

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2022, №3, Том 10 / 2022, No 3, Vol 10 <https://mir-nauki.com/issue-3-2022.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN322.pdf>

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Котова, Е. В. Гендерные различия психологических защит в юношеском возрасте / Е. В. Котова,

О. И. Титова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2022. — Т. 10. — № 3. — URL:

<https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN322.pdf>

**For citation:**

Kotova E.V., Titova O.I. Gender differences in psychological defenses in adolescence. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 10(3): 63PSMN322. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN322.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

УДК 159.99

ГРНТИ 15.81.99

### Котова Елена Владиславовна

ФГБОУ ИВО «Московский государственный гуманитарно-экономический университет», Москва, Россия

Доцент

Кандидат психологических наук, доцент

E-mail: [kotova.elena2014@mail.ru](mailto:kotova.elena2014@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2436-5325>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=354214](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=354214)

### Титова Ольга Ивановна

ФГБОУ ВО «Красноярский государственный педагогический университет имени В.П. Астафьева», Красноярск, Россия

Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации

Доцент

Кандидат психологических наук, доцент

E-mail: [944058@mail.ru](mailto:944058@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9983-6144>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=219085](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=219085)

## Гендерные различия психологических защит в юношеском возрасте

**Аннотация.** На протяжении всей жизни практически каждый человек сталкивается с различными событиями, или попадает в ситуации, субъективно переживаемые им как трудные, нарушающие привычный ход жизни, зачастую меняющие то, как человек воспринимает окружающий мир и свое место в нем. В статье рассмотрены вопросы гендерных различий психологических защит в юношеском возрасте. Проведен развернутый анализ защитных механизмов у юношей и девушек в возрастной группе от 18 до 22 лет. И для юношей, и для девушек характерен защитный механизм замещения, с помощью которого из сознания вытесняется неприемлемая или занижающая самооценку информация. Следовательно, необходимо работать над формированием эффективных защитных стратегий, над самооценкой, сделать ее более адекватной, менее зависимой от мнения окружающих.

**Ключевые слова:** гендерные различия; психологические защиты; юноши; девушки; уровень невротизации; преобладающие копинг-механизмы; замещение как защитный механизм

## Введение

Изучением проблемы психологических защит занимались многие психологи, врачи, психотерапевты [1–5]. Это свидетельствует о большом интересе к данной теме, актуальность которой на сегодняшний день не вызывает сомнения. Мы живем в современном мире — мире высоких технологий и открытий. Высокий ритм жизни, изменяющаяся окружающая среда, глобальные проблемы, да и просто ежедневные неудобства все это оказывает огромное влияние на жизнь, организм и главным образом на психику человека.

Ежедневно каждый из нас подвергается стрессовым воздействиям, поэтому любому человеку необходимо иметь индивидуальные способы защиты от стресса. Часть из них является врожденной, остальные же приобретаются в течение жизни. Приобретаются спонтанно и бессознательно, либо человек сознательно-волевым способом вырабатывает у себя механизмы поведения, помогающие ему справиться со стрессовой ситуацией. Безусловно, в этом ему необходима помощь психолога, который поможет выявить, осознать и трансформировать неэффективные способы действия в сложной ситуации в продуктивное копинг-поведение [6].

В последние десятилетия предпринимаются попытки объединить в единое целое защитные механизмы и копинг-механизмы. При постановке психотерапевтических задач, такое объединение адаптивных реакций личности представляется полезным и целесообразным, так как механизмы приспособления личности к психологическому стрессу чрезвычайно многообразны — от активных гибких и конструктивных, до пассивных, ригидных и дезадаптивных механизмов психологической защиты [7].

Цель работы — выявить гендерные различия в функционировании механизмов психологической защиты у лиц юношеского возраста.

Исследование было проведено в г. Красноярске. Экспериментальную выборку составили нормотипичные испытуемые в количестве 36 человек в возрасте от 18 до 22 лет. Были исследованы 18 юношей и 18 девушек.

В исследовании были применены следующие методики: стандартизированный многофакторный метод исследования личности (СМИЛ) для выявления выраженных черт характера и степени адаптированности обследуемого [8; 9]; методика для психологической диагностики механизмов психологических защит «Индекс жизненного стиля» (ИЖС); методика, предназначенная для определения уровня невротизации (УН). Опросник СМИЛ представляет собой сокращенный вариант ММРІ, содержит 377 вопросов. 3 из 11 шкал оценивают искренность испытуемого, степень достоверности результатов тестирования и величину коррекции, вносимую контролем испытуемого во время тестирования. Результаты теста переводятся в Т-баллы и оцениваются следующим образом: показатели от 40 до 60 Т-баллов являются среднестатистической нормой, в промежутке от 60 до 70 Т-баллов выявляются акцентуированные черты личности, к очень высоким показателям опросника отнесены значения выше 70 Т-баллов.

Методика «Индекс жизненного стиля» (ИЖС) базируется на психодиагностической системе Келлермана-Плутчика, в которой детерминированы личностная диспозиция, переживаемые эмоции и реализуемые стратегии защитного поведения [11]. Используется для выявления уровня функционирования психологических защит, степени напряженности каждой из них, преобладающего механизма борьбы со стрессом.

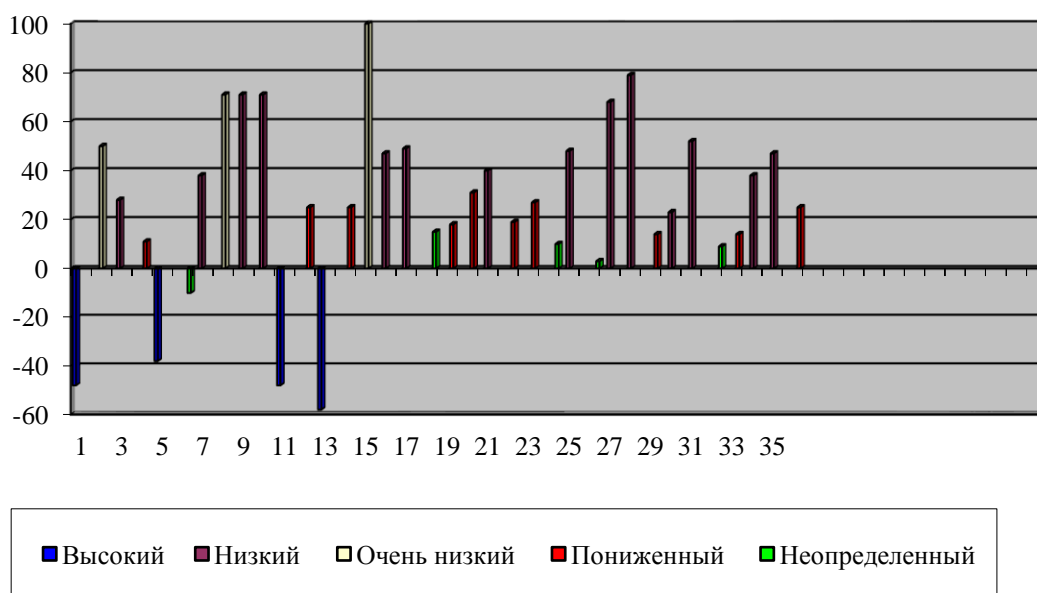
Первичная обработка представляет собой подсчет баллов по каждому из восьми механизмов защит. Затем эти (сырые) баллы переводятся в нормативные единицы.

Методика «Уровень невротизации» направлена на выявление степени выраженности невротизации. Обработка полученных результатов проводится с помощью ключей с учетом

пола испытуемого. Алгебраическая сумма положительных и отрицательных ответов по шкале невротизации и психопатизации соответственно является итоговым показателем уровня невротизации и психопатизации. Отрицательная величина коэффициента свидетельствует за патологию, а положительная против. Оценки, не выходящие за пределы +10 по шкале невротизации и +5 по шкале психопатизации, попадают в зону неопределенного диагноза. Если оценка выходит за эти пределы, то может быть принято соответствующее диагностическое решение. При этом, чем больше абсолютное значение итоговой оценки, тем дальше данный испытуемый находится от границ, разделяющих дифференцируемые группы.

### Результаты и их обсуждение

В рисунках 1–3 представлены результаты обработки полученных данных. При проведении методики, для определения уровня невротизации (УН) мы получили следующие данные, которые представлены на рисунке 1.



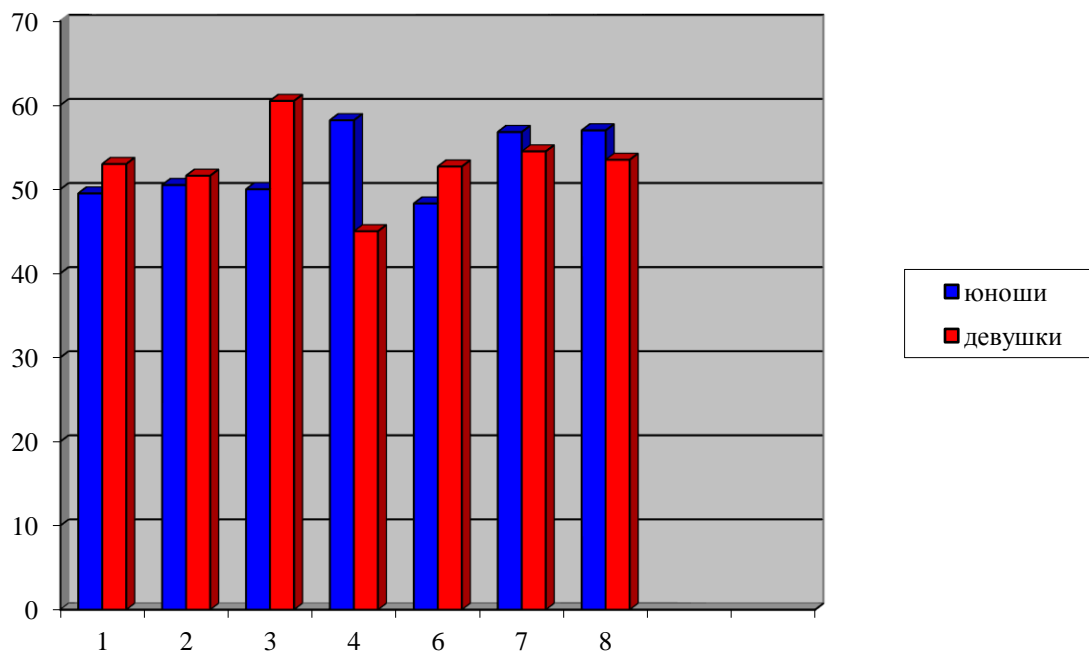
**Рисунок 1.** Уровень невротизации (по вертикали — Уровень невротизации (в баллах), по горизонтали — испытуемые (составлено авторами))

При проведении методики СМИЛ для выявления выраженных черт характера и степени адаптированности обследуемых респондентов мы получили следующие данные, которые представлены на рисунке 2.

При проведении методики для психологической диагностики механизмов психологических защит «Индекс жизненного стиля» (ИЖС) мы получили следующие данные, которые представлены на рисунке 3.

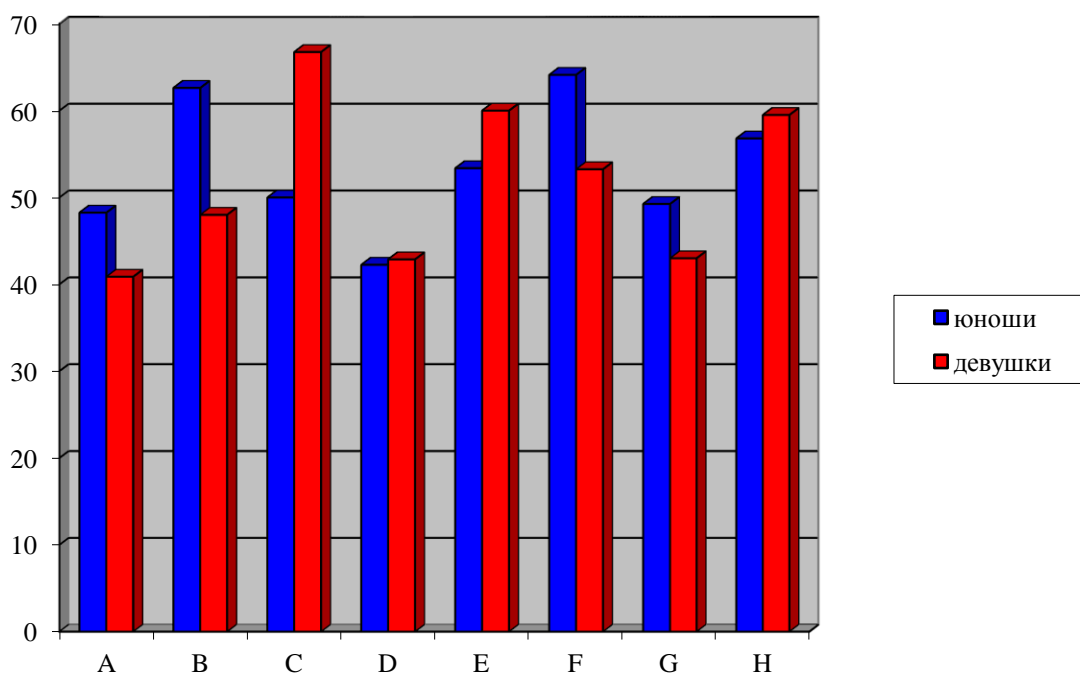
По результатам исследования студентов в возрасте от 18 до 22 лет выявлено, что у них преобладают такие механизмы психологической защиты как: «замещение», «вытеснение», «регрессия», «реактивные образования».

По половому признаку у юношей преобладает психологическая защита замещение (F), которая составляет 64,12 %, что на 10,87 % выше, чем у девушек. На втором месте находится вытеснение (B) («вытеснение» опасно тем, что может явиться причиной неврозов, депрессии, психических отклонений) — 62,62 %, уровень защиты на 14,62 % выше, чем у девушек.



По вертикали — T-баллы, по горизонтали — название шкал: 1 — шкала невротического сверхконтроля (ипохондрии); 2 — шкала пессимистичности (депрессии); 3 — шкала эмоциональной лабильности (истерии); 4 — шкала импульсивности (психопатии); 6 — шкала ригидности (паранойи); 7 — тревожности (психастении); 8 — шкала индивидуалистичности (шизофрении)

**Рисунок 2.** Данные психологического тестирования девушек и юношей по опроснику СМИЛ (составлено авторами)



По вертикали — проценты, по горизонтали — виды психологических защит: А — отрицание; В — вытеснение; С — регрессия; D — компенсация; E — проекция; F — замещение; G — интеллектуализация; H — реактивные образования

**Рисунок 3.** Выраженность психологических защит у девушек и юношей по методике «Индекс жизненного стиля» (составлено авторами)

Затем защита реактивные образования (Н), которая составляет 56,8 % у юношей, что на 2,7 % ниже, чем у девушек. У девушек преобладает защитный механизм регрессия (С), уровень функционирования которого на 16,75 % выше, чем у юношей, затем проекция (Е), уровень выше на 6,63 %, уровень реактивных образований (Н) выше на 2,7 и составляет 58,5 %.

В исследованиях под руководством Л.И. Вассермана уже было выявлено, что у здоровых людей наблюдаются такие механизмы психологической защиты, как «отрицание» и «интеллектуализация». Данные механизмы являются наиболее адекватными и присущи адаптивным людям. Например, больные люди характеризуются следующим набором механизмов психологической защиты: «замещение», «проекция», «вытеснение». Эти механизмы являются наименее адаптивными, затрагивают неосознание внутриличностных проблем и не позволяют справиться с возникшими проблемами [3].

Также были получены результаты показывающие, что у респондентов преобладают психологические защиты: «вытеснение» и «реактивные образования». «Вытеснение» чаще встречается у юношей, чем у девушек. «Реактивные образования» чаще встречаются у девушек чаще, чем у юношей. Как было сказано выше «вытеснение» и «реактивные образования» в основном встречаются у людей с различными отклонениями. Студенты, показавшие такие результаты, нуждаются в дальнейшем исследовании причин таких механизмов защиты.

По результатам теста «Уровень невротизации» выборка была разбита на две группы: первая с высокими и очень высокими показателями, вторая с пониженными, низкими и очень низкими показателями.

При анализе первой группы испытуемых (с высоким уровнем невротизации) было обнаружено следующее:

- у всех испытуемых регрессия является одной из преобладающих защит (с высоким уровнем ее функционирования);
- по результатам СМИЛ было обнаружено, что в первой группе у всех испытуемых повышены (более 60 Т-баллов) седьмая шкала (тревожности) и вторая шкала (пессимистичности). То есть профиль психоастенического типа. В стрессе — склонность к блокировке активности, подчинении лидирующей личности. У троих выше 70 Т-баллов третья шкала (эмоциональной лабильности). В двух профилях она является основным пиком. В ситуации стресса лицам с высокой третьей шкалой свойственны выраженные вегетативные реакции и трансформация психологической тревоги в функциональные нарушения, что создает почву для психосоматических расстройств.

Таким образом, высокий уровень невротизации (УН) сопровождается напряжением механизмов психологической защиты и соматизацией. Здесь мы видим связь с результатами теста СМИЛ (повышение второй — пессимистичность и третьей тревожность шкал). Так же можно сделать предварительный вывод о том, что такие психологические защиты как регрессия приводят к невротизации.

У девушек были выявлены такие особенности. Эмоциональная лабильность. Преобладание эмоций над рациональностью. Яркость эмоциональных проявлений при некоторой поверхности переживания. Неустойчивая самооценка, которая зависит от мнения значимого окружения. Для таких людей характерна способность к легкой вживаемости в разные социальные роли. Им необходима возможность самодемонстрации. Снятие тревоги происходит либо посредством отреагирования во вне демонстрацией эмоциональных реакций, излишняя драматизация ситуации, либо через трансформацию психологического напряжения в соматические расстройства, что подтверждается корреляцией между высоким уровнем

невротизации и соматическими проявлениями и жалобами на здоровье. Девушки более озабочены состоянием своего здоровья. Поэтому, целесообразным было бы начать работу с ними с формирования эмоциональных копинг-стратегий, например таких как, выработка и сохранение самообладания (подавление чувств неадекватных ситуации), эмоционального равновесия. Механизмы самоконтроля связаны с реалистическим восприятием себя, своих недостатков. Техники эмоционального самоконтроля пластичны и приспособлены к ситуации, они должны заменить ригидные неадекватные защиты. Когнитивные копинг-механизмы в первую очередь будут учитывать целостность ситуации, содержание прошлого опыта. После этого нужно переходить непосредственно к обучению, к практическому опробованию новых продуктивных механизмов поведения (поведенческий копинг). Так как они имеют склонность к перевоплощению, в работе с ними можно попробовать спроектировать и применить психологическую игру, в которой каждый будет «одевать» на себя определенную маску, играть роль, через которую можно попробовать другой, к примеру, противоположный реальному способ поведения. И именно через него человек сможет открыть вариативность поведения, сможет понять как можно вести себя иначе в той же ситуации.

У юношей была выявлена выраженная импульсивность. Активная жизненная позиция, преобладание мотивации достижения, высокая поисковая активность и быстрота в принятии решения. Но, чем более незрелая личность, тем вероятнее риск проявления спонтанной активности, реализации сиюминутных побуждений вопреки здравому смыслу, агрессивность, которая имеет выражение в механизме замещения, преобладающем у юношей. Также для них характерна нетерпеливость, склонность к риску, непосредственность и стремление к независимости. Такие личности не переносят монотонную однообразную работу. Если юноша сдерживает свои негативные эмоции и переживания, это переводит к соматизации. Выработывая новое поведение нужно научить человека выражать свои чувства, не держать в себе негативные переживания. Ведь многие юноши с детства воспитываются сдержанными и черствыми. Они не знают, что такое плач или выражение каких-то других чувств. Задача психолога здесь — научить человека чувствовать себя, позволить себе расслабиться, научить выражать свой внутренний мир. Если речь идет об эмоциональной разрядке, то она должна быть социально приемлема, т. е. здесь нужно переработать непродуктивную психологическую защиту — замещение в новый адекватный ситуации способ поведения. Например, агрессию можно выразить в каком-нибудь виде спорта, либо направить деструктивную энергию на неживой объект, в конце концов, в творческий процесс. Нетерпеливость, склонность к риску и импульсивному поведению можно попробовать преодолеть с помощью когнитивной переработки. Проблемный анализ своего состояния и ситуации, сохранение самообладания, построение вариативного плана действий, взвешенный подход к принятию решения и т. д. И для юношей и для девушек характерен защитный механизм замещения, с помощью которого из сознания вытесняется неприемлемая или занижающая самооценку информация. Следовательно, необходимо работать и над самооценкой, сделать ее более адекватной, менее зависимой от мнения окружающих.

### Основные выводы

По результатам исследования студентов в возрасте от 18 до 22 лет выявлено, что у них преобладают такие механизмы психологической защиты как: «замещение», «вытеснение», «регрессия», «реактивные образования».

Также были получены результаты показывающие, что у студентов преобладают: «вытеснение» и «реактивные образования». «Вытеснение» чаще встречается у юношей, чем у девушек. «Реактивные образования» чаще встречаются у девушек чаще, чем у юношей. Как было сказано выше «вытеснение» и «реактивные образования» в основном встречаются у



людей с различными отклонениями. Студенты, показавшие такие результаты, нуждаются в дальнейшем исследовании причин таких механизмов защиты.

Таким образом, высокий уровень невротизации (УН) сопровождается напряжением механизмов психологической защиты и соматизацией. Здесь мы видим связь с результатами теста СМИЛ (повышение второй — пессимистичность и третьей тревожность шкал). Так же можно сделать предварительный вывод о том, что такие психологические защиты как регрессия приводят к невротизации. У девушек были выявлены такие особенности. Эмоциональная лабильность. Преобладание эмоций над рациональностью. Яркость эмоциональных проявлений при некоторой поверхности переживания. Неустойчивая самооценка, которая зависит от мнения значимого окружения.

У юношей была выявлена выраженная импульсивность. Также для них характерна нетерпеливость, склонность к риску, непосредственность и стремление к независимости. Такие личности не переносят монотонную однообразную работу.

И для юношей, и для девушек характерен защитный механизм замещения, с помощью которого из сознания вытесняется неприемлемая или занижающая самооценку информация. Следовательно, необходимо работать над формированием эффективных защитных стратегий, над самооценкой, сделать ее более адекватной, менее зависимой от мнения окружающих.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Бассин, Ф.В. О силе Я и психологической защите. / Ф.В. Бассин. — М., 1969. С. 62–84.
2. Василюк, Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). / Ф.Е. Василюк. — М., 1984. — 45 с.
3. Гончарова, Е.В. Взаимосвязь защитно-совладающего поведения с проявлением зависти у студентов разного профиля обучения / Е.В. Гончарова, Ю.С. Боева // Мир науки. Педагогика и психология. — 2021. — Т. 9. — № 5. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/09PSMN521.pdf> DOI: 10.15862/09PSMN521.
4. Котова Е.В., Павлов Д.С. Формирование конструктивных «копинг-стратегий» студентов инклюзивного вуза // Инвалид в обществе XXI века. сборник трудов II Всероссийской научно-практической конференции. Москва, 2021. с. 56–59.
5. Максименкова Л.И., Гучкова Т.Н. Специфика механизмов психологической защиты и копинг-стратегий у девиантных подростков // Мир науки. Педагогика и психология. — 2020 № 2. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/88PSMN220.pdf>.
6. Титова О.И., Таусинова О.К. Бинарный или небинарный: подходы к классификации гендера на разных этапах развития психологического знания // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2020 Т. 9 № 6А. С. 170–185. DOI: 10.34670/AR.2020.73.95.026.
7. Cretella M.A., Rosik C.H., Howsepian A.A. Sex and gender are distinct variables critical to health: Comment on Hyde, Bigler, Joel, Tate, and van Anders // Am Psychol. 2019 Vol. 74(7). P. 842–844. DOI: 10.1037/amp0000524.
8. Собчик, Л.Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМИЛ. — СПб.: Речь, 2000 — 219 с.

9. Собчик Л.Н. Стандартизированное многофакторное исследование личности — СМЛЛ. — М.: Речь. 2021. — 192 с.
10. Баляев С.И., Морозова Н.Н., Никишов С.Н. Особенности копинг-поведения инженеров с различным уровнем локуса контроля // Мир науки. Педагогика и психология. — 2021 № 1. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/34PSMN121.pdf>.
11. Вассерман, Л.И. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. / Л.И. Вассерман, О.Ф. Ерышев, Е.Б. Клубова — СПб, 2005. — 55 с.
12. Усенко А.Р. Показатель тревожности в юношеском возрасте Развитие современной науки: тенденции, проблемы, перспективы. Материалы Международной (заочной) научно-практической конференции. Под общей редакцией А.И. Вострецова. 2020. — С. 380–384.
13. Павлов Д.С., Котова Е.В., Особенности копинг-стратегий поведения подростков // Современное состояние и перспективы развития субъекта деятельности: материалы международной научно-практической конференции. — М.: МГГЭУ, 2019. — С.143–152.
14. Безкорвайный А.С. Просветительно-образовательные проекты для людей с разными образовательными потребностями // Актуальные проблемы психологии и педагогики инклюзивного образования: материалы Всероссийской научно-практической конференции. — М.: МГГЭУ, 2020. — С. 21–25.
15. Гамова С.Н., Красова Т.Д., Чуйкова Ж.В. Научные подходы к изучению психологической безопасности в отечественных и зарубежных исследованиях // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 № 4, <https://mir-nauki.com/PDF/30PDMN420.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ. DOI: 10.15862/30PDMN420.



**Kotova Elena Vladislavovna**

Moscow State University of Humanities and Economics, Moscow, Russia

E-mail: [kotova.elena2014@mail.ru](mailto:kotova.elena2014@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2436-5325>

RSCI: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=354214](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=354214)

**Titova Olga Ivanovna**

Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafyev, Krasnoyarsk, Russia

Siberian Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation

E-mail: [944058@mail.ru](mailto:944058@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9983-6144>

RSCI: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=219085](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=219085)

## Gender differences in psychological defenses in adolescence

**Abstract.** Throughout life almost everyone faces different events or gets into situations that are subjectively experienced as difficult, disturbing the usual course of life, often changing the way a person perceives the world around them and their place in it. The article deals with the issues of gender differences in psychological defenses in adolescence. The detailed analysis of protective mechanisms in young men and girls in the age group from 18 to 22 years old was carried out. Both boys and girls are characterized by a protective mechanism of substitution, through which unacceptable or self-esteem-depressing information is displaced from consciousness. Consequently, it is necessary to work on formation of effective protective strategies, on self-esteem, to make it more adequate, less dependent on the opinion of others.

**Keywords:** gender differences; psychological protections; boys; girls; neuroticization level; predominant coping mechanisms; substitution as a protective mechanism