

ПРОБЛЕМЫ И ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ РАЗВИТИЯ, ВОЗРАСТНОЙ ПСИХОЛОГИИ

УДК 159.922.8+159.96

Зыбина Людмила Николаевна
Терехин Тимур Владимирович

ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ И ПРОЯВЛЕНИЯ ГНЕВА У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье представлен краткий теоретический анализ по проблеме гнева в современной психологии и отдельный фрагмент эмпирического исследования, направленный на выявление взаимосвязи проявления гнева и механизмов психологической защиты на подростковой выборке с применением критерия rs - Спирмена. Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 141 с углубленным изучением математики г. Новосибирска. Объем выборки составил 52 подростка, девочек в возрасте от 15 до 16 лет. В исследовании использовались методика «Оценка проявлений гнева» (Staxi-2) Ч. Д. Спилбергера в адаптации О. А. Шамшиковой, Т. В. Белашинной; опросник «Индекс жизненного стиля» (Life Style Index, LSI) Р. Плутчика, Г. Келлермана, Х. Р. Конте в адаптации Л. И. Вассермана. По результатам корреляционного анализа на подростковой выборке ($N=52$) строились графы «максимального корреляционного пути». Анализ и интерпретация полученных данных осуществлялась методом построения корреляционных плеяд П. В. Терентьева.

Ключевые слова: механизмы психологической защиты, гнев, проявления гнева у подростков.

Zybina Lyudmila Nikolaevna
Terekhin Timur Vladimirovich

INTERCONNECTION OF MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION AND MANIFESTATIONS OF ANGER IN ADOLESCENTS

Abstract. The article presents a brief theoretical analysis of the problem of anger in modern psychology and a separate fragment of empirical research aimed at identifying the relationship between the manifestation of anger and the mechanisms of psychological

Зыбина Людмила Николаевна – канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии, факультет психологии, ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет», LyZybina@yandex.ru, Новосибирск, Россия.

Терехин Тимур Владимирович – студ. 5 курса заочного отделения, кафедры общей психологии и истории психологии, специальность «Психология», факультет психологии, ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет», timter1968@mail.ru, Новосибирск, Россия.

Zybina Lyudmila Nikolaevna – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology and History of Psychology, faculty of psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, lyzybina@yandex.ru, Novosibirsk, Russia.

Terekhin Timur Vladimirovich – 5-year student of the correspondence department, Department of Psychology, Department of General Psychology and the History of psychology, specialty "Psychology", Novosibirsk State Pedagogical University, timter1968@mail.ru, Novosibirsk, Russia.

defense in a teenage sample using the rs-Spearman criterion. The empirical research was carried out on the basis of MBOU secondary school № 141 with in-depth study of mathematics in Novosibirsk. The sample size was 52 adolescents, girls aged 15 to 16 years. The research used the methodology "Assessment of manifestations of anger" (Staxi-2) Ch. D. Spielberger, adapted by O. A. Shamshikova, T. V. Belashina; the Life Style Index (LSI) questionnaire by R. Plutchik, G. Kellerman, H. R. Conte, adapted by L. I. Wasserman. According to the results of the correlation analysis on the adolescent sample (N = 52), the columns of the "maximum correlation path" were constructed. The analysis and interpretation of the data obtained was carried out by the method of constructing correlation pleiades by P. V. Terentyev.

Keywords: mechanisms of psychological defense, anger, manifestations of anger in adolescents.

В современной научной психологии понятие «гнев» до сегодняшнего дня остается крайне неопределенным. В ранних подходах и теориях гнев рассматривался как аффективная произвольная реакция (И. Герbart), как эмоция, возникающая в ситуации наличия преграды (В. Вундт), психосоматическая реакция на внешнее воздействие (Ч. Дарвин), часть инстинкта самосохранения (Т. Рибо), врожденная эмоциональная реакция на ограничение (Дж. Уотсон), эмоциональное переживание, возникающее в ответ на чувство угрозы самоуважению (Д. Цилльман) и др.

Современные представления о гневе описывают его как эмоциональное состояние, отличное от агрессии и не имеющее цели (Л. Берковиц), переживаемое внутреннее состояние неприятного столкновения с людьми (Г. Кассинов), эмоциональное состояние, варьирующее от раздражения или досады до ярости и бешенства (Ч. Спилбергер), элемент триады враждебности (К. Изард), разрушение, направленное на устранение препятствия (Р. Плутчик) и пр. В отечественной психологии гнев рассматривается как врожденная эмоция (М. И. Сеченов, И. П. Павлов), как проявление эмоциональности человека (Б. М. Теплов, В. С. Мерлин, В. Д. Небылицын), как коммуникативное эмоциональное состояние (Е. П. Ильин) и пр.

В толковом словаре С. И. Ожегова и Н. Ю. Шведовой дается следующее определение: «Гнев – чувство сильного возмущения, негодования» [14].

Т. Рибо в своем психофизиологическом этюде «Гнев» описывает его как распространенное явление, встречающееся в разных видах и градациях: «Гнев, взявший свое начало со времен доисторических, относится к тому времени, когда человек, этот царь природы, находился в положении животного. Тогда гнев собой являл необходимое средство личного самосохранения, подсказываемого инстинктом» [10] и определяет его как «протестную эмоцию, которая побуждает человека к нападению на обидчика. Сдерживая гнев, человек переживает зависть, обиду, ненависть, желание отомстить» [11].

У. Джеймс и К. Ланге параллельно рассматривают гнев в физиологическом аспекте: реакции человека в вазомоторной системе, кровообращении, внешних проявлениях, позах и мимике человека, – в итоге они сформулировали психологическую теорию эмоций [4]

По мнению К. Э. Изарда, гнев – сильнейшее эмоционально-отрицательное состояние, провоцируемое препятствием на пути к цели, протекающее зачастую в аффективной форме. Гнев нередко провоцирует отвращение и презрение, формирующиеся в итоге в «триаду враждебности» [3] Этим препятствием выступают правила, законы, помехи, собственная недееспособность. Также причинами, провоцирующими эмоции гнева, могут стать личные оскорбления, ежедневные фрустра-

ции, обман, принуждение к нежелательным действиям. Не высокий уровень гнева, как подчеркивает К. Э. Изард, человек способен сдерживать достаточно долго, но это напрямую связано с нарушениями психологического состояния и с высоким риском «прорыва» накопившегося гнева в аффективную реакцию; «сейчас многие люди, и в том числе ученые, занятые исследованием поведения, склонны рассматривать эмоцию гнева, скорее, как досадную помеху в поведении, нежели признавать ее позитивное значение» [3, с. 247].

Л. Берковиц отмечает, что, если агрессия всегда направлена на достижение цели – причинить ущерб кому-либо или чему-либо, то гнев вовсе не обязательно имеет какую-то конкретную цель, но означает определенное эмоциональное состояние. Оно порождается внутренними физиологическими реакциями и непроизвольной эмоциональной экспрессией, обусловленной неблагоприятными событиями: моторными реакциями (такими, как сжатые кулаки), выражениями лица (расширенные ноздри и нахмуренные брови) и так далее; определенную роль, вероятно, играют также возникающие при этом мысли и воспоминания [2].

В психозволюционной теории Р. Плутчика показано, что «эмоции – это механизмы коммуникации и выживания, основанные на эволюционной адаптации». Они сохраняются в функционально эквивалентных формах через все филогенетические уровни. Коммуникация происходит за счет восьми базисных адаптивных реакций, являющихся прототипами восьми базовых эмоций. Гнев определяется как «разрушение, направленное на устранение препятствия на пути удовлетворения потребности» [12].

Г. Кассинов указывает, что «гнев не является формой агрессии и чаще всего не приводит к ней. Скорее это переживаемое внутреннее состояние, которое сопровождается нежелательными, неприятными столкновениями с людьми из ближайшего окружения» [8].

Ч. Спилбергер рассматривал связь гнева с враждебностью и агрессией, видя в этом специфический синдром, т. к. враждебность как личностная черта мотивирует агрессивное поведение и служит предпосылкой гнева. Он определяет гнев как «эмоциональное состояние, описывающее ощущения, интенсивность которых варьирует от средневыраженного раздражения или досады до ярости и бешенства, что сопровождается активацией автономной нервной системы» и предлагает опросник, измеряющий гнев-как-состояние и гнев-как-черту (STAXI) [16]. Гнев как состояние предполагает периодическое, кратковременное переживание гнева. Гнев как черта является устойчивой личностной характеристикой, которая формируется при определенных условиях в процессе онтогенеза.

Согласно представлениям Ч. Спилбергера, гнев является более элементарным состоянием по сравнению с враждебностью или агрессией и имеет ряд характеристик: 1) гнев рассматривается как predisпозиция или тенденция воспринимать широкий спектр ситуаций как провоцирующие; 2) необходимо различать гнев как характерную черту (гневливость без связи с провоцирующей ситуацией) и как реакцию (вызванная, например, критикой, неприятным обращением и пр.). Также автор отмечает, что гнев представляет собой многомерный конструкт, в структуру которого входят интернализированный гнев (склонность подавлять гнев и мысли гневного содержания), экстернализированный гнев (склонность вовлекаться в агрессивное поведение по отношению к окружающим людям или неживым объектам) и контролируемый гнев (способность управлять гневом и его экспрессией, а также предотвращать их) [17].

Сторонники различных психологических школ, опирающиеся на постулат о врожденности тенденций к проявлению гнева, доказывают, что у мальчиков эти тенденции проявляются в большей степени, чем у девочек. Отмечается большая напористость мальчиков по сравнению с девочками, но это объясняется разными социально одобряемыми моделями поведения как для первых, так и для вторых. На основе анализа ряда экспериментальных исследований было установлено, что в первые годы жизни нет различий в частоте и продолжительности отрицательных эмоциональных реакций у мальчиков и девочек, но с возрастом их частота и интенсивность у мальчиков возрастают, а у девочек убывают. Комментируется это тем, что девочки, имея те же гневные тенденции, что и мальчики, боятся их проявить из-за наказания, в то время как к проявлениям гнева у мальчиков окружающие относятся более благосклонно. С возрастом эти модели закрепляются: число проявлений гнева в поведении девочек постепенно сокращается, и они становятся более сдержанными [1].

Подростковый возраст характеризуется перестройкой эмоциональной сферы с претензией на самостоятельность (В. С. Мухина), повышенной эмоциональной возбудимостью (Л. Ф. Обухова), повышенной невротичностью (Т. Е. Наливайко, М. В. Шинкорук), тенденцией к маскировке своих истинных переживаний (П. М. Якобсон), проявлением частого ситуативно переживаемого гнева (М. С. Пономарева), проявляющегося как плохое настроение, крик, плач, потеря контроля над собой (П. А. Ковалев), отрицательный эмоциональный фон и вербальные реакции (С. А. Мясникович и Т. А. Дроздовская).

В подростковый период существенно расширяется диапазон ситуаций, провоцирующих бурные эмоциональные реакции подростков, в том числе и проявления гнева, а интенсивность и продолжительность их эмоциональных реакций увеличивается. Вместе с этим в отрочестве происходит усложнение и развитие механизмов психологической защиты и форм поведения личности в конфликтных ситуациях [9].

А. Фрейд обратила внимание, что наиболее используемыми защитами у подростков являются интеллектуализация и аскетизм как подавление всех инстинктивных [15].

Большое влияние на изучение подростковых защит оказал Ф. Крамер, он считал наиболее часто проявляемой защитой у подростков проекцию. Этот механизм защиты помогает подростку отвергнуть неприемлемые в себе качества, приписывая их другим, укрепляя позицию собственного «Я». Е. Н. Андреева в своих исследованиях заметила наличие не только возрастных, но и половых различий в используемых подростками защитах. По ее мнению, наиболее характерными подростковыми защитами являются: проекция, гиперкомпенсация, вытеснение и регрессия [5]. По Е. Н. Андреевой, проекция и регрессия у мальчиков и девочек различий не имеет; тождественные результаты при исследовании подростковых защит получили В. Г. Каменская и С. В. Зверева [6]. По их мнению, ведущая защита у подростков – проекция, но дополнительно достоверно выявлено высокое значение рационализации, часто используемой подростками.

При последующих исследованиях юношей и девушек в возрасте от 14 до 22 лет, проведенных А. Б. Карповым, была выявлена тройка наиболее акцентированных защит – интеллектуализация, проекция и замещение. По своей сути, интеллектуализация схожа с рационализацией, так как в своей основе является следствием интеллектуальных процессов. Но при работе рационализации все усилия направлены на обоснование собственных мыслей и поступков, а при интеллектуализации до-

казывается сама их ценность. В первом случае прослеживается связь с мотивацией, а во втором – с логико-перцептивным компонентом психологической защиты. Интеллектуализация формируется в раннем подростковом возрасте для анализа содержания эмоций ожидания, предвидения, страха пережить разочарования. Сходным с интеллектуализацией является механизм изоляции. Изоляция – это механизм, при котором само психологически травмирующее событие разделяется со связанными с этой ситуацией переживаниями [7].

И хотя часто на выборке подростков доминирует отрицание и интеллектуализация, следующими идут замещение и проекция, что подтверждает выводы большинства исследователей о том, что отрицание, замещение и проекция наиболее часто используются подростками как самые примитивные защиты (говорящие о психологической незрелости подростка), позволяющие снять с себя ответственность. Но наряду с ними используются и более зрелые защиты – интеллектуализация и рационализация [13].

В этой статье мы представим отдельный фрагмент эмпирического исследования, направленный на выявление взаимосвязи проявления гнева и механизмов психологической защиты на подростковой выборке с применением критерия r_s - Спирмена.

Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 141 с углубленным изучением математики г. Новосибирска. Эмпирическую выборку составили 52 подростка, учащихся 10 классов, девочек в возрасте от 15 до 16 лет.

В исследовании использовались следующие методики:

1. Опросник «Оценка проявлений гнева» (Staxi-2) Ч. Д. Спилбергера в адаптации О. А. Шамшиковой, Т. В. Белашиной.

2. Опросник «Индекс жизненного стиля» (Life Style Index, LSI) Р. Плутчика, Г. Келлермана, Х. Р. Конте в адаптации Л. И. Вассермана.

Результаты диагностического исследования подвергались статистической компьютерной обработке с помощью программного обеспечения SPSS+PS. 23.0. Достоверность полученных данных не ниже 5 % уровня значимости.

По результатам корреляционного анализа r_s - Спирмена на подростковой выборке (N=52) строились графы «максимального корреляционного пути». Анализ и интерпретация полученных данных осуществлялась методом построения корреляционных плеяд П. В. Терентьева.

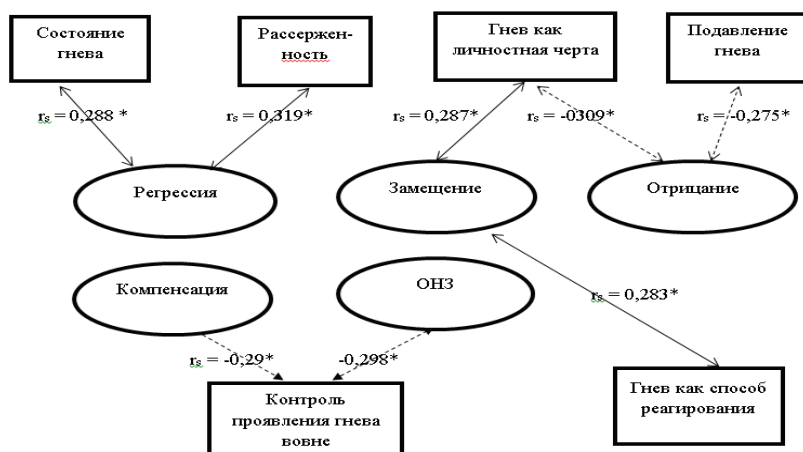


Рис. 1. Взаимосвязь механизмов психологической защиты и проявлений гнева (N=52)

Примечание:

Знаком * отмечены значимые корреляции, при этом:

*** – высокий уровень значимости ($p = 0,001$);

** – средний уровень значимости ($p = 0,01$);

* – низкий уровень значимости ($p = 0,05$);

----- – обозначены обратно-пропорциональные взаимосвязи;

——— – обозначены прямо-пропорциональные взаимосвязи.

Условное обозначение: ОНЗ - общая напряженность всех защит

По результатам исследования обнаружены следующие взаимосвязи:

1. Положительная взаимосвязь между переменными «Гнев как способ реагирования» и механизмом «замещение» ($r_s = 0,283^*$). Гнев как способ реагирования – это показатель частоты переживания гневных чувств в ситуациях, связанных с фрустрацией и/или негативной оценкой. Высокие значения по параметру «гнев как способ реагирования» свидетельствуют о повышенной чувствительности подростков и частых проявлениях гнева в ответ на то, что воспринимается ими как провокация, связанная с нанесенным им оскорблением или негативной оценкой. И поскольку им по разным причинам трудно ответить «обидчику» напрямую, так как это может быть родитель, учитель, или другой значимый взрослый или просто более сильный физически ровесник, то гнев переносится на другие объекты, либо же на более слабых младших по возрасту детей или животных. Это типичное поведение подростков.

2. Положительная взаимосвязь между переменными «гнев как личностная черта» и «замещение» ($r_s = 0,287^*$) – чем выше показатель переменной «гнев как личностная черта», тем чаще подростки используют такой механизм психологической защиты, как «замещение».

3. Отрицательная взаимосвязь между переменными «гнев как личностная черта» и переменной «отрицание» ($r_s = -0,309^*$). Чем более выражен показатель «гнев как личностная черта», тем меньше подростки используют такой механизм защиты, как «отрицание». Гнев как личностная черта, «гневливость» – это показатель склонности к переживанию гнева без особых провокаций. Измерение гнева как черты показывает вероятность переживания гнева с течением времени. Высокие показатели по этому параметру позволяют предположить наличие непрерывной фрустрации и продолжающегося гнева. Отрицание есть неприятие возникающей тревожности и блокирование какой-либо возникающей опасности на уровне восприятия. Происходит подмена реальности. Но именно «отрицание» позволяет постепенно «переварить» опасную, тревожащую информацию, сдерживает сиюминутную гневную реакцию на препятствие.

4. Переменная «Контроль проявления гнева вовне» имеет обратную связь с переменной «Общая напряженность всех защит (ОНЗ)» ($r_s = -0,298^*$). Контроль проявлений гнева вовне – это показатель того, как часто подросток контролирует внешние проявления гнева. Высокие значения указывают на убеждение подростков в том, что гнев лучше сдерживать и дозировать. Предотвращение внешнего выражения гнева требует больших энергетических затрат от подростка и общую напряженность всех защит, что часто приводит к их пассивности и уходу.

5. Отрицательная взаимосвязь между переменными «Контроль проявления гнева вовне» и «Компенсация» ($r_s = -0,29^*$). Обнаруженный отрицательный коэффициент корреляции свидетельствует об обратной пропорциональной зависимости исследуемых переменных, т. е. чем ниже контроль проявления гнева вовне, тем больше необходимость использовать такой защитный механизм, как компенсация. Компенсация, по сути, это замена неудовлетворенной сферы в жизни развитием в другой

сфере (или в нескольких). В определенных количествах для подростков является вспомогательным механизмом для развития навыков, балансируя психику через успех в компенсаторных сферах, выступает в роли развивающего механизма.

6. Положительная взаимосвязь выявлена между показателями «рассерженность» и «регрессия» ($r_s = 0,319^*$). Обнаруженный положительный коэффициент корреляции свидетельствует о прямом характере взаимосвязи исследуемых переменных, т. е., чем более подросток рассержен в определенный момент, тем более он склонен к проявлению детских моделей поведения – убежать, спрятаться и т. д.

7. Положительная взаимосвязь между показателями «состояние гнева» и «регрессия» ($r_s = 0,288^*$) свидетельствует о прямой зависимости исследуемых переменных. «Состояние гнева» – это показатель меры интенсивности и продолжительности переживания чувства гнева, который подросток испытывает время от времени, при этом демонстрируя детские модели поведения.

8. Отрицательная взаимосвязь между переменными «Подавление гнева» и «отрицание» ($r_s = -0,275^*$) при низком уровне значимости. Чем ниже будет показатель переменной «Подавление гнева», тем сильнее будет востребован механизм «отрицание». Подавление гнева – это показатель того, как часто переживание гнева не выражается подростком вовне (подавляется). Высокие показатели указывают на переживание гнева, но без его выражения вовне. В этом случае подавление гнева является нормой, поскольку подростки вполне могут не соглашаться с идеей усвоения навыков социально приемлемой формы выражения гнева.

В ситуации проявления гнева на нашей выборке подростков используется широкий спектр механизмов психологической защиты (замещение, отрицание, регрессия, компенсация) и наблюдается общая напряженность всех защит. Различные проявления гнева у подростков во многом определяют механизмы психологической защиты, которые выступают в качестве средства адаптации к стремительно меняющимся условиям их жизни.

Список литературы

1. *Белашина Т. В.* Исследование возрастных различий проявления гнева в разновозрастных группах // Антология российской психотерапии и психологии: материалы Международного конгресса. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2018. С. 19–21.
2. *Берковиц Л.* Агрессия: причины, последствия и контроль. СПб.: Прайм-Еврознак, 2001. 512 с.
3. *Изард К. Э.* Психология эмоций. СПб.: Питер, 2006. 460 с.
4. *Изард К.* Эмоции человека. М.: Директ-Медиа, 2008. 954 с.
5. *Каменская В. Г.* Возрастные и гендерные особенности системы психологических защит (на примере подростково-юношеской выборки) // Психологический журнал. 2005. Т. 26, № 4. С. 77–89.
6. *Каменская В. Г.* Психологической защиты и мотивация в структуре конфликта. СПб.: Детство-Пресс, 1999. 149 с.
7. *Карпов А. Б.* Механизмы психологической защиты и стратегии преодоления в переходный период от подросткового к юношескому возрасту: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2006. 25 с..
8. *Кассинов Г., Тафрейт Р.* Психотерапия гнева: полное практическое руководство. М.; СПб.: АСТ: Сова, 2006. 477 с.
9. *Ковалев В. В.* Семиотика и диагностика психических заболеваний у детей и подростков. М.: Медицина, 1985. 288 с.
10. *Рибо Т.* Гнев. Психофизиологический этюд. СПб.: издание В. И. Губинского, 1899. 88 с.

11. *Рибо Т.* Творческое воображение. М.: Просвещение, 2001. 417 с.
12. *Романова Е. С., Гребенников Л. Г.* Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика. М.: Талант, 1996. 144 с.
13. *Соловьева А. В.* Психологическая защита в подростковом возрасте. Сущность, содержание, причины: монография. М.: Флинта, 2013. 184 с.
14. Толковый словарь русского языка / сост. С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. М.: Азбуковник, 1999. 944 с.
15. *Фрейд А.* Психология Я и защитные механизмы. М: Педагогика-Пресс, 1993. 144 с.
16. *Шамишкова О. А., Белашина Т. В.* Психометрический анализ опросника «Оценка проявлений гнева» (Staxi-2) Ч. Д. Спилбергера // Мир Науки, Культуры, Образования. 2015. № 6 (55). С. 269–273
17. *Шамишкова О. А., Белашина Т. В.* Специфика проявления гнева в экстремальных и кризисных состояниях // Экология человека. 2018. № 11. С. 44–50.

