стаб	64	9,05	9,00	15,000000	3,00	15,00
Пласт-Риг	64	9,50	10,00	10,000000	3,00	15,00
Экс-Интр	64	45,63	45,00	55,000000	23,00	67,00
Привяз-Обос	64	49,72	48,50	69,000000	26,00	73,00
Самок-Имп	64	49,28	48,00	59,000000	26,00	74,00
Эмоц. уст-Неуст	64	46,09	45,50	Multiple	18,00	75,00
Экспрь-Практ	64	50,11	49,50	Multiple	27,00	72,00
Вытеснение	64	0,50	0,50	,5000000	0,25	0,83

Регрессия	64	0,38	0,36	,2142857	0,00	0,93
Замещение	64	0,43	0,38	,2307692	0,00	1,00
Отрицание	64	0,55	0,55	,7500000	0,08	1,08
Проекция	64	0,59	0,62	Multiple	0,08	1,00
Компенсация	64	0,46	0,50	Multiple	0,00	0,90
Реактивное образование	64	0,38	0,40	Multiple	0,00	1,00
Рационализация	64	0,63	0,67	,6666667	0,25	1,00
Конфронтация	64	39,24	33,33	33,33333	5,56	83,33
Дистанцирование	64	51,04	50,00	50,00000	22,22	88,89
Самоконтроль	64	54,24	52,38	47,61905	9,52	85,71
Социальная поддержка	64	50,09	50,00	55,55556	0,00	88,89
Принятие ответственности	64	56,51	58,33	66,66667	25,00	91,67
Бегство-избегание	64	41,73	41,67	41,66667	0,00	79,17
Планирование решения проблемы	64	58,94	61,11	Multiple	0,00	100,00
Положительная переоценка	64	50,89	47,62	Multiple	9,52	95,24
F пр-в возб-я	64	50,16	52,00	Multiple	23,00	80,00
F пр-в тор-я	64	58,06	58,00	50,00000	21,00	80,00
Подв-ть нер. пр-в	64	49,83	48,00	48,00000	20,00	90,00

T-критерий для групп со сниженной напряженностью и переходной напряженностью копинг-стратегий

	Mean 1,00	Mean 2,00	t-value	df	p	Valid N 1,00	Valid N 2,00	Std.Dev. 1,00	Std.Dev. 2,00	F-ratio Variances	p Variances
ПИО	4,05	3,92	0,14	45,00	0,89	21,00	26,00	2,75	3,33	1,46	0,39
ДО	2,45	2,92	-0,69	45,00	0,49	21,00	26,00	2,34	2,29	1,05	0,90
ВО	1,67	2,08	-0,59	45,00	0,56	21,00	26,00	2,35	2,37	1,02	0,97
АО	4,33	4,44	-0,12	45,00	0,91	21,00	26,00	3,27	3,09	1,12	0,78
НО	2,71	2,48	0,39	45,00	0,69	21,00	26,00	1,96	2,06	1,11	0,83
ПИМ	4,98	7,21	-2,66	45,00	0,01	21,00	26,00	2,68	3,00	1,26	0,61
ДМ	3,52	3,62	-0,14	45,00	0,89	21,00	26,00	2,29	2,25	1,04	0,92
ВМ	2,88	2,19	0,93	45,00	0,36	21,00	26,00	2,64	2,43	1,18	0,69
АМ	4,26	6,25	-3,08	45,00	0,00	21,00	26,00	2,43	2,00	1,48	0,35
НА	3,21	3,46	-0,43	45,00	0,67	21,00	26,00	1,93	2,01	1,09	0,86
Акт-Пас	8,62	9,00	-0,47	45,00	0,64	21,00	26,00	2,67	2,81	1,11	0,82
Тепл-Равн	10,48	9,69	0,85	45,00	0,40	21,00	26,00	2,94	3,28	1,24	0,62
Акур-н/аку	8,67	8,88	-0,24	45,00	0,82	21,00	26,00	3,06	3,24	1,13	0,80
Трев-Безз	9,71	8,46	1,24	45,00	0,22	21,00	26,00	3,55	3,36	1,12	0,78
Любоп-Кол	9,24	9,96	-0,88	45,00	0,38	21,00	26,00	2,96	2,65	1,26	0,58
Дом-Подч	9,10	9,81	-0,91	45,00	0,37	21,00	26,00	2,98	2,38	1,56	0,29
Сотр-Соп	9,90	9,50	0,49	45,00	0,62	21,00	26,00	2,57	2,97	1,34	0,51
Наст-Отс/н	9,05	10,08	-1,31	45,00	0,20	21,00	26,00	2,71	2,64	1,06	0,89
Напр-Расс	8,95	8,50	0,47	45,00	0,64	21,00	26,00	3,34	3,29	1,03	0,93
Любоз-Рез	9,62	9,81	-0,23	45,00	0,82	21,00	26,00	3,20	2,47	1,69	0,22
Общит-За	9,19	9,12	0,07	45,00	0,94	21,00	26,00	3,57	3,41	1,10	0,82
Довер-Под	8,71	9,27	-0,58	45,00	0,56	21,00	26,00	3,48	3,07	1,29	0,54
Ответ-Без	9,05	9,65	-0,69	45,00	0,50	21,00	26,00	2,77	3,20	1,34	0,51
Депрес-Эн	9,95	8,58	1,21	45,00	0,23	21,00	26,00	4,06	3,72	1,19	0,68
Арт-Отс/а	9,81	10,12	-0,40	45,00	0,69	21,00	26,00	2,25	2,83	1,59	0,30
Поиск-Изб	18,48	16,15	0,54	45,00	0,59	21,00	26,00	15,84	13,76	1,32	0,50
Поним-Неп	20,00	15,31	1,09	45,00	0,28	21,00	26,00	17,89	11,51	2,42	0,04
Самок-Им	20,24	16,12	1,03	45,00	0,31	21,00	26,00	16,00	11,52	1,93	0,12
Самокр-С	19,43	17,27	0,43	45,00	0,67	21,00	26,00	18,04	16,35	1,22	0,64
Сенс-Нечу	19,62	17,23	0,53	45,00	0,60	21,00	26,00	16,23	14,88	1,19	0,67
Прояв-Изб	8,00	8,50	-0,54	45,00	0,59	21,00	26,00	3,33	3,00	1,24	0,61
Уваж. др-с	10,38	10,54	-0,18	45,00	0,86	21,00	26,00	2,84	3,04	1,15	0,76
Предус-Б	8,62	10,00	-1,54	45,00	0,13	21,00	26,00	2,52	3,43	1,85	0,16
Эмоц. лаб	9,24	8,19	0,89	45,00	0,38	21,00	26,00	4,31	3,71	1,35	0,47
Пласт-Риг	8,43	9,46	-1,26	45,00	0,21	21,00	26,00	2,71	2,85	1,10	0,84
Экс-Интр	45,86	47,19	-0,43	45,00	0,67	21,00	26,00	10,86	10,17	1,14	0,75
Привяз-Об	47,86	52,19	-1,26	45,00	0,21	21,00	26,00	11,20	12,09	1,17	0,73
Самок-Им	46,71	52,04	-1,56	45,00	0,13	21,00	26,00	10,89	12,15	1,25	0,62
Эмоц. уст	48,52	42,54	1,35	45,00	0,19	21,00	26,00	16,02	14,45	1,23	0,62
Экспрь-Пр	47,86	49,88	-0,64	45,00	0,52	21,00	26,00	10,64	10,87	1,04	0,93
Вытеснен	0,52	0,50	0,39	45,00	0,69	21,00	26,00	0,16	0,18	1,18	0,72
Регресси	0,48	0,27	3,53	45,00	0,00	21,00	26,00	0,21	0,19	1,19	0,67
Замещени	0,48	0,34	1,98	45,00	0,05	21,00	26,00	0,27	0,23	1,33	0,50
Отрицани	0,47	0,62	-2,93	45,00	0,01	21,00	26,00	0,15	0,19	1,58	0,30
Проекция	0,68	0,51	2,67	45,00	0,01	21,00	26,00	0,22	0,21	1,07	0,86
Компенса	0,54	0,37	3,00	45,00	0,00	21,00	26,00	0,20	0,20	1,05	0,92
Реактивно	0,50	0,30	2,90	45,00	0,01	21,00	26,00	0,24	0,23	1,03	0,94
Рационал	0,57	0,66	-2,03	45,00	0,05	21,00	26,00	0,18	0,14	1,63	0,25
F пр-в воз	45,38	54,04	-2,17	45,00	0,04	21,00	26,00	12,55	14,35	1,31	0,55
F пр-в тор	55,38	60,65	-1,38	45,00	0,17	21,00	26,00	12,96	13,07	1,02	0,98
Подв-ть не	40,67	55,42	-3,48	45,00	0,00	21,00	26,00	13,12	15,44	1,39	0,46

Т-критерий для групп со переходной напряженностью и выраженной напряженностью копинг-стратегий

	Mean	Mean	t-value	df	p	Valid N	Valid N	Std.Dev.	Std.Dev.	F-ratio	p
	2	3				2	3	2	3	Variances	Variances
ПАО	3,92	4,91	-0,97	41,00	0,34	26,00	17,00	3,33	3,16	1,11	0,85
ДО	2,92	4,15	-1,58	41,00	0,12	26,00	17,00	2,29	2,76	1,46	0,39
ВО	2,08	2,59	-0,66	41,00	0,52	26,00	17,00	2,37	2,69	1,28	0,56
АО	4,44	4,74	-0,33	41,00	0,74	26,00	17,00	3,09	2,34	1,74	0,25
НО	2,48	3,15	-1,00	41,00	0,32	26,00	17,00	2,06	2,23	1,17	0,70
ПМ	7,21	6,62	0,65	41,00	0,52	26,00	17,00	3,00	2,86	1,10	0,86
ДМ	3,62	4,24	-0,83	41,00	0,41	26,00	17,00	2,25	2,61	1,35	0,49
ВМ	2,19	2,76	-0,70	41,00	0,49	26,00	17,00	2,43	2,88	1,40	0,43
АМ	6,25	5,94	0,45	41,00	0,66	26,00	17,00	2,00	2,52	1,60	0,28
НА	3,46	3,88	-0,61	41,00	0,55	26,00	17,00	2,01	2,49	1,53	0,33
Акт-Пас	9,00	8,71	0,33	41,00	0,74	26,00	17,00	2,81	2,85	1,02	0,94
Тепл-Равн	9,69	10,41	-0,66	41,00	0,51	26,00	17,00	3,28	3,79	1,33	0,50
Акур-н/ак	8,88	11,24	-2,38	41,00	0,02	26,00	17,00	3,24	3,03	1,14	0,80
Трев-Безз	8,46	9,24	-0,73	41,00	0,47	26,00	17,00	3,36	3,51	1,09	0,82
Любоп-Кол	9,96	10,65	-0,77	41,00	0,44	26,00	17,00	2,65	3,12	1,39	0,45
Дом-Подч	9,81	8,59	1,64	41,00	0,11	26,00	17,00	2,38	2,40	1,01	0,95
Сотр-Соп	9,50	11,12	-1,61	41,00	0,12	26,00	17,00	2,97	3,59	1,46	0,39
Наст-Отс/н	10,08	10,35	-0,32	41,00	0,75	26,00	17,00	2,64	2,87	1,19	0,68
Напр-Расс	8,50	8,65	-0,16	41,00	0,88	26,00	17,00	3,29	2,45	1,81	0,22
Любоз-Ре	9,81	11,53	-2,14	41,00	0,04	26,00	17,00	2,47	2,74	1,24	0,62
Общит-За	9,12	9,71	-0,50	41,00	0,62	26,00	17,00	3,41	4,31	1,60	0,28
Довер-Под	9,27	10,12	-0,89	41,00	0,38	26,00	17,00	3,07	3,02	1,03	0,97
Ответ-Без	9,65	10,18	-0,55	41,00	0,58	26,00	17,00	3,20	2,74	1,36	0,53
Депрес-Эм	8,58	9,53	-0,88	41,00	0,39	26,00	17,00	3,72	3,06	1,48	0,42
Арт-Отс/а	10,12	10,82	-0,78	41,00	0,44	26,00	17,00	2,83	2,98	1,11	0,79
Поиск-Изб	16,15	17,47	-0,26	41,00	0,79	26,00	17,00	13,76	19,26	1,96	0,13
Поним-Не	15,31	19,71	-0,91	41,00	0,37	26,00	17,00	11,51	20,26	3,10	0,01
Самок-Им	16,12	19,12	-0,64	41,00	0,53	26,00	17,00	11,52	19,45	2,85	0,02
Самокр-Са	17,27	16,12	0,24	41,00	0,81	26,00	17,00	16,35	12,91	1,60	0,33
Сенс-Нечу	17,23	18,41	-0,25	41,00	0,81	26,00	17,00	14,88	16,05	1,16	0,72
Прояв-Изб	8,50	8,82	-0,34	41,00	0,73	26,00	17,00	3,00	3,11	1,08	0,85
Уваж. др-с	10,54	10,24	0,29	41,00	0,77	26,00	17,00	3,04	3,75	1,53	0,33
Предус-Бе	10,00	9,76	0,22	41,00	0,83	26,00	17,00	3,43	3,56	1,08	0,84
Эмоц. лаб	8,19	10,12	-1,70	41,00	0,10	26,00	17,00	3,71	3,50	1,12	0,82
Пласт-Риг	9,46	10,88	-1,49	41,00	0,14	26,00	17,00	2,85	3,35	1,39	0,45
Экс-Интр	47,19	42,94	1,31	41,00	0,20	26,00	17,00	10,17	10,78	1,12	0,77
Привяз-Об	52,19	48,24	0,91	41,00	0,37	26,00	17,00	12,09	16,48	1,86	0,16
Самок-Им	52,04	48,24	0,95	41,00	0,35	26,00	17,00	12,15	13,88	1,30	0,54
Эмоц. уст	42,54	48,53	-1,54	41,00	0,13	26,00	17,00	14,45	8,40	2,96	0,03
Экспрь-Пр	49,88	53,24	-0,94	41,00	0,35	26,00	17,00	10,87	12,20	1,26	0,59
Вытесненн	0,50	0,48	0,36	41,00	0,72	26,00	17,00	0,18	0,09	3,69	0,01
Регресси	0,27	0,41	-2,47	41,00	0,02	26,00	17,00	0,19	0,16	1,46	0,44
Замещенн	0,34	0,52	-2,50	41,00	0,02	26,00	17,00	0,23	0,22	1,14	0,80
Отрицание	0,62	0,55	0,96	41,00	0,34	26,00	17,00	0,19	0,26	2,02	0,11
Проекция	0,51	0,59	-1,24	41,00	0,22	26,00	17,00	0,21	0,21	1,01	0,96
Компенса	0,37	0,51	-2,44	41,00	0,02	26,00	17,00	0,20	0,17	1,39	0,50
Реактивно	0,30	0,38	-1,06	41,00	0,29	26,00	17,00	0,23	0,26	1,22	0,64
Рационали	0,66	0,65	0,30	41,00	0,76	26,00	17,00	0,14	0,22	2,29	0,06
F пр-в воз	54,04	50,12	0,95	41,00	0,35	26,00	17,00	14,35	11,42	1,58	0,35
F пр-в тор	60,65	57,41	0,82	41,00	0,42	26,00	17,00	13,07	12,17	1,15	0,78
Подв-ть не	55,42	52,59	0,65	41,00	0,52	26,00	17,00	15,44	11,39	1,84	0,21

Т-критерий для групп со сниженной напряженностью и переходной напряженностью копинг-стратегий

	Mean	Mean	t-value	df	p	Valid N	Valid N	Std.Dev.	Std.Dev.	F-ratio	p
	1	3				1	3	1	3	Variances	Variances
ПАО	4,05	4,91	-0,90	36,00	0,37	21,00	17,00	2,75	3,16	1,32	0,55
ДО	2,45	4,15	-2,05	36,00	0,05	21,00	17,00	2,34	2,76	1,39	0,48
ВО	1,67	2,59	-1,13	36,00	0,27	21,00	17,00	2,35	2,69	1,31	0,56
АО	4,33	4,74	-0,43	36,00	0,67	21,00	17,00	3,27	2,34	1,95	0,18
НО	2,71	3,15	-0,64	36,00	0,53	21,00	17,00	1,96	2,23	1,30	0,57
<i>ЛИМ</i>	4,98	6,62	-1,82	36,00	0,08	21,00	17,00	2,68	2,86	1,14	0,77
ДМ	3,52	4,24	-0,89	36,00	0,38	21,00	17,00	2,29	2,61	1,30	0,58
ВМ	2,88	2,76	0,13	36,00	0,90	21,00	17,00	2,64	2,88	1,19	0,70
АМ	4,26	5,94	-2,08	36,00	0,04	21,00	17,00	2,43	2,52	1,08	0,86
НА	3,21	3,88	-0,93	36,00	0,36	21,00	17,00	1,93	2,49	1,66	0,28
Акт-Пас	8,62	8,71	-0,10	36,00	0,92	21,00	17,00	2,67	2,85	1,13	0,78
Тепл-Равн	10,48	10,41	0,06	36,00	0,95	21,00	17,00	2,94	3,79	1,66	0,28
Акур-н/ак	8,67	11,24	-2,59	36,00	0,01	21,00	17,00	3,06	3,03	1,02	0,99
Тревл-Безз	9,71	9,24	0,42	36,00	0,68	21,00	17,00	3,55	3,51	1,02	0,97
Любл-Кол	9,24	10,65	-1,42	36,00	0,16	21,00	17,00	2,96	3,12	1,11	0,82
Дом-Подч	9,10	8,59	0,57	36,00	0,57	21,00	17,00	2,98	2,40	1,54	0,38
Сотр-Соп	9,90	11,12	-1,21	36,00	0,23	21,00	17,00	2,57	3,59	1,95	0,16
Наст-Отс/к	9,05	10,35	-1,44	36,00	0,16	21,00	17,00	2,71	2,87	1,12	0,80
Напр-Расс	8,95	8,65	0,31	36,00	0,75	21,00	17,00	3,34	2,45	1,86	0,21
<i>Любоз-Рез</i>	9,62	11,53	-1,95	36,00	0,06	21,00	17,00	3,20	2,74	1,36	0,53
Общит-За	9,19	9,71	-0,40	36,00	0,69	21,00	17,00	3,57	4,31	1,46	0,42
Довер-Под	8,71	10,12	-1,31	36,00	0,20	21,00	17,00	3,48	3,02	1,33	0,57
Ответ-Без	9,05	10,18	-1,26	36,00	0,22	21,00	17,00	2,77	2,74	1,02	0,99
Депрес-Эм	9,95	9,53	0,36	36,00	0,72	21,00	17,00	4,06	3,06	1,75	0,26
Арт-Отс/а	9,81	10,82	-1,19	36,00	0,24	21,00	17,00	2,25	2,98	1,76	0,23
Поиск-Изб	18,48	17,47	0,18	36,00	0,86	21,00	17,00	15,84	19,26	1,48	0,40
Поним-Неп	20,00	19,71	0,05	36,00	0,96	21,00	17,00	17,89	20,26	1,28	0,59
Самок-Им	20,24	19,12	0,19	36,00	0,85	21,00	17,00	16,00	19,45	1,48	0,40
Самокр-Са	19,43	16,12	0,64	36,00	0,53	21,00	17,00	18,04	12,91	1,95	0,18
Сенс-Нечу	19,62	18,41	0,23	36,00	0,82	21,00	17,00	16,23	16,05	1,02	0,98
Прояв-Изб	8,00	8,82	-0,78	36,00	0,44	21,00	17,00	3,33	3,11	1,15	0,79
Уваж. др-с	10,38	10,24	0,14	36,00	0,89	21,00	17,00	2,84	3,75	1,75	0,24
Предус-Бе	8,62	9,76	-1,16	36,00	0,25	21,00	17,00	2,52	3,56	2,00	0,14
Эмоц. лаб	9,24	10,12	-0,68	36,00	0,50	21,00	17,00	4,31	3,50	1,52	0,40
Пласт-Ри	8,43	10,88	-2,50	36,00	0,02	21,00	17,00	2,71	3,35	1,53	0,37
Экс-Интр	45,86	42,94	0,83	36,00	0,41	21,00	17,00	10,86	10,78	1,02	0,99
Привяз-Об	47,86	48,24	-0,08	36,00	0,93	21,00	17,00	11,20	16,48	2,17	0,10
Самок-Им	46,71	48,24	-0,38	36,00	0,71	21,00	17,00	10,89	13,88	1,62	0,30
Эмоц. уст	48,52	48,53	0,00	36,00	1,00	21,00	17,00	16,02	8,40	3,64	0,01
Экспр-Пр	47,86	53,24	-1,45	36,00	0,16	21,00	17,00	10,64	12,20	1,31	0,56
Вытеснен	0,52	0,48	0,82	36,00	0,42	21,00	17,00	0,16	0,09	3,13	0,02
Регрессия	0,48	0,41	1,12	36,00	0,27	21,00	17,00	0,21	0,16	1,74	0,26
Замещени	0,48	0,52	-0,40	36,00	0,69	21,00	17,00	0,27	0,22	1,52	0,40
Отрицание	0,47	0,55	-1,18	36,00	0,24	21,00	17,00	0,15	0,26	3,19	0,02
Проекция	0,68	0,59	1,22	36,00	0,23	21,00	17,00	0,22	0,21	1,06	0,92
Компенса	0,54	0,51	0,51	36,00	0,61	21,00	17,00	0,20	0,17	1,33	0,57
Реактивно	0,50	0,38	1,49	36,00	0,15	21,00	17,00	0,24	0,26	1,18	0,71
Рационал	0,57	0,65	-1,24	36,00	0,22	21,00	17,00	0,18	0,22	1,41	0,47
F пр-в воз	45,38	50,12	-1,20	36,00	0,24	21,00	17,00	12,55	11,42	1,21	0,71
F пр-в тор	55,38	57,41	-0,49	36,00	0,62	21,00	17,00	12,96	12,17	1,14	0,81
Подв-ть не	40,67	52,59	-2,95	36,00	0,01	21,00	17,00	13,12	11,39	1,33	0,57

Сводная таблица данных (ПОР)

ФИО	Возраст	Пол	Кластер	ПИО	ДО	ВО	АО	НО	ПИМ	ДМ	ВМ	АМ	НА
1	17	ж	1	9	2,5	1,5	9	5,5	9,5	1	0	9	6
2	16	ж	1	6,5	3	1	4,5	2,5	9	4,5	1,5	5,5	3,5
3	16	ж	1	7	1	0	7	2	8	1	0	7	2
4	17	ж	1	2	6,5	8	3	3	3	6	7	2	6
5	16	ж	1	7,5	5,5	6,5	5,5	4,5	7	8	7	7,5	7,5
6	17	ж	1	1	6	5,5	2,5	6,5	8	1,5	1	5,5	3,5
7	17	ж	1	6	6,5	3,5	4	2,5	8	3	2,5	6,5	3
8	16	ж	1	3,5	6,5	5,5	5,5	4	7	4,5	3	5	6,5
9	16	ж	1	5	0,5	0,5	4,5	0,5	4,5	0,5	0,5	4	0,5
10	17	ж	1	0,5	3	2,5	3	3	4,5	3	1,5	3	3
11	16	ж	1	5	1,5	0,5	4	2	4,5	1,5	1	4	2
12	16	ж	1	4,5	3	0	5	3	5	4	0	5	3
13	17	ж	1	2	2,5	0,5	2	2,5	5	2,5	0	4	1,5
14	17	ж	1	5	3,5	0,5	4	4	5	3,5	1	4	4
15	16	ж	1	4,5	1,5	0	2,5	3	5	1,5	0	2,5	2
16	16	ж	1	1,5	1	0	1,5	1,5	2,5	4	3	1	2,5
17	15	ж	1	5	2,5	1,5	3,5	4	1,5	3,5	5	2	4,5
18	17	м	1	8	5	0	8,5	0	10	4	0	8	0
19	17	м	1	6,5	2	2	9	4	5,5	4	2	6	4
20	17	м	1	6,5	6	3,5	5,5	4	6	6,5	5,5	6,5	6
21	17	м	1	10	8,5	1	7	7,5	10	7	1	8,5	6,5
22	17	м	2	0	4	7	6	3,5	3,5	4	8,5	8	4
23	17	м	2	7,5	4,5	1,5	7,5	2,5	6,5	3,5	3	5	2,5
24	17	м	2	5,5	2,5	1	7,5	4,5	9	2,5	1	7	4,5
25	17	м	2	1	1	3,5	7,5	3	4,5	1,5	1,5	6,5	4
26	17	м	2	2	6,5	9	7	6	7,5	5	2,5	9	6,5
27	17	м	2	0	7,5	9	2	5	2,5	6	2,5	4,5	4,5
28	17	м	2	8	0	0,5	9	3	7,5	0	1	6,5	3
29	16	м	2	5,5	0	1,5	8,5	1	6	3,5	1,5	5,5	2
30	16	м	2	7	1,5	1,5	8,5	1	5,5	5,5	2,5	8	4,5
31	16	м	2	8	4,5	0,5	6	2	8,5	5,5	0	6	3
32	17	м	2	8	5	1,5	7,5	3	9	9,5	4	5	5
33	17	м	2	5	5	4	5	5	10	5,5	1	9,5	5,5
34	17	м	2	6	2	0	5	2	9	2,5	0	5,5	2,5
35	16	м	2	7	5	6	8	5	9,5	7,5	5,5	6	5,5
36	16	м	2	7,5	8	6,5	7,5	8	6,5	6,5	8	7	7
37	16	м	2	8,5	2,5	2	6,5	4,5	10	2	1	10	1,5
38	17	м	2	6,5	6,5	2,5	4,5	4,5	17,5	6,5	5,5	4,5	4
39	16	м	2	3	4,5	5	3,5	4,5	7,5	6	8	7,5	7
40	16	м	2	9	3	1	9	2	9,5	2	1,5	7	1,5
41	16	м	2	6	4,5	3,5	8	3,5	5	6,5	3,5	4	3,5
42	17	м	2	4	4,5	3	4	5	4	3,5	6,5	3,5	3,5
43	16	м	2	6	5,5	5	6	5	6	3	6,5	5,5	4,5
44	17	м	2	8,5	4,5	2,5	5,5	2,5	8	5,5	4,5	6	6,5
45	16	м	2	5	5	4	5	5	10	5,5	1	9,5	5,5
46	17	м	2	2,5	0,5	0,5	8,5	2	4,5	2,5	0,5	8	1
47	16	м	2	4,5	2,5	0,5	2,5	2,5	4,5	3,5	1,5	2	3
48	16	м	3	2	1	1,5	2	1	3	1,5	1,5	2	0,5
49	16	м	3	3,5	2,5	1	4	0	4,5	2	1	4,5	1
50	17	ж	3	0	0	0	0	0	7	7	5,5	7	6
51	16	ж	3	7,5	5	1	5	4,5	0	0	0	0	0
52	17	ж	3	0	0	0	0	0	9	0	2	7,5	2
53	16	ж	3	0	0	0	0	0	4,5	3,5	4	4	3
54	16	ж	3	0	0	0	0	0	4	1,5	0	2,5	1,5
55	16	ж	3	3,5	3,5	1,5	4	3	0	0	0	0	0
56	17	ж	3	0	0	0	0	0	5	3	0,5	5	1
57	17	м	3	0	0	0	0	0	7	8,5	8,5	7	7
58	17	м	3	0	0	0	0	0	7	6,5	2,5	6	5
59	16	м	3	0	0	0	0	0	8,5	1	0,5	9	2,5
60	16	м	3	0	0	0	0	0	9,5	3,5	0	8,5	1
61	16	м	3	0	0	0	0	0	3,5	5	7	5,5	6,5
62	17	м	3	0	0	0	0	0	7,5	6	6,5	6,5	3
63	17	м	3	6	7,5	1,5	5,5	1,5	0	0	0	0	0
64	17	м	3	0	0	0	0	0	4,5	1	0	5	0,5

Сводная таблица данных (ИЖС, Лазарус)

ФИО	Возраст	Пол	Кластер	Вытеснен	Регрессия	Замещен	Отрицан	Проекция	Компенс	Реактивн	Рационал	Конфрон	Дистанци	Самококт	Социальн	Принятие	Бегство-и	Планиров	Положите
1	17	ж	1	0,416667	0	0,230769	0,75	0,076923	0,1	0	0,75	33,33333	44,44444	66,66667	55,55556	25	37,5	83,33333	61,90476
2	16	ж	1	0,583333	0,571429	0,384615	0,333333	0,692308	0,5	0,8	0,583333	27,77778	38,88889	38,09524	55,55556	83,33333	41,66667	33,33333	47,61905
3	16	ж	1	0,5	0,785714	0,615385	0,666667	0,692308	0,4	0,8	0,5	55,55556	72,22222	47,61905	55,55556	83,33333	54,16667	55,55556	61,90476
4	17	ж	1	0,25	0,571429	0,846154	0,583333	0,769231	0,9	0,3	0,333333	16,66667	33,33333	9,52381	27,77778	58,33333	41,66667	0	9,52381
5	16	ж	1	0,583333	0,428571	0,615385	0,75	0,769231	0,8	0,7	0,416667	50	61,11111	52,38095	55,55556	41,66667	25	61,11111	76,19048
6	17	ж	1	0,5	0,357143	0,076923	0,75	0,615385	0,2	0,4	0,583333	27,77778	44,44444	42,85714	38,88889	50	20,83333	72,22222	47,61905
7	17	ж	1	0,333333	0,142857	0,230769	0,666667	0,615385	0,4	0,3	0,666667	22,22222	50	33,33333	50	41,66667	20,83333	66,66667	57,14286
8	16	ж	1	0,416667	0,642857	1	0,083333	0,692308	0,5	0,3	0,416667	50	66,66667	76,19048	66,66667	66,66667	62,5	77,77778	47,61905
9	16	ж	1	0,4	0,470588	0,5	0,272727	0,75	0,5	0,5	0,333333	61,11111	61,11111	52,38095	38,88889	41,66667	25	66,66667	76,19048
10	17	ж	1	0,5	0,411765	0,2	0,090909	0,833333	0,4	0,4	0,333333	50	61,11111	76,19048	66,66667	66,66667	62,5	83,33333	42,85714
11	16	ж	1	0,3	0,235294	0,1	0,454545	0,333333	0,3	0,5	0,416667	27,77778	55,55556	42,85714	50	41,66667	25	55,55556	66,66667
12	16	ж	1	0,3	0,352941	0,1	0,545455	0,75	0,2	0,2	0,333333	22,22222	44,44444	52,38095	44,44444	50	45,83333	44,44444	66,66667
13	17	ж	1	0,3	0,352941	0,3	0,545455	0,666667	0,8	0,3	0,666667	16,66667	44,44444	52,38095	61,11111	58,33333	29,16667	44,44444	47,61905
14	17	ж	1	0,5	0,352941	0,2	0,636364	0,5	0,6	0,5	0,666667	33,33333	55,55556	47,61905	38,88889	50	27,77778	50	19,04762
15	16	ж	1	0,4	0,470588	0,5	0,181818	0,916667	0,6	0,6	0,25	27,77778	44,44444	47,61905	33,33333	33,33333	45,83333	11,11111	42,85714
16	16	ж	1	0,4	0,529412	0,5	0,454545	0,75	0,3	0,4	0,25	27,77778	55,55556	47,61905	50	41,66667	41,66667	27,77778	23,80952
17	15	ж	1	0,6	0,764706	0,9	0,363636	1	0,8	0,5	0,25	33,33333	27,77778	57,14286	38,88889	58,33333	41,66667	16,66667	33,33333
18	17	м	1	0,333333	0,285714	0,230769	0,75	0,384615	0,4	0,2	0,833333	66,66667	44,44444	61,90476	83,33333	91,66667	29,16667	77,77778	61,90476
19	17	м	1	0,416667	0,214286	0,153846	0,5	0,461538	0,2	0	0,666667	33,33333	66,66667	71,42857	0	66,66667	33,33333	38,88889	38,09524
20	17	м	1	0,5	0,538462	0,333333	0,538462	0,6	0,6	0,1	0,666667	38,88889	77,77778	42,85714	88,88889	75	66,66667	44,44444	80,95238
21	17	м	1	0,666667	0,285714	0,769231	0,916667	0,846154	0,8	0,1	0,833333	55,55556	83,33333	66,66667	33,33333	83,33333	70,83333	66,66667	61,90476
22	17	м	2	0,583333	0	0,307692	0,75	0,307692	0,3	0,1	0,916667	33,33333	38,88889	33,33333	55,55556	50	33,33333	72,22222	57,14286
23	17	м	2	0,583333	0,142857	0,307692	0,583333	0,461538	0,4	0	0,833333	27,77778	22,22222	47,61905	38,88889	50	20,83333	77,77778	42,85714
24	17	м	2	0,5	0,285714	0,384615	0,75	0,615385	0,5	0	0,666667	33,33333	61,11111	71,42857	38,88889	50	41,66667	66,66667	42,85714
25	17	м	2	0,75	0,214286	1	0,5	0,846154	0,7	0,4	0,833333	44,44444	38,88889	71,42857	38,88889	58,33333	45,83333	66,66667	47,61905
26	17	м	2	0,416667	0,785714	0,692308	0,666667	0,769231	0,5	0,6	0,916667	44,44444	55,55556	42,85714	55,55556	58,33333	79,16667	83,33333	42,85714
27	17	м	2	0,583333	0,428571	0,769231	0,416667	0,769231	0,8	0,3	0,583333	83,33333	55,55556	85,71429	55,55556	58,33333	83,33333	83,33333	61,90476
28	17	м	2	0,416667	0,428571	0,153846	0,583333	0,461538	0,3	0,5	0,666667	61,11111	22,22222	52,38095	72,22222	66,66667	62,5	27,77778	61,90476
29	16	м	2	0,666667	0,428571	0,692308	0,333333	0,769231	0,5	0,9	0,75	50	77,77778	71,42857	55,55556	66,66667	70,83333	61,11111	23,80952
30	16	м	2	0,833333	0,071429	0,230769	0,666667	0,384615	0,1	0,1	0,833333	27,77778	50	71,42857	38,88889	66,66667	37,5	77,77778	33,33333
31	16	м	2	0,5	0,214286	0,230769	0,5	0,615385	0	0,2	0,666667	33,33333	44,44444	38,09524	83,33333	41,66667	25	66,66667	71,42857
32	17	м	2	0,25	0,214286	0,230769	1,083333	0,615385	0,8	0,3	0,666667	38,88889	44,44444	42,85714	50	50	16,66667	88,88889	61,90476
33	17	м	2	0,5	0,214286	0,461538	0,75	0,692308	0,6	0,3	0,916667	72,22222	83,33333	85,71429	33,33333	75	58,33333	100	76,19048
34	17	м	2	0,416667	0,428571	0,615385	0,333333	0,307692	0,5	0,1	0,666667	55,55556	55,55556	57,14286	66,66667	66,66667	41,66667	77,77778	57,14286
35	16	м	2	0,666667	0,714286	0,692308	0,666667	0,307692	0,5	0,5	0,666667	27,77778	33,33333	33,33333	61,11111	25	58,33333	44,44444	47,61905
36	16	м	2	0,333333	0,928571	0,846154	0,416667	0,846154	0,8	0,4	0,583333	27,77778	27,77778	61,90476	61,11111	66,66667	58,33333	44,44444	52,38095
37	16	м	2	0,583333	0,357143	0,230769	0,833333	0,461538	0,5	0,8	1	33,33333	83,33333	76,19048	44,44444	66,66667	41,66667	83,33333	66,66667
38	17	м	2	0,75	0,071429	0,384615	0,916667	0,153846	0,5	0	0,666667	33,33333	33,33333	61,90476	27,77778	66,66667	16,66667	88,88889	61,90476
39	16	м	2	0,833333	0,214286	0,538462	0,916667	0,461538	0,3	0,1	0,666667	33,33333	50	57,14286	55,55556	66,66667	33,33333	61,11111	42,85714
40	16	м	2	0,666667	0,357143	0,230769	0,25	0,153846	0,4	0,3	0,666667	33,33333	33,33333	47,61905	33,33333	58,33333	37,5	72,22222	57,14286
41	16	м	2	0,833333	0,571429	0,846154	0,75	0,692308	0,6	0,5	0,75	27,77778	27,77778	52,38095	50	41,66667	16,66667	22,22222	38,09524
42	17	м	2	0,5	0,285714	0,307692	0,666667	0,461538	0,3	0,4	0,75	55,55556	61,11111	57,14286	44,44444	33,33333	37,5	50	47,61905
43	16	м	2	0,5	0,214286	0,461538	0,75	0,692308	0,2	0	0,75	72,22222	88,88889	61,90476	83,33333	66,66667	58,33333	55,55556	85,71429
44	17	м	2	0,25	0,642857	0,615385	0,75	0,461538	0,6	0,4	0,75	33,33333	50	47,61905	61,11111	58,33333	41,66667	61,11111	71,42857
45	16	м	2	0,583333	0,214286	0,846154	0,416667	0,538462	0,4	0,3	0,75	38,88889	22,22222	76,19048	55,55556	50	62,5	88,88889	42,85714
46	17	м	2	0,666667	0	0	0,333333	0,153846	0,2	0,3	0,833333	38,88889	38,88889	57,14286	50	41,66667	12,5	55,55556	23,80952
47	16	м	2	0,6	0,470588	0,3	0,454545	0,916667	0,7	0,5	0,333333	55,55556	77,77778	66,66667	55,55556	50	70,83333	50	23,80952
48	16	м	3	0,5	0,411765	0,4	0,363636	0,75	0,5	0,5	0,5	50	50	52,38095	55,55556	75	33,33333	83,33333	57,14286
49	16	м	3	0,6	0,470588	0,2	0,454545	0,416667	0,7	0,4	0,5	27,77778	38,88889	47,61905	33,33333	58,33333	37,5	72,22222	47,61905
50	17	ж	3	0,416667	0,071429	0,384615	0,5	0,461538	0,3	1	0,666667	16,66667	66,66667	33,33333	55,55556	50	41,66667	72,22222	47,61905
51	16	ж	3	0,75	0,142857	0,153846	0,25	0,538462	0,4	0,6	0,666667	33,33333	22,22222	47,61905	38,88889	66,66667	29,16667	44,44444	42,85714
52	17	ж	3	0,583333	0,571429	0,461538	0,5	0,538462	0,6	0,2	0,666667	22,22222	50	61,90476	44,44444	66,66667	50	55,55556	33,33333
53	16	ж	3	0,3	0,470588	0,4	0,545455	0,916667	0,7	1	0,416667	33,33333	27,77778	57,14286	33,33333	66,66667	50	55,55556	33,33333
54	16	ж	3	0,6	0,470588	0,1	0,636364	0,5	0,1	0,3	0,583333	55,55556	61,11111	47,61905	66,66667	58,33333	41,66667	61,11111	61,90476
55	16	ж	3	0,4	0,470588	0,6	0,363636	0,833333	0,4	0,8	0,666667	33,33333	50	38,09524	38,88889	58,33333	29,16667	55,55556	28,57143
56	17	ж	3	0,3	0,352941	0,1	0,454545	0,833333	0,3	0,6	0,666667	22,22222	50	33,33333	50	41,66667	20,83333	66,66667	57,14286

Сводная таблица данных (Стреляю)

ФИО	Возраст	Пол	Кластер	F пр-в воз	F пр-в тор	Подв-ть н
1	17	ж	1	78	70	78
2	16	ж	1	56	72	48
3	16	ж	1	42	58	52
4	17	ж	1	36	21	21
5	16	ж	1	29	50	46
6	17	ж	1	36	59	38
7	17	ж	1	47	80	47
8	16	ж	1	53	39	53
9	16	ж	1	29	50	46
10	17	ж	1	54	50	53
11	16	ж	1	34	59	46
12	16	ж	1	31	28	20
13	17	ж	1	52	58	38
14	17	ж	1	23	53	27
15	16	ж	1	48	58	34
16	16	ж	1	54	56	35
17	15	ж	1	31	47	27
18	17	м	1	54	80	73
19	17	м	1	46	72	30
20	17	м	1	60	58	66
21	17	м	1	44	44	34
22	17	м	2	78	74	76
23	17	м	2	80	62	77
24	17	м	2	58	60	48
25	17	м	2	59	61	56
26	17	м	2	55	50	90
27	17	м	2	50	48	50
28	17	м	2	56	72	71
29	16	м	2	58	76	54
30	16	м	2	58	74	53
31	16	м	2	52	75	44
32	17	м	2	74	72	72
33	17	м	2	74	72	68
34	17	м	2	53	76	33
35	16	м	2	40	40	50
36	16	м	2	52	40	36
37	16	м	2	54	76	50
38	17	м	2	51	38	49
39	16	м	2	43	47	46
40	16	м	2	52	67	47
41	16	м	2	48	52	44
42	17	м	2	42	48	44
43	16	м	2	40	52	44
44	17	м	2	56	50	70
45	16	м	2	62	71	58
46	17	м	2	63	68	58
47	16	м	2	32	46	49
48	16	м	3	52	51	48
49	16	м	3	47	60	42
50	17	ж	3	44	60	48
51	16	ж	3	58	60	35
52	17	ж	3	23	53	27
53	16	ж	3	54	56	35
54	16	ж	3	40	56	48
55	16	ж	3	25	55	27
56	17	ж	3	47	80	47
57	17	м	3	57	58	64
58	17	м	3	57	53	64
59	16	м	3	36	48	56
60	16	м	3	79	75	67
61	16	м	3	56	60	59
62	17	м	3	42	48	49
63	17	м	3	60	64	54
64	17	м	3	56	50	70