

## Возрастные различия в системе психологической защиты в подростковом и юношеском возрасте

И. В. Пономарева<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Центр детского здоровья (подразделение ООО «Здоровье Нации»)  
398059, Россия, г. Липецк, ул. Фрунзе, д. 14

### Сведения об авторе:

**Ирина Владимировна Пономарева**  
e-mail: psy.ponomareva@gmail.com

© Автор (2020).  
Опубликовано Российским  
государственным педагогическим  
университетом им. А. И. Герцена.

**Аннотация.** Психологическая защита является противоречивой системой в структуре личности, поскольку, с одной стороны, развивается в онтогенезе как средство адаптации и разрешения внутриличностных конфликтов, с другой – при неблагоприятных условиях способствует дезорганизации личности. Проблема, на которую нацелено наше исследование, заключается в том, что остается не изученным, каким образом психологическая защита, выполняющая адаптивную функцию, в определенном внутриличностный момент

становится препятствием успешности социализации подростков и юношей. Изучение возрастных изменений и степени напряженности психологической защиты подростков и юношей стало целью предлагаемой статьи. Мы предполагаем, что в подростковом и юношеском возрасте интенсивность обращения к психологической защите отражает внутриличностные конфликты, которые снижают адаптивные возможности и выступают значимой возрастной особенностью. В эмпирическом исследовании приняло участие 203 респондента, из них 94 подростка в возрасте от 12 до 15 лет и 109 юношей в возрасте от 17 до 19 лет, и была использована методика «Индекс Жизненного Стиля» Р. Плутчика, Х. Келлермана и Х. Р. Конте. Используя критериальный анализ, обнаружили, что подростки в ситуациях, вызывающих напряжение, достоверно чаще обращаются к отрицанию, регрессии, замещению, компенсации и реактивному образованию, по сравнению с юношами. Общий показатель напряженности защит также выше в подростковом возрасте, чем в юношеском, что свидетельствует о существовании неразрешенных внешних и внутренних конфликтов. Учет особенностей обращения к психологическим защитам подростков и юношей позволяет оценить характер трудностей, которые могут возникнуть в их жизнедеятельности, а также обеспечить эффективную психокоррекционную работу с неконструктивными видами защитного поведения в рамках консультирования.

**Ключевые слова:** механизмы психологической защиты, подростковый и юношеский возраст, внутриличностные конфликты, адаптация, социализация.

# Age differences in the system of psychological defense in adolescence and youth

I. V. Ponomareva<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Children's health center (division of "Health of the Nation" LLC),  
14 Frunze Str., Lipetsk 398059, Russia

## Author:

**Irina V. Ponomareva**

e-mail: psy.ponomareva@gmail.com

## Copyright:

© The Author (2020).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

**Abstract.** Psychological defense is a contradictory system in the structure of personality. On the one hand, it develops in ontogenesis as a means of adaptation and resolution of intrapersonal conflicts, on the other hand, under unfavorable conditions it contributes to the disorganization of personality. The study aims to explore how the psychological defense with its adaptive function at a certain, intrapersonal moment, becomes an obstacle to the successful socialization of adolescents and youth. In particular, the paper focuses on age-related changes and the degree of tension

in the psychological defense of adolescents and youth. We assume that in adolescence and youth, the intensity of recourse to psychological defense reflects intrapersonal conflicts that reduce adaptive capabilities and serves as a peculiar feature of this age. The empirical research involved 203 respondents with 94 adolescents aged 12 to 15 and 109 youth aged 17 to 19. The methodology included the Life Style Index by R. Plutchik, H. Kellerman and H. R. Conte. Using Spearman's correlation coefficient, it was found that in situations that cause stress adolescents reliably more often turn to denial 0,055; regression 0,014; substitution 0,030 (differences are significant at  $p \leq 0,01$ ), compensation 0,000 and reactive education 0,000 (differences are significant at  $p \leq 0,05$ ) compared with youth. The general indicator of the strength of defenses is also higher in adolescence 0,000 (at  $p \leq 0,05$ ) than in youth, which indicates the existence of unresolved external and internal conflicts. The analysis of peculiarities of psychological defenses of adolescents and youth makes it possible to assess the nature of difficulties that may arise in their life. It also makes it possible to ensure effective psychocorrective counseling to fix the non-constructive types of protective behavior.

**Keywords:** mechanisms of psychological defense, adolescence and youth, intrapersonal conflicts, adaptation, socialization.

## Введение

Несмотря на активный интерес к теме понимания функционирования психологической защиты в подростковом и юношеском возрасте (Ефремкина 2018; Куфтяк 2017; Никольская, Грановская 2010), есть вопросы, которые не получили достаточной разработки. В полной мере не раскрыты возрастные различия системы психологической защиты и не определены условия и критерии конструктивности использования психологической за-

щиты в изучаемых возрастных периодах. Попытки выделить критерии оценки конструктивности психологической защиты были осуществлены в отношении взрослых субъектов, что предполагает относительную сформированность личности. Одновременно с этим в науке нет единого мнения относительно «полезности» психологической защиты в структуре личности. При этом психологическая защита определяется как «неосознанный психи-

ческий процесс, который помогает человеку минимизировать негативные составляющие его эмоциональной сферы» (Заикина, Красникова, Мустафинова 2019, 219).

Оценку конструктивности психологических защит разными авторами можно представить следующим перечнем критериев (Долгова, Кондратьева 2014, Каменская 2018):

1. *Гибкость и вариативность использования психологической защиты.* Человек может использовать разные виды защитных реакций в определённой, типичной для него ситуации угрозы, т. е. «репертуар» защитного поведения не задан слишком жестко.

2. *Приоритет обращения к зрелым защитам,* функционирующим на основе воображения и мышления и способствующим защитной переработке, и переоценке информации.

3. *Рефлексия (осознанность) психологической защиты как условие корректирования стиля защиты.* Осознание факта включения психологической защиты и преодоление ее через анализ своих поступков является возможностью переключения на адаптивные действия незащитного характера с целью решения проблемы, а не ухода от нее.

4. *Нормативный подход к оценке конструктивности психологической защиты.* Согласно исследованиям В. Г. Каменской (2018), механизмы защиты являются конструктивными, если используются в пределах среднестатистических показателей группы, к которой принадлежит индивид.

На наш взгляд, не все вышеперечисленные критерии оценки конструктивности в полной мере применимы относительно подросткового и юношеского возраста, так как в эти возрастные периоды личность и система защитно-совладающего поведения находятся в процессе становления. Критерии осознанности, приоритет дефензивных защит (допускающих травмирующую информацию в сознание) в противовес незрелым не соответствуют возрастным задачам и возможностям подростков

по причине того, что это кризисный возрастной период, который уже предполагает наличие большого количества внутренних конфликтов, внутренней напряжённости и соответственно повышенной потребности в стабилизации внутреннего состояния.

Критерии гибкости, вариативности механизмов психологической защиты, баланс первичных и зрелых защит, нормативности характеризует конструктивность системы психологической защиты в изучаемых возрастных группах. А их отсутствие может сигнализировать о трудностях и проблемах адаптации, наличия большого количества внутриличностных конфликтов, не находящихся разрешения.

Целью статьи является изучение возрастных изменений и степени напряжённости психологической защиты подростков и юношей. Это позволит понять, какое место занимает система психологической защиты в контексте разрешения внутренних противоречий и снятия внутреннего напряжения в изучаемых возрастных периодах, а также более эффективно выстроить психокоррекционную работу с неконструктивными видами защитного поведения.

### Материалы и методы

В эмпирическом исследовании приняло участие 203 респондента. Из них 94 подростка (50 мальчиков, 44 девочки) в возрасте от 12 до 15 лет и 109 юношей (57 юношей и 52 девушки) в возрасте от 17 до 19 лет.

Исследование проводилось с применением опросника «Индекс жизненного стиля», разработанный Р. Плутчиком, Х. Келлерманом и Х. Конте в 1979 году, в адаптации сотрудниками НИИ имени В. М. Бехтерева (Вассерман, Ерышев, Клубова и др. 2005). С помощью опросника «Индекс жизненного стиля» нами был исследован уровень выраженности следующих психологических защит: вытеснение, отрицание, замещение, компенсация, реактивное образование, проекция, интеллектуализация и регрессия.

Математическая обработка результатов эмпирического исследования проводилась с помощью коэффициента корреляции Спирмена.

### Результаты и их обсуждение

В исследовании выявились различия между возрастными группами подростков и юношей по выраженности основных ви-

дов психологических защит. Результаты методики «Индекс жизненного стиля» (см. таблицу 1) говорят о том, что нормативные показатели напряженности защит в группе подростков выше, чем в группе юношей, по следующим механизмам психологической защиты: проекция, регрессия, компенсация, замещение, интеллектуализация, реактивное образование.

Таблица 1. Показатели выраженности механизмов психологической защиты в подростковом и юношеском возрасте (в процентах)

Защитные механизмы	Возрастные группы		Подростки (n=94)				Юноши (n=109)			
			Норма		ВНЗ		Норма		ВНЗ	
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Отрицание	18	19,1	76	80,9	21	19,3	88	80,7		
Проекция	41	43,6	53	56,4	56	51,4	53	48,6		
Регрессия	16	17,0	78	83,0	33	30,3	76	69,7		
Вытеснение	43	45,7	51	54,3	54	49,5	55	50,5		
Компенсация	10	10,6	84	89,4	36	33,0	73	67,0		
Замещение	22	23,4	72	76,6	39	35,8	70	64,2		
Интеллектуализация	31	33,0	63	67,0	44	40,4	65	59,6		
Реактивное образование	15	16,0	79	84,0	40	36,7	69	63,3		
Общая напряженность защит	17	18,1	77	81,9	52	47,7	57	52,3		

Примечание: ВНЗ – высокая напряженность защит.

Исследование показало, что обе возрастные группы используют широкий спектр механизмов психологической защиты для переработки конфликтов и снижения тревоги.

В ситуациях эмоционального напряжения подростки в первую очередь обращаются к компенсации, реактивному образованию, регрессии и отрицанию. Небольшую тенденцию к снижению обнаруживают обращение к замещению, интеллектуализации, проекции и вытеснению.

В юношеском возрасте, учитывая, что интенсивность обращения к механизмам психологической защиты ниже в сравнении с группой подростков, лидирующую позицию занимает механизм отрицания, а тенденцию к снижению частоты обращения имеют такие механизмы защиты, как регрессия, компенсация, замещение, реактивное образование, интеллектуализация, вытеснение и проекция. Важно отметить, что гибкость и вариативность психологи-

ческой защиты не означает гибкость поведения в решении трудных жизненных ситуаций.

Показатель общей напряженности защит позволяет говорить о том, что подростки в сравнении с юношами более активно используют механизмы защиты для снятия внутреннего напряжения, а также что у подростков больше «реально существующих и неразрешенных внутриличностных конфликтов», чем у юношей. В наиболее общем виде можно сказать, подросток как будто все время находится в состоянии стресса, а восстановление личностного равновесия можно считать ведущей характеристикой подросткового возраста. Отсюда высока потребность в стабилизации внутреннего состояния и интенсивного использования механизмов психологической защиты. Полученные нами результаты согласуются с результатами исследований И. М. Никольской и Р. М. Грановской (2010).

В юношеском возрасте наблюдается тенденция к уменьшению интенсивного обращения к психологическим защитами, что говорит о снижении внутреннего напряжения и уменьшении неразрешенных конфликтов. Одновременно с этим напряженность системы психологической защиты в юношеском возрасте имеет достаточно высокие показатели. Аналогичные результаты были получены в исследовании Т. А. Булатовой, Е. В. Гребенниковой и И. Л. Шелеховой (2015). Цитируемыми

авторами было выявлено, что напряженность психологической защиты тесно связана с социальной тревожностью.

Для подтверждения первичных результатов, полученных на основе частотного анализа, мы провели расчеты сравнения двух независимых выборок на предмет различий в использовании механизмов защиты. Результаты сравнений показателей защитных механизмов подростков и юношей представлены в таблице 2.

Таблица 2. Сравнение показателей механизмов психологической защиты и их интенсивности в подростковом и юношеском возрасте

<i>Показатели защитных механизмов</i>	<i>Подростки и юноши (n=203)</i>
Отрицание	<b>0,055**</b>
Вытеснение	0,441
Регрессия	<b>0,014**</b>
Компенсация	<b>0,000*</b>
Проекция	0,240
Замещение	<b>0,030**</b>
Интеллектуализация	0,147
Реактивное образование	<b>0,000*</b>
Общий показатель напряженности	<b>0,000*</b>

Примечание: \* –  $p \leq 0,05$ , \*\* –  $p \leq 0,01$ .

Из таблицы 2 видно, что подростки в большей степени для стабилизации внутреннего состояния используют такие незрелые защиты, как отрицание и регрессию. Это говорит о том, что в трудных ситуациях у подростков возникает сильный эмоциональный дискомфорт, и система психологической защиты еще не способна реагировать защитами более высшего уровня. Это согласуется с исследованиями Е. В. Куфтык и А. Г. Самохваловой (2015), где было выявлено, что обращение младших подростков к регрессии и отрицанию усиливается при столкновении с трудностями в обучении, в то время как основными видами психологической защиты у их сверстников без трудностей в обучении являются рационализация и замещение.

Анализ показателей частоты обращения к механизмам психологической защиты вошедших в диапазон нормы в изучаемых возрастных группах выявил, что

подростки и юноши в ситуациях внутреннего напряжения чаще обращаются к механизмам вытеснения, проекции и интеллектуализации. В меньшей степени подростки обращаются к реактивному образованию и компенсации, а юноши к регрессии и отрицанию. Опираясь на модель психологической защиты Р. Плутчика, можно утверждать, что в юношеском возрасте в сравнении с подростковом обращении к незрелым (неконструктивным) психологическим защитами имеет тенденцию к снижению. В исследованиях И. Н. Ефреминой (2018) также было выявлено, что юноши обращаются к незрелым видам защит (отрицание, регрессия, проекция).

Используя коэффициент корреляции Спирмена, нами был осуществлен анализ внутренних взаимосвязей между видами защитных механизмов в каждой из возрастных групп. Было выявлено, что в подростковом возрасте система психологической защиты имеет меньше внутренних

взаимосвязей между отдельными механизмами защиты, чем в юношеском возрасте. Это говорит о том, что система психологической защиты подростков работает менее согласовано, чем в юношеском возрасте.

В подростковом возрасте защитные механизмы отрицания, вытеснения, замещения имеют в два раза меньше взаимосвязей с другими защитами, в отличие от остальных. Механизм отрицания обнаружил взаимосвязь только с компенсацией (0,303,  $p \leq 0,05$ ), интеллектуализацией (0,434,  $p \leq 0,05$ ) и реактивным образованием (0,245,  $p \leq 0,01$ ). Вытеснение обнаружило взаимосвязь только с регрессией (0,251,  $p \leq 0,01$ ) и замещением (0,272,  $p \leq 0,05$ ). Механизм замещения связан с вытеснением (0,272, проекцией (0,404,  $p \leq 0,05$ ) и регрессией (0,480,  $p \leq 0,05$ ). Механизм регрессии имеет наибольшее количество взаимосвязей с другими защитными механизмами: вытеснение (0,251,  $p \leq 0,01$ ), компенсацией (0,356,  $p \leq 0,05$ ), проекцией (0,470,  $p \leq 0,05$ ), замещением (0,480,  $p \leq 0,05$ ), интеллектуализацией (0,345,  $p \leq 0,05$ ), реактивным образованием (0,325,  $p \leq 0,05$ ).

Анализ взаимосвязей между механизмами защиты в юношеском возрасте обнаружил более тесную взаимосвязь между ними. Отметим, что механизмы проекции и компенсации выявили тесные связи со всеми другими защитами. Компенсация связана с отрицанием (0,431,  $p \leq 0,05$ ), вытеснением (0,282,  $p \leq 0,05$ ), регрессией (0,436,  $p \leq 0,05$ ), компенсацией (0,374,  $p \leq 0,05$ ), замещением (0,370,  $p \leq 0,05$ ), интеллектуализацией (0,299,  $p \leq 0,05$ ) и реактивным образованием (0,313,  $p \leq 0,05$ ). Проекция связана с отрицанием (0,220,  $p \leq 0,01$ ), вытеснением (0,334,  $p \leq 0,05$ ), регрессией (0,451,  $p \leq 0,05$ ), компенсацией (0,374,  $p \leq 0,05$ ), замещением (0,487,  $p \leq 0,05$ ), интеллектуализацией (0,288,  $p \leq 0,05$ ), реактивным образованием (0,350,  $p \leq 0,05$ ).

Тенденция к более умеренному обращению к незрелым защитами, увеличению доли дефензивных защит, а также наличие

тесных взаимосвязей между видами защит в юношеском возрасте характеризует их систему психологической защиты как более сформированную.

### Выводы

Анализ исследований защитного поведения в подростковом и юношеском возрасте позволяет сделать вывод о сложной, нелинейной взаимосвязи защитного поведения и адаптации. С одной стороны, несформированность репертуара защитного поведения подростков оказывает отрицательное влияние на степень их адаптации, чрезмерное же использование также приводит к дезадаптации.

Недостаточность использования защит приводит к снижению гибкости поведения. С одной стороны, это соотносится с теоретическим положением о необходимости существования некоторого оптимального уровня в развитии психологических защит, обуславливающих социально адаптивное поведение. С другой стороны, снижение гибкости поведения при значительном использовании психологических защит соответствует другому теоретическому положению – о компенсаторном характере использования защитных механизмов (то есть их основная функция – скрывать другие, более глубокие личностные проблемы). Таким образом, адаптивное поведение в подростковом возрасте происходит при сбалансированном использовании защитных механизмов, а в юношеском возрасте наблюдается приоритет дефензивных защит над незрелыми.

Различия в обращении к психологической защите в подростковом и юношеском возрасте заключаются 1) в широте и гибкости использования системы психологических защит в фрустрирующих ситуациях в обеих возрастных группах; 2) подростки более интенсивно используют механизмы защиты, чем юноши; 3) для подростков характерно интенсивное использование как незрелых, так и дефензивных защит, а в юношеском возрасте есть тенденция к более частому обращению к зрелым защитами; 4) система психологической

защиты в юношеском возрасте более сформированная.

Таким образом, понимание особенностей защитного поведения в подростко-

вом и юношеском возрасте во многом определяется закономерностями эмоционального и личностного развития.

### Литература

- Булатова, Т. А., Гребенникова, Е. В., Шелехов, И. Л. (2015) Изучение взаимосвязи социальной тревожности и психологических защит студентов: интегральный подход к решению проблемы. *Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review*, №3 (9), с. 33–39.
- Вассерман, Л. И., Ерышев, О. Ф., Клубова, Е. Б. (2005) *Психологическая диагностика индекса жизненного стиля*. СПб.: СПбНИПНИ им. В. М. Бехтерева, 50 с.
- Долгова, В. И., Кондратьева, О. А. (2014) *Психологическая защита*. М.: Перо, 160 с.
- Ефремкина, И. Н. (2018) Исследование возрастной динамики способов психологической защиты в студенческом возрасте. *Азимут научных исследований: Педагогика и Психология*, т. 7, № 3 (24), с. 286–290.
- Заикина, А. И., Красникова, А. Ю., Мустафинова, Ж. Н. (2019) Психология защитных механизмов личности. *Молодой ученый*, № 11 (249), с. 219–220.
- Каменская, В. Г. (2018) *Психология конфликта. Психологическая защита и мотивации в структуре конфликта*. М.: Юрайт, 149 с.
- Куфтяк, Е. В. (ред.). (2017) *Защитная система личности и стресс. Коллективная монография*. М.: Мир науки, 158 с.
- Куфтяк, Е. В., Самохвалова, А. Г. (2015) Особенности адаптивного поведения детей в ситуации школьных и коммуникативных трудностей. *Клиническая и специальная психология*, т. 4, № 4, с. 50–60. [Электронный ресурс]. [https://psyjournals.ru/files/81050/4\\_psyclin\\_2015\\_n4\\_Kuftjak\\_Samohvalova.pdf](https://psyjournals.ru/files/81050/4_psyclin_2015_n4_Kuftjak_Samohvalova.pdf) (дата обращения 20.08.2020).
- Никольская, И. М., Грановская, Р. М. (2010) *Психологическая защита у детей*. СПб.: Речь, 352 с.
- Панасенко, Е. А., Морозова, И. С. (2016) Параметры психологических защит студентов первого курса во взаимосвязи с личностными особенностями. *Вестник Кемеровского государственного университета*, № 4, с. 176–180. DOI: 10.21603/2078-8975-2016-4-176-180

### References

- Bulatova, T. A., Grebennikova, E. V., Shelekhov, I. L. (2015) Izuchenie vzaimosvyazi sotsial'noi trevozhnosti i psikhologicheskikh zashchit studentov: integral'nyi podkhod k resheniyu problem [Study of the relationship between social anxiety and psychological defenses of students: an integral approach to solving the problem]. *Nauchno-pedagogicheskoe obozrenie — Pedagogical Review*, no. 3 (9), pp. 33–39. (In Russian)
- Dolgova, V. I., Kondrat'eva, O. A. (2014) *Psikhologicheskaya zashchita* [Psychological defense]. Moscow: Pero Publ., 160 p. (In Russian)
- Efremkina, I. N. (2018) Issledovanie vozrastnoi dinamiki sposobov psikhologicheskoi zashchity v studencheskom vozraste [Study of the age dynamics of psychological defense methods at student age]. *Azimut nauchnykh issledovaniy: Pedagogika i Psikhologiya — ASR: Pedagogy and Psychology*, vol. 7, no. 3 (24), pp. 286–290. (In Russian)
- Kamenskaya, V. G. (2018) *Psikhologiya konflikta. Psikhologicheskaya zashchita i motivatsii v strukture konflikta* [Psychology of Conflict. Psychological protection and motivation in the structure of the conflict]. Moscow: Yurait Publ., 149 p. (In Russian)

- Kuftyak, E. V. (ed.). (2017) *Zashchitnaya sistema lichnosti i stress. Kollektivnaya monografiya [Personal defense system and stress. Collective monograph]*. Moscow: Mir nauki Publ., 158 p. (In Russian)
- Kuftyak, E. V., Samokhvalova, A. G. (2015) Osobennosti adaptivnogo povedeniya detei v situatsii shkol'nykh i kommunikativnykh trudnostei [Features of adaptive behavior of children in a situation of school and communication difficulties]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya — Clinical and Special Psychology*, vol. 4, no. 4, pp. 50–60. [Online]. Available at: [https://psyjournals.ru/files/81050/4\\_psyclin\\_2015\\_n4\\_Kuftjak\\_Samohvalova.pdf](https://psyjournals.ru/files/81050/4_psyclin_2015_n4_Kuftjak_Samohvalova.pdf) (accessed 20.08.2020). (In Russian)
- Nikol'skaya I. M., Granovskaya R. M. (2010) *Psikhologicheskaya zashchita u detei [Psychological protection in children]*. Saint Petersburg: Rech' Publ., 352 p. (In Russian)
- Panasenko, E. A., Morozova, I. S. (2016) Parametry psikhologicheskikh zashchit studentov pervogo kursa vo vzaimosvyazi s lichnostnymi osobennostyami [Parameters of psychological defenses of first-year students in relation to personal characteristics]. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta — Bulletin of Kemerovo State University*, no. 4, pp. 176–180. DOI: 10.21603/2078-8975-2016-4-176-180. (In Russian)
- Vasserman, L. I., Eryshev, O. F., Klubova, E. B. (2005) *Psikhologicheskaya diagnostika indeksa zhiznennogo stilya [Psychological diagnostics of the life style index]*. Saint Petersburg: SPbNIPNI im. V. M. Bekhtereva Publ., 50 p. (In Russian)
- Zaikina, A. I., Krasnikova, A. Yu., Mustafinova, Zh. N. (2019) Psikhologiya zashchitnykh mekhanizmov lichnosti [Psychology of the defense mechanisms of the personality]. *Molodoi ucheny — Young scientist*, no. 11 (249), pp. 219–220. (In Russian)