

ПОЛОВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ЛИЧНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ГУМАНИТАРНОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ)

Летягина С.К.

Институт социального образования (филиал) ГОУ ВПО «Российский государственный социальный университет», Саратов, Россия (410015 г. Саратов, Фабричная, 4), e-mail: let71@mail.ru

В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление половозрастных особенностей взаимосвязей эмоционального благополучия и механизмов психологической защиты личности у специалистов гуманитарной и технической направленности. Автор приходит к заключению, что специалисты гуманитарной направленности, лица женского пола и более старшая возрастная группа наделены большими способностями реалистично и конструктивно решать проблемы, обусловленные внешними обстоятельствами и особенно – внутренними конфликтами и потребностями. Респонденты с доминирующими положительными эмоциональными состояниями формируют положительное субъективное отношение к жизни. Респонденты с доминирующими отрицательными эмоциями приводят к реализации адаптивное поведение, направленное на устранение источника физического или психологического дискомфорта.

Ключевые слова: эмоциональное благополучие, механизмы психологической защиты, взаимосвязи, половозрастные особенности, профессиональная направленность.

AGE AND GENDER ASPECTS OF INTERRELATIONS OF EMOTIONAL PROSPERITY AND PSYCHOLOGICAL DEFENCE MECHANISM OF A PERSON (IN CASE OF PROFESSIONALISTS OF HUMANITARIAN AND TECHNICAL FIELDS)

Letyagina S.K.

Institute of Social Education (Branch of the Institute), SEE of HPE "Russian State Social Institute", Saratov, Russia (4, Fabrichnaya street, Saratov, 410015), e-mail: let71@mail.ru

The results of the empiric study, aimed to reveal age and gender aspects of interrelations of emotional prosperity and psychological defence mechanism of professionalists of humanitarian and technical fields are given in the article. The author comes to the following conclusion: the professionalists of humanitarian field, females and senior age group have the discernment to constructively and realistically solve problems caused by external circumstances and especially inner conflicts and internal needs. The respondents with dominant positive emotional state have positive attitude to life. The respondents with dominant negative emotions use adaptive behaviour, oriented to psychological and physical discomfort source removal.

Keywords: emotional prosperity, psychological defence mechanisms, interrelations, age and gender aspects, professional field.

Введение

Субъективное благополучие является тем психологическим феноменом, который олицетворяет естественное стремление человека к внутреннему равновесию, комфорту, ощущению счастья. Как отмечает Л.В. Куликов, для описания такого рода состояний и переживаний в психологической литературе применяется довольно широкий круг понятий. Чаще других используются понятия «благополучие – неблагополучие», «эмоциональный комфорт – дискомфорт», «удовлетворенность – неудовлетворенность жизнью», «счастье – несчастье» [2, с. 122].

Р.М. Шамионов в понятие «субъективного благополучия» вкладывает смысл отношения личности к различным ипостасям своей жизни и деятельности и себя самого» [5, с. 7].

В качестве составляющих благополучия Л.В. Куликов выделяет следующие:

- Социальное благополучие — удовлетворенность личности своим социальным статусом, межличностными отношениями.
- Духовное благополучие — ощущение причастности к духовной культуре общества, осознание возможности приобщаться к богатствам духовной культуры (утолять духовный голод).
- Витальное (телесное) благополучие — хорошее физическое самочувствие, телесный комфорт, ощущение здоровья, удовлетворяющий индивида физический тонус.
- Психологическое благополучие (душевный комфорт) — слаженность психических процессов и функций, ощущение целостности, внутреннего равновесия [2, с. 125].

Все перечисленные составляющие тесно взаимосвязаны и влияют друг на друга. Отнесение многих феноменов к той или иной составляющей благополучия довольно условно.

Кроме описанного выше, благополучие создают удовлетворяющие (позитивные) межличностные отношения, возможность общаться и получать от этого положительные эмоции, удовлетворять потребность в эмоциональном тепле, что предполагает достаточно близкую дистанцию между субъектами отношений.

Структура субъективного благополучия, включающая различные характеристики субъективных переживаний, весьма интегрирована. Все составляющие благополучия тесно взаимосвязаны, а также взаимовлияют друг на друга. Более того, механизмы психологической защиты постоянно действуют таким образом, что неудовлетворенность одной сферой жизнедеятельности может привести к пересмотру приоритетов и направлению активности в другие сферы социальной жизни.

Механизмы психологической защиты, по мнению Р. Плутчика, понимаются как производные эмоций, поскольку каждая из основных защит онтогенетически развивалась для сдерживания одной из базисных эмоций. Существование защит должно обеспечить возможность косвенного измерения уровней внутриличностного конфликта, то есть дезадаптированные индивиды должны использовать защиты в большей степени, чем адаптированные испытуемые.

А.А. Налчаджян рассматривает психологическую защиту в рамках теории адаптации и определяет защитные механизмы как более или менее устойчивую схему психических действий, которые приводят к той или иной степени и форме адаптированности личности, разрешения фрустрирующей ситуации [3, с. 43].

Цель исследования. Эмпирическое исследование, представленное в настоящей статье, нацелено на выявление половозрастных особенностей взаимосвязей эмоционального благополучия и механизмов психологической защиты личности у специалистов гуманитарной и технической направленности.

Методы. Исследование проходило в несколько этапов с использованием следующего пакета диагностических методик: опросник «Профиль чувств в отношениях» Л.В. Куликова [1, с. 54-57]; шкала «Субъективного благополучия» М.В. Соколовой, измеряющая эмоциональный компонент субъективного благополучия [1, с.66-69]; Методика «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика — Г. Келлермана [4, с. 444-452]. Обработка результатов осуществлялась с помощью t-критерия Стьюдента и метода корреляционного анализа.

Общая выборка исследования составила 200 человек и включала в себя на разных этапах исследования две группы респондентов: 1) 100 человек (50% мужчин и 50% женщин от 17 до 23 лет, из них: 45% – студенты гуманитарных специальностей, 55% – студенты технических специальностей); 2) 100 человек (50% – студенты от 17 до 23 лет, 50% – молодые специалисты от 24 до 30 лет).

Результаты и обсуждение

Прежде чем перейти непосредственно к анализу взаимосвязей эмоционального благополучия и механизмов психологической защиты личности, вкратце опишем результаты, полученные по трем вышеназванным методикам.

Порядок распределения чувств по всем исследуемым нами группам идентичен. Вне зависимости от пола, возраста и профессиональной направленности респонденты в ситуациях общения со значимым человеком чаще всего испытывают гедонические чувства удовольствия и наслаждения. Далее следуют сближающие чувства, выражающие стремление человека к уменьшению межличностной дистанции. На третьем месте располагаются астенические чувства, означающие состояния, характеризующиеся слабостью, повышенной утомляемостью, эмоциональной неустойчивостью и повышенной чувствительностью. Замыкают список удаляющие и меланхолические чувства.

Средние баллы по группам, полученные по методике В.М. Соколовой, свидетельствуют об умеренном субъективном благополучии и отсутствии у опрошенных нами респондентов серьезных эмоциональных проблем. При этом, студенты гуманитарных специальностей превосходят «технарей» по данному показателю ($t=2,4$ при $p=0,05$). В свою очередь респонденты 24-30 лет обладают более высоким уровнем эмоционального комфорта, чем более молодые студенты ($t=3,1$ при $p=0,01$). Статистически значимые различия в выраженности субъективного благополучия между юношами и девушками отсутствуют.

Анализ результатов, полученных по методике Р. Плутчика — Г. Келлермана показывает, что группа девушек превосходит группу юношей по шкалам «регрессия» ($t=3,2$ при $p=0,01$) и гиперкомпенсация ($t=3,3$ при $p=0,01$). С одной стороны, девушки в своих поведенческих реакциях стремятся избегать тревоги путем перехода на более ранние стадии развития либидо. С другой стороны, предпочтение «гиперкомпенсации» может свидетельствовать о маскулинности исследуемого контингента и высоком уровне притязаний по авторитету у сверстников, т.е. обусловлено стремлением к социальной успешности и проявлением мужских качеств необходимых для этого. Среди студентов разной профессиональной направленности различия в степени проявления механизмов психологической защиты нами не выявлены.

Что касается двух возрастных групп, то для выборки 24-30 лет более характерны механизмы компенсации ($t=2,3$ при $p=0,05$) и рационализации ($t=2,5$ при $p=0,05$), а группа 17-23 лет чаще прибегает к механизмам отрицания ($t=2,7$ при $p=0,01$), вытеснения ($t=2,5$ при $p=0,05$) и проекции ($t=3,1$ при $p=0,01$). Таким образом, респонденты старшей возрастной группы более склонны к ограничению переживаний, вызванных неприятной или субъективно неприемлемой ситуацией при помощи логических установок и манипуляций. При этом способе защиты нередко наблюдаются очевидные попытки снизить ценность недоступного для личности опыта. Другим проявлением компенсаторных защитных механизмов может быть ситуация преодоления фрустрирующих обстоятельств или ситуаций сверхудовлетворением в других сферах. В группе студентов выраженность механизмов отрицания, вытеснения и проекции, очевидно, связана с потребностью в признании и самоопределении, поскольку центральной задачей периода взросления является поиск личной идентичности.

Результаты корреляционного анализа половозрастных особенностей взаимосвязей эмоционального благополучия и механизмов психологической защиты личности у специалистов гуманитарной и технической направленности представлены в таблицах 1-5.

Таблица 1. Матрица корреляций субъективного благополучия, чувств и механизмов психологической защиты в группе юношей ($n=50$).

Статистически значимые корреляции	Коэффициенты корреляции
Астенические чувства и субъективное благополучие	0,41**
Сближающие чувства и субъективное благополучие	0,27*
Удаляющие чувства и субъективное благополучие	0,39**
Астенические чувства и регрессия	0,34*
Астенические чувства и компенсация	0,32*
Астенические чувства и замещение	0,40**
Меланхолические чувства и регрессия	0,38**
Меланхолические чувства и компенсация	0,35*
Меланхолические чувства и замещение	0,51***
Сближающие чувства и отрицание	0,29*

Удаляющие чувства и регрессия	0, 55***
Удаляющие чувства и компенсация	0, 28*
Удаляющие чувства и замещение	0, 43**
Субъективное благополучие и замещение	0, 30*

*Примечание: где * – уровень значимости 0,05, ** – 0,01, *** – 0.001.*

Итак, выявленные нами многочисленные взаимосвязи подтверждают мысль о том, что механизмы психологической защиты на фоне кажущегося благополучия на самом деле приводят к эмоциональному напряжению и дискомфорту. Об этом свидетельствуют прямые корреляционные связи между субъективным благополучием и интеракционными сближающими и удаляющими чувствами, регулирующими межличностное взаимодействие, а также астеническими чувствами, свидетельствующими о повышенной утомляемости и эмоциональной неустойчивости. Юноши не хотят выглядеть эмпатичными, так как это не подходит для их гендерной роли. Для них важны ситуации, требующие проявления силы, независимости, властности, стремления к соревнованию, т.е. те качества, которые мало сочетаются с эмпатичной отзывчивостью. Поэтому юноши склонны к замене решения субъективно более сложных задач на относительно более простые и доступные, замене реального или воображаемого недостатка, нестерпимого чувства другим более приемлемым качеством, к разрядке подавленных эмоций на объектах, представляющих меньшую опасность. В большинстве случаев данные стратегии разрешают эмоциональное напряжение, возникшее под влиянием фрустрирующей ситуации, но не приводят к общему облегчению или достижению поставленной цели. Более того, чем чаще личность склоняется к таким механизмам психологической защиты, как замещение, компенсация и регрессия, тем вероятнее астенические и интеракционные чувства будут переживаться вновь, и наоборот.

Таблица 2. Матрица корреляций субъективного благополучия, чувств и механизмов психологической защиты в группе девушек (n=50).

Статистически значимые корреляции	Коэффициенты корреляции
Гедонические чувства и субъективное благополучие	-0, 42**
Удаляющие чувства и субъективное благополучие	0,37**
Сближающие чувства и регрессия	0,29*
Субъективное благополучие и вытеснение	0, 31*

*Примечание: где * – уровень значимости 0,05, ** – 0,01, *** – 0.001.*

Как видно из представленных результатов, количество статистически значимых взаимосвязей в группе девушек значительно меньше. Показатели субъективного благополучия у девушек тем выше, чем больше удовлетворения и удовольствия от отношений со значимым социальным окружением они получают. При этом чем меньше они вытесняют неприемлемые для личности желания, мысли и чувства, вызывающие тревогу, тем комфортнее и гармоничнее

они себя ощущают. Девушки более склонны при фрустрирующих обстоятельствах заменять решение субъективно более сложных задач более простыми и доступными. При этом они не испытывают сильного эмоционального дискомфорта, поскольку их субъективное благополучие в большей степени зависит от умения поддерживать гармоничные отношения со значимым окружением, нежели от полученных результатов и реализации поставленных целей. Следует подчеркнуть, что повышение ориентации на процесс обычно сопровождается усилением результативности. Девушкам более свойственно проявление интереса к чувствам окружающих, а юношам, наоборот, более присуща эгоистичность, т.е. потребность и желание собственных интересов.

Таблица 3. Матрица корреляций субъективного благополучия, чувств и механизмов психологической защиты в группе студентов технической направленности (n=55).

Статистически значимые корреляции	Коэффициенты корреляции
Астенические чувства и субъективное благополучие	0,35**
Меланхолические чувства и субъективное благополучие	0,38**
Удаляющие чувства и субъективное благополучие	0,32*
Гедонические чувства и проекция	0,30*
Астенические чувства и вытеснение	0,30*
Астенические чувства и регрессия	0,35**
Астенические чувства и замещение	0,38**
Меланхолические чувства и регрессия	0,35**
Меланхолические чувства и компенсация	0,32*
Меланхолические чувства и замещение	0,45***
Удаляющие чувства и регрессия	0,47***
Удаляющие чувства и компенсация	0,33*
Удаляющие чувства и замещение	0,43**
Субъективное благополучие и замещение	0,33*

*Примечание: где * – уровень значимости 0,05, ** – 0,01, *** – 0.001.*

В данной группе нами обнаружено большое число взаимосвязей. Уровень субъективного благополучия снижается в случае переживания астенических, депрессивных меланхолических чувств и в ситуации непринятия и стремления удалиться от неприятных отношений. В свою очередь плохая переносимость стрессовых ситуаций приводит к формированию пессимизма и уныния, неудовлетворенности собой. Чтобы снизить напряжение, они стремятся возвратиться к более ранним, инфантильным личностным реакциям, проявляющимся в беспомощности и зависимости или замещающим действиям и целям. Данные реакции необходимы «технарям» для того, чтобы справиться с нарастающей тревогой или напряженностью. Более того, негативный спектр эмоциональных переживаний обусловлен неумением или нежеланием личности решать сложные проблемные ситуации и заменой их более простыми и доступными

целями в сложившихся обстоятельствах. В основе данного типа поведения лежит механизм вытеснения.

Таблица 4. Матрица корреляций субъективного благополучия, чувств и механизмов психологической защиты в группе студентов гуманитарной направленности (n=45).

Статистически значимые корреляции	Коэффициенты корреляции
Гедонические чувства и субъективное благополучие	-0,51***
Удаляющие чувства и субъективное благополучие	0,48***

*Примечание: где *** – уровень значимости 0.001.*

На примере результатов корреляционного анализа, полученных в группе студентов гуманитарной направленности, четко прослеживается, что чувства, возникающие в отношениях между людьми, являются индикатором их психологической близости, понимания, доверия и внутренней гармонии и наоборот. Столь явно выраженные различия во взаимосвязях внутри групп «технарей» и «гуманитариев» обусловлены, на наш взгляд, большей обращенностью на процессуальный аспект взаимодействия у студентов гуманитарной направленности и нацеленностью на результат – у студентов-«технарей», которые не склонны к глубокой рефлексии происходящих событий. Отсутствие конструктивного анализа приводит к повторным ошибкам и негативным переживаниям. В целях поддержания приемлемого уровня самоотношения они прибегают к различным способам психологической защиты.

Позволим себе не останавливаться на анализе взаимосвязей субъективного благополучия, чувств и механизмов психологической защиты в возрастной группе 17-23 лет, поскольку большинство выявленных нами взаимосвязей совпадает, по сути, с описанными нами выше. Обратимся к корреляционному анализу внутри возрастной группы 24-30 лет.

Таблица 5. Матрица корреляций субъективного благополучия, чувств и механизмов психологической защиты в возрастной группе 24-30 лет (n=50).

Статистически значимые корреляции	Коэффициенты корреляции
Астенические чувства и субъективное благополучие	0,40**
Сближающие чувства и субъективное благополучие	0,3 *
Гедонические чувства и субъективное благополучие	-0,39**
Астенические чувства и регрессия	0,31*
Астенические чувства и компенсация	0,32*
Субъективное благополучие и вытеснение	0,28*
Меланхолические чувства и компенсация	0,41

*Примечание: где * – уровень значимости 0,05, ** – 0,01, *** – 0.001.*

Полученные показатели в старшей возрастной группе позволяют утверждать, что уровень субъективного благополучия напрямую зависит от чувства удовольствия, удовлетворения, эмоциональной выносливости, работоспособности, эмоциональной

устойчивости, принятия и доверия к значимому окружению. Если вытесняются неприемлемые для личности и вызывающие тревогу желания, мысли, чувства, тем менее комфортно она себя ощущает. Склонность заменять решение сложных задач более простыми и доступными в сложившихся ситуациях и стремление преодолевать фрустрирующие обстоятельства сверхудовлетворением в других сферах жизнедеятельности приводит к депрессивным переживаниям, повышенной утомляемости и эмоциональной нестабильности.

Выводы

Подводя итоги эмпирического исследования, можно заключить, что специалисты гуманитарной направленности, лица женского пола и более старшая возрастная группа наделены большими способностями реалистично и конструктивно решать проблемы, обусловленные внешними обстоятельствами и особенно – внутренними конфликтами и потребностями. Респонденты с доминирующими положительными эмоциональными состояниями, в отличие от респондентов с доминирующими отрицательными эмоциональными состояниями, формируют положительное субъективное отношение к жизни. Последние приводят к реализации адаптивного поведения, направленного на устранение источника физического или психологического дискомфорта.

Система взаимоотношений может служить детерминирующим фактором субъективного благополучия применительно к значимым видам и сферам общения, которые меняются в зависимости от многих обстоятельств (уровня социальной зрелости, психофизиологических особенностей, образования, возраста, пола и пр.).

Список литературы

1. Духновский С.В. Диагностика межличностных отношений. Психологический практикум. – СПб.: Речь, 2009. – 141 с.
2. Куликов Л.В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2004. – 464 с.
3. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. – Ереван: Издательство АН Армянской ССР, 1988. – 69 с.
4. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., Изд-во Института Психотерапии. 2002. – 490с.
5. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия личности. – Саратов: Изд-во Саратов. гос. ун-та, 2004. – 180 с.

Рецензенты:

Шамяонов Р.М. д.псх.н., профессор, заведующий кафедрой психологии образования ФГБОУ ВПО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского», г. Саратов.

Григорьева М.В. д.псх.н., доцент, профессор кафедры психологии образования ФГБОУ ВПО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского», г. Саратов.