

УДК 159.9

П.Н. Ермаков, Е.Е. Белоусова

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ОСМЫСЛЕННОСТИ ЖИЗНИ

В период юношества, на этапе становления личностных структур, молодые люди значительную часть времени проводят в интернете, в особенности в социальных сетях. Именно там реализуется общение, формируются группы по интересам, транслируются и претерпевают изменения ценности. Тем самым актуальным становится вопрос о способах защиты от разнородного контента в Сети с опорой личности на собственные смыслы. Проведено исследование механизмов психологической защиты у 85 юношей и девушек в возрасте 18-24 лет (30,6 % женщин, $M_{age}=22,5$; 69,4 % мужчин, $M_{age}=21,5$) – пользователей социальных сетей с разным уровнем осмысленности жизни. Применялись тест-опросник Плутчика–Келлермана–Конте для диагностики механизмов психологической защиты, тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

По результатам применения критерия Пирсона χ^2 установлено, что с повышением уровня осмысленности жизни увеличивается арсенал механизмов психологической защиты личности и заметно усиливается их выраженность. У респондентов с высоким уровнем осмысленности преобладают рационализация, гиперкомпенсация, проекция; со средним уровнем осмысленности – вытеснение, регрессия, компенсация; с низким уровнем осмысленности – регрессия, отрицание, рационализация. С помощью корреляционного анализа по Спирмену выявлено, что с повышением осмысленности жизни понижается актуализация психологических защит «замещение» (перенос реакции с одного объекта на другой) и «регрессия» (возврат к более ранним моделям поведения), снижается общая напряженность защит.

Ключевые слова: осмысленность жизни, смысложизненные ориентации, механизмы психологической защиты, социальные сети.

DOI: 10.35634/2412-9550-2021-31-4-406-415

Введение

На современном этапе технического развития трудно переоценить влияние социальных сетей на жизнь общества. Согласно данным статистических платформ, в начале 2021 года в России количество аккаунтов пользователей социальных сетей достигало отметки в 99 млн (с учетом дублирующих аккаунтов), рост аудитории за прошлый год составил 4,8 миллиона (5,1 %) [45]. Такие внушительные цифры говорят о неослабевающем интересе населения к взаимодействию в интернет-среде. Растущая вовлеченность в виртуальный мир обусловлена многими факторами: широкими возможностями для общения, рекламы и продвижения товаров и услуг, развитой индустрией развлечений, доступом к образовательному контенту и совершенствующимся удобным функционалом. Особенно погруженность в мир социальных сетей характерна для молодого поколения как для наиболее гибкого и приспособляющегося. Процесс трансформации жизненных реалий молодых людей и перехода их в смешанную реальность не остался незамеченным в научной среде и получил название цифровой социализации (Т.Д. Марцинковская, 2012; С.В. Молчанов, О.В. Алмазова, А.Е. Войскунский, Н.Н. Поскребышева, 2018; Г.В. Солдатова, О.И. Теславская, 2018).

Как утверждают исследователи со времен Э. Эриксона, юношеский возраст характеризуется интенсивностью протекания процесса формирования идентичности, в результате которого человек осознает целостность своего существования, уникальность своего «Я», свою принадлежность к референтным социальным группам, смысл жизни [30]. И если в более ранних исследованиях временным промежутком становления идентичности считался возраст 17–20 лет, то согласно современным научным воззрениям этот диапазон расширяется, захватывая возраст вплоть до 25 лет [10; 24]. Идентичность как ядро личности тесно связана с ее ценностно-смысловой системой [26; 31]. К. Юнг полагал, что в контексте формирования идентичности смысл проявляется в развитии скрытых, подавленных и ранее существовавших лишь в потенциальном измерении сторон личности [31]. К.В. Карпинский сформулировал следующее теоретическое положение: «В процессах порождения идентичности смыслу жизни отведена роль идентификатора – своеобразного внутреннего критерия, по которому личность производит операции сравнения, отождествления и противопоставления в системах отно-

шений «Я – не Я» и «Я – Мы – Они», то есть соотносит себя с самой собой, а также с другими людьми и социальными общностями» [12. С. 2].

Идеи А. Антоновского о смысле жизни в изложении Н.Г. Гаевской облекаются в такую форму: смысл обнаруживается в равнодушии к происходящему вокруг, перспективном целеполагании, принятии мира таким, какой он есть. В ценностно-смысловой сфере содержатся ответы на вопросы: «что важно для меня?»; «что несет в себе ценность?»; «что я наделяю смыслом?» [4].

Понятие смысла детально разработано в концепции Д.А. Леонтьева, воплотившего свои представления о смысле в опроснике «Тест смысложизненных ориентаций», который демонстрирует осмысленность жизни в прошлом, настоящем и будущем, а также то, кому человек приписывает ответственность за события своей жизни («я являюсь причиной жизненных событий» или «другие, мир, случай являются причиной жизненных событий», т. е. внутренний и внешний локус контроля) [16]. Смысложизненные ориентации – это целостная система сознательных и избирательных связей, демонстрирующих общую направленность личности, ее цели и удовлетворенность прошлым и настоящим опытом, осмысленность совершаемых выборов и понимание личностью ответственности за свою жизнь и ее течение [5].

Д.А. Леонтьев трактует смысл жизни и его составляющие как регуляторы поведения человека, особую роль выделяя фактору осмысленности жизни [16]. Осмысленной жизнью является такая жизнь, которая существует не сама по себе, а в системе связей с жизнями других людей и событиями «внешнего» мира. Жизнь целостная и связанная, если опираться на разработанное А. Антоновским понятие чувства связности [4]. «Заряжаемый» внутренним смыслом человек воздействует на мир, преобразуя и упорядочивая его в соответствии с его смысловой логикой. Жизнь, лишённая смысла, изолирована; в ней нет места значимым связям с миром других, выхода за рамки существующих в настоящем нужд, планированию самостоятельно поставленных целей, продиктованных устремлениями и осознанными возможностями [16].

Как пишут Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев, количество таких связей и степень их структурированности являются показателями развития личности: имея большое число упорядоченных отношений, человеку проще конструировать собственную жизнь во всей ее индивидуальной красоте, адаптироваться в условиях экстремальных, кризисных ситуаций. Переживание экзистенциального вакуума, утраты смысла жизни, ощущения пустоты сигнализирует о сбое в отношениях «Я-мир» [20]. По Д.А. Леонтьеву, осмысленность проявляется также в том, насколько человек умеет слышать себя и контактировать с собой и другими, чувствует себя вписанным в референтные социальные группы. Чем лучше налажены эти связи, тем более осмысленную жизнь ведет человек [15].

В вопросе поддержания идентичности ряд авторов (В.А. Крысько, 2006; О.И. Дреев, Д.Ю. Крупнов, С.В. Дреева, 2016) рассматривает, помимо осмысленности жизни, роль психологических защит и выделяет уровни и формы защитных механизмов, сохраняющих положительный образ «Мы» [9; 14]. Такой точке зрения противостоит модель А.С. Waterman, предполагающая, что при активизации механизмов психологической защиты личность отказывается замечать происходящие изменения, что ведет к возникновению кризиса идентичности [44].

В психологии нет однозначного мнения относительно роли механизмов психологической защиты. А. Фрейд полагала, что каждому возрастному этапу присущ специфический репертуар защитных механизмов. На долю подросткового и юношеского возраста, по ее мнению, приходится наибольшая активность защит, вызванная усилением импульсов «Ид» [27]. Современные исследования системы психологических защит, с которыми можно познакомиться в работах Р.М. Грановской, А. Данилина, И. Данилиной, Е.С. Романовой и др., демонстрируют разные мнения касательно представленности тех или иных защитных механизмов, однако пересекаются в признании подросткового и юношеского возраста периодом наиболее яркого проявления защит [6; 7; 22].

Существует множество определений системы механизмов психологической защиты. В.С. Ротенберг дает такое определение: психологическая защита – это механизмы, поддерживающие целостность сознания [23]. По мнению Р.М. Грановской, механизмы психологической защиты образуют систему, стабилизирующую личность, которая проявляется в устранении или сведении к минимуму отрицательных эмоций, возникающих при критическом несоответствии новой информации существующей картине мира [4]. G. Vaillant понимал под защитными механизмами автоматические саморегулирующиеся процессы, которые уменьшают когнитивные расхождения и минимизируют внезапные изменения во внешней и внутренней реальности путем искажения восприятия угрожающих со-

бытий [43]. Carl Rogers полагал, что при появлении нового опыта, противоречащего опыту существующему или представлениям личности о себе, с целью сохранения структуры самости вступает в действие защита, что является поведенческим ответом организма на угрозу, цель которого – поддерживать нынешнюю структуру самости [25].

Основное назначение системы психологических защит, как пишет Л.Ю. Субботина, заключается в сохранении равновесия между личностью и средой, уменьшении тревоги и напряжения от осознания и переживания конфликта [25]. Защитные механизмы характерны для всех и призваны сохранять гомеостаз, ограждать личность от болезненных переживаний. З. Фрейд считал, что с целью поддержания стабильной самооценки, положительного образа «Я» в бессознательное вытесняются неприемлемые мотивы, травмирующие воспоминания и переживания, которые забываются совсем или замещаются более подходящими [28]. Однако система защит функционирует по-разному: кто-то разрешает противоречия, сохраняя личностное равновесие и устойчивость, а кто-то склонен отстраняться от реальности и выбирать неадаптивные способы приспособления [35].

Существуют разные классификации механизмов психологической защиты. G. Andrews, M. Singh, M. Bond выделили три стиля защиты: *зрелые, невротические и незрелые*. Зрелые защиты подразумевают под собой нормальные и адаптивные методы совладания, в то время как незрелый и невротический стили являются дисфункциональными и неадаптивными стратегиями, дестабилизирующими систему [33].

А. Фрейд перечислила 10 механизмов защиты, которые, как она полагала, способствуют развитию адапционных возможностей личности, поддерживая баланс между «Ид», «Эго» и «СуперЭго»: отрицание, проекция, обращение против себя, сублимация, регрессия, рационализация, интеллектуализация, реактивная формация, замещение, фантазирование [27].

А. Якубик цитирует H.J. Grzegolowska, понимающую под защитным механизмом «познавательный процесс, который характеризуется нарушением восприятия или преобразования информации в случае сверхоптимальной активации тревожного характера» и выделяющую 2 уровня защиты.

1. Уровень «перцептивной защиты», который заключается в повышении порога чувствительности к неприемлемой или травмирующей информации. К этому уровню относятся вытеснение, подавление, отрицание.

2. Уровень нарушения переработки информации посредством ее переструктурирования, искажения. Действующие механизмы: проекция, изоляция, интеллектуализация, рационализация, реактивное образование, фантазирование [32].

Одной из самых известных современных теорий психологической защиты, на которую мы опираемся в нашем исследовании, является теория Р. Плутчика [42].

Психологическая защита по Р. Плутчику – это «последовательное искажение когнитивной и аффективной составляющих образа реальной ситуации с целью ослабления эмоционального напряжения, угрожающего индивиду в случае, если бы ситуация была отражена в предельно возможном для него соответствии с реальностью» [11]. Р. Плутчиком была предложена структурная модель эмоций и защитных механизмов, в основе которой лежит мысль о том, что механизмы психологической защиты являются производными эмоций. Защиты формируются в онтогенезе для совладания с базовыми эмоциями: радость–печаль, страх–гнев, принятие–отвращение (отвержение), ожидание (предвидение)–удивление [42]. Защитные механизмы, по мнению Р. Плутчика, полярны, как и эмоции. Р. Плутчик совместно с Г. Келлерманом и Х.Р. Контом, называет следующие защиты: вытеснение, регрессия, замещение, отрицание, проекция, компенсация, гиперкомпенсация, рационализация [42].

По мнению многих авторов (Н. Мак-Вильямс, 2015; Ф.Б. Березин, 1988; Р.М. Грановская, 2007; О.В. Нестерова, 2012), защитные механизмы имеют следующие общие свойства: человек реагирует бессознательно, защиты искажают реальность, включаются в конфликтных, фрустрирующих, травмирующих ситуациях, действуя в целях сохранения психического здоровья [2; 6; 17; 19]. Согласно точке зрения Н. Мак-Вильямс, защиты у взрослых представляют собой: «глобальные, закономерные, здоровые, адаптивные способы переживания мира» [17. С. 131].

Разработкой вопроса функционирования и значения механизмов психологической защиты занимались представители психоанализа (З. Фрейд, А. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер, О. Ранк, F. Alexander, S. Bernfeld, H. Hartmann, E. Kris), гуманистической психологии (К. Ясперс, Ж.-П. Сартр, П. Рикер, Э. Фромм, К. Хорни, Г. Салливан, Э. Эриксон), отечественной психологии (Ф.В. Бассин, Р.М. Грановская, Е.Л. Доценко, В.Н. Мясищев, И.М. Никольская, Д.Н. Узнадзе).

Особенностям психологической защиты юношей и девушек посвящены некоторые исследования. А.Н. Михайлюк исследовала различия между группами молодых людей с разным уровнем жизненной позиции по степени напряженности психологических защит [18].

У молодых людей с активной жизненной позицией наблюдается наименьшая напряженность психологических защит, относительно адекватное обращение к психологической защите, представленность зрелых защит (интеллектуализация, компенсация).

У юношей и девушек с квазиактивной позицией выявлен повышенный уровень напряженности и ригидности психологических защит с преобладанием первичных механизмов защиты.

Молодые люди, чья позиция была оценена как пассивная, обращаются к механизмам дефензивной стабилизации. Используемые ими защитные механизмы характеризуют средний уровень их зрелости, но задают жесткие модели поведения, мешающие им выходить за рамки уже существующих не вполне адекватных представлений о себе и социуме [18].

М.А. Besharat, Z. Khajavi выяснили, что взаимосвязь между стилями привязанности и алекситимией может быть частично объяснена действием защитных механизмов личности. Положительные эмоции в детском возрасте в общении с заботящимся лицом обеспечивают людям надежную привязанность с использованием более зрелых защитных механизмов, в то время как негативные эмоции делают неуверенных людей восприимчивыми к использованию более невротических и незрелых защитных механизмов [34].

Исследования J. Bowlby, R. Hershenberg, S. Carrere, В.Н. Bowie свидетельствуют о том, что молодые люди с привязанностью ненадежного типа используют незрелые и невротические механизмы защиты, чтобы противостоять стрессу и блокировать осознание негативных эмоций [36-38].

Т.А. Воронова, С.В. Дубровина, Ю.В. Чепурко исследовали психологические защиты у интернет-зависимой молодежи. Максимально высокая напряженность механизмов психологической защиты была выявлена в группе с высоким уровнем интернет-зависимости, наиболее характерными защитами для которой являются отрицание, замещение, компенсация и регрессия. Также были обнаружены прямые корреляционные связи между интернет-зависимостью и такими защитами, как регрессия, замещение, отрицание; обратные связи – с защитами «компенсация», «проекция» [3].

А.В. Полина, Е.В. Овчарова изучили, что у подростков в трудной жизненной ситуации интенсивнее работают деструктивные механизмы защиты: вытеснение, проекция, отрицание. Для подростков, находящихся в социальных условиях, оцениваемых исследовательницами как благоприятные, характерно использование компенсации и рационализации [21].

О.В. Халитов рассматривал взаимосвязь между механизмами психологической защиты и смысло-жизненными ориентациями сотрудников полиции (средний возраст равен $32 \pm 6,4$ года). Результаты его исследования показали, что низкие показатели по любой из шкал теста СЖО говорят о преобладании защитных механизмов «замещение» и «регрессия», а низкие показатели по шкалам «Цели», «Результат», «Локус контроля-“Я”», «Локус контроля-Жизнь» сообщают о выраженности механизма «проекция» [29].

При том что существуют исследования, направленные дискретно на изучение психологических защит и/или осмысленности жизни у молодых людей, у интернет-аддиктов, существует не так много работ, посвященных рассмотрению взаимосвязи между психологическими защитами и осмысленностью жизни юношей и девушек, активно включенных в мир сетевого взаимодействия.

Организация исследования

Цель исследования: изучить механизмы психологической защиты у юношей и девушек – пользователей социальных сетей с разным уровнем осмысленности жизни.

Гипотезы исследования:

- 1) могут существовать отличия преобладающих защит у респондентов – пользователей социальных сетей – с разным уровнем осмысленности жизни;
- 2) могут наблюдаться взаимосвязи между психологическими защитами и компонентами (шкалами) смысло-жизненных ориентаций.

Задачи исследования:

- 1) определить механизмы психологической защиты респондентов;
- 2) изучить смысло-жизненные ориентации респондентов и выявить уровень осмысленности жизни.

3) выявить механизмы психологической защиты у респондентов с разным уровнем осмысленности жизни;

4) установить корреляционные связи между механизмами психологической защиты и компонентами смысложизненных ориентаций.

Выборка. Выборку составили 85 студентов различных вузов города Ростова-на-Дону в возрастном диапазоне от 18 до 24 лет (30,6 % женщин, $Me_{age}=22,5$; 69,4 % мужчин, $Me_{age}=21,5$).

Методы и методики. Для диагностики вовлеченности респондентов в социальные сети была использована авторская анкета, уточняющая предпочитаемые социальные сети и количество времени, проводимое респондентами в сети (по их оценкам).

Методика «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева позволяет оценить, где лежит источник смысла жизни для человека, а также определить уровень осмысленности жизни (низкий, средний, высокий). Показатель осмысленности жизни вычисляется через суммирование значений следующих шкал методики: «Цель в жизни», «Процессы в жизни», «Результативность жизни», «Локус контроля – “Я”»; «Локус контроля – Жизнь» [16].

Для составления понимания о механизмах психологической защиты, используемых личностью, был использован тест-опросник Плутчика–Келлермана–Конте [42]. Авторы выделяют 8 механизмов психологической защиты и общий уровень напряженности защит, представляющий собой среднее арифметическое выраженности всех механизмов. В тесте представлены следующие психологические защиты: отрицание, вытеснение, регрессия, проекция, замещение, гиперкомпенсация, компенсация, рационализация. Обоснованность результатов подтверждается методами математической статистики: были использованы χ^2 (хи-квадрат, критерий Пирсона) для сравнения двух эмпирических распределений и корреляционный анализ Спирмена.

Результаты и их обсуждение

По результатам ответов 100 % респондентов являются пользователями социальных сетей, в которых проводят от 30 минут до 4 часов в день. Таким образом, можно сделать вывод, что выборку составили юноши и девушки, являющиеся активными пользователями социальных сетей.

Для проверки первой гипотезы на основании обработки результатов методики «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева выборка респондентов была разделена на три группы: с низким, средним и высоким уровнем осмысленности жизни (см. рис.).

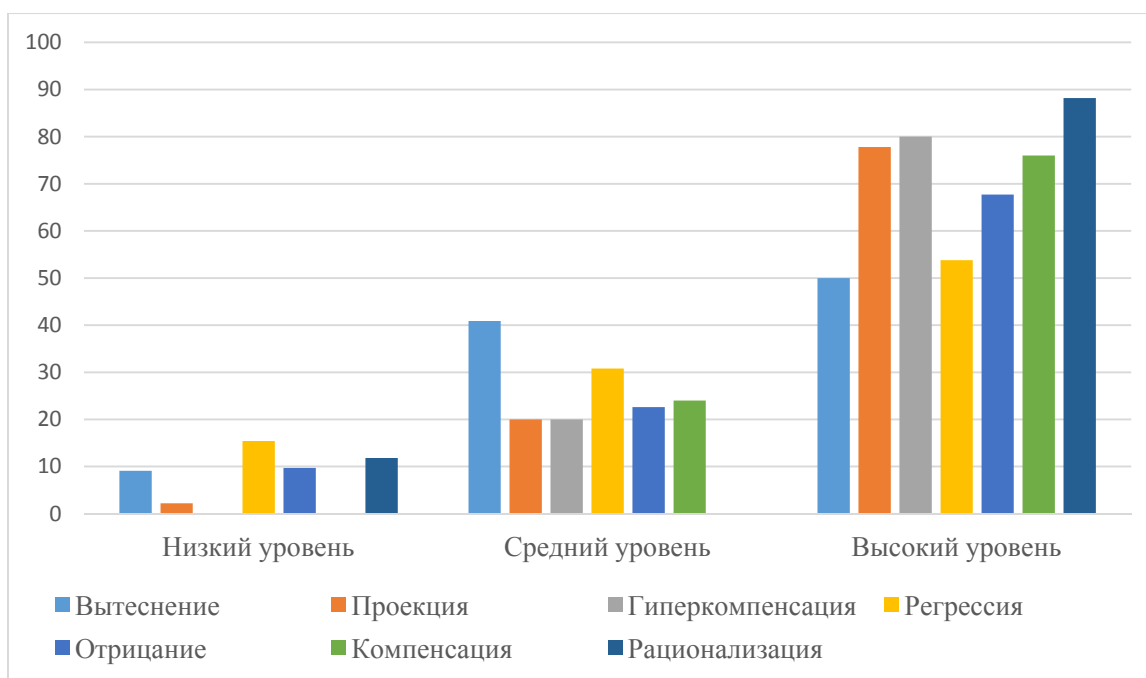


Рис. Механизмы психологической защиты у молодых людей с разным уровнем осмысленности жизни
Примечание. При $\chi^2 = 27,771$, $p \leq 0,01$.

При помощи χ^2 -критерия Пирсона были проанализированы результаты по тест-опроснику Плутчика–Келлермана–Конте, раскрывающие структуру психологических защит для каждой из групп (см. рис.).

Общий анализ результатов, представленных на рисунке, показывает, что для высокого уровня осмысленности жизни характерны высокие проценты представленности механизмов психологической защиты. Для среднего уровня осмысленности жизни наблюдаются средневыраженные проценты выбора механизмов психологической защиты. Исключение составляют данные по механизму «вытеснение», который практически в равных пропорциях представлен и для среднего, и для высокого уровня осмысленности: 40,9 % – для среднего уровня осмысленности, 50,0 % – для высокого уровня осмысленности. Для низкого уровня осмысленности жизни характерны низкие проценты развития механизмов психологической защиты.

Использование χ^2 -критерия Пирсона позволило определить наличие значимых различий ($\chi^2 = 27,771$, $p \leq 0,01$) в представленности механизмов психологической защиты, характерных для респондентов с разным уровнем осмысленности жизни (см. рис.).

Дальнейший анализ диаграммы показывает, что у респондентов с низким уровнем осмысленности жизни ведущими психологическими защитами чаще являются следующие: регрессия (15,4 %), рационализация (11,8 %), отрицание (9,7 %). Менее всего представлена проекция (2,2 %), вообще не используют компенсацию (0%).

Доминирующими защитами респондентов со средним уровнем осмысленности жизни становятся вытеснение (40,9 %), регрессия (30,8 %), компенсация (24 %). Примерно одинаково представлены отрицание (22,6 %), проекция (20 %) и гиперкомпенсация (20 %), вообще не используют рационализацию (0 %).

У респондентов с высоким уровнем осмысленности жизни преобладают рационализация (88,2 %), гиперкомпенсация (80 %), проекция (77,8 %), компенсация (76 %), отрицание (67,7 %), регрессия (53,8 %). Менее всего представлено вытеснение (50 %).

Таким образом, сравнительный анализ механизмов психологической защиты, связанный с уровнем осмысленности жизни, показывает, что для высокого уровня осмысленности жизни доминирующими являются рационализация, гиперкомпенсация, проекция, первые две из которых относятся к более поздним по развитию компенсаторным механизмам и характеризуют скорее конструктивную позицию человека, направленную на поиски возможностей найти приемлемое объяснение или развить противоположные качества.

Для лиц со средним уровнем осмысленности доминирующими являются вытеснение, регрессия, представляющие собой более ранние механизмы, отражающие суть психологической защиты в виде перевода нежелательной информации на бессознательный уровень или переход на более ранние уровни развития.

Еще более выраженной эта тенденция наблюдается для лиц с низким уровнем осмысленности, для которых характерными являются регрессия (преимущественный перевод на более ранние уровни развития или отрицание), а для части – рационализация (как попытка найти некоторые обоснования).

Как видно, молодые люди с разным уровнем осмысленности жизни различаются как по выраженности защит, так и по их количеству, что указывает на неодинаковую способность людей выстраивать психологическую защиту. Если в профиле группы с низким уровнем осмысленности жизни присутствуют пять защит, максимальная выраженность которых не достигает и 20 %, то в арсенале лиц с высоким уровнем осмысленности жизни количество защит увеличивается до семи за счет появления более зрелых защит – компенсации и гиперкомпенсации, а максимальная выраженность защит приближается к отметке 90 %.

В.И. Долгова, О.А. Соболева отмечают такое проявление этой «неодинаковости»: у одних людей, имеющих развитую систему психологической защиты, механизмы срабатывают в ответ на любые несоответствия и препятствия на пути к их цели, у других же, имеющих бреши в защите, приспособительная активность не проявляется даже в критической ситуации [8].

Ф.В. Бассин полагал, что для оценки системы психологической защиты как развитой и нормальной, необходимо обращать внимание на следующие ее характеристики:

1) адекватность защиты (восстановившись после бессознательной реакции, человек способен ее обсуждать);

2) гибкость защиты (широкий используемый репертуар защит);

3) зрелость защиты (интеллектуализация, сублимация, подавление, рационализация, смещение) [1].

Как показывает анализ, по мере повышения осмысленности жизни усложняется и система психологических защит личности.

В соответствии со второй гипотезой исследования было проведено изучение взаимосвязи компонентов смысловых ориентаций и механизмов психологических защит с использованием корреляционного анализа по Спирмену (см. табл.).

Корреляционные связи между смысловыми ориентациями и механизмами психологической защиты

	Замещение	Регрессия	Отрицание	Рационализация	Общая напряженность
Цели в жизни	-0,273**	-0,283**			
Процесс жизни	-0,327**	-0,418**	0,145*	0,172*	-0,222**
Результат жизни	-0,261**	-0,354**	0,185*		-0,151*
Локус контроля – «Я»	-0,274**	-0,311**			-0,149*
Локус контроля – «Жизнь»	-0,363**	-0,382**	0,174*		-0,207**
Осмысленность жизни	-0,265**	-0,372**			-0,159*

Примечание. ** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$

Анализ данных, представленных в таблице, показывает наличие большого количества взаимосвязей, существующих между компонентами смысловых ориентаций. При этом обращает на себя внимание факт, что в основном доминируют отрицательные взаимосвязи (17 значимых взаимосвязей), в то время, как положительных – всего 4. Отрицательные взаимосвязи между всеми шкалами (компонентами) смысловых ориентаций наблюдаются для механизмов психологической защиты «замещение», «регрессия» и «общая напряженность», что в целом является вполне ожидаемым, т.к. показывает значимость процессов смыслопостроения и смыслообразования для реализации жизненной стратегии.

Согласно полученным данным, чем менее осмыслена человеком жизнь (по всем параметрам), тем более выражены психологические защиты «замещение» (перенос реакции с одного объекта на другой) и «регрессия» (возврат к более ранним моделям поведения) и общая напряженность защит. В целом это вполне объяснимо: чем более осмысленно человек относится к целям, процессу и результату своей жизни, себе самому, тем менее могут быть представлены в системе его психологической защиты и имеют значимость одни из ранних механизмов: регрессия и замещение.

Существуют позитивные взаимосвязи между механизмом психологической защиты «отрицание» и компонентами смысловых ориентаций: процесс жизни, результат жизни, локус контроля – «Жизнь». А также между механизмом психологической защиты «рационализация» и компонентом смысловых ориентаций «процесс жизни».

При усилении рационализации – благовидного оправдания своих или чужих действий – возрастает удовлетворенность процессом жизни, а при отрицании – отказе признавать события и факты – растет удовлетворенность процессом, результатом жизни, появляется склонность видеть источником неприятностей в жизни не собственные действия или особенности личности, а судьбу.

Выводы

На сегодняшний день существуют две противоположные точки зрения относительно действия механизмов психологической защиты. Психологи во главе с З. Фрейдом, А. Фрейд, К. Хорни, К. Юнгом рассматривают психологические защиты как условие развития личности, преодоления ею тревоги и эмоциональной напряженности, тогда как представители гуманистического течения, среди которых А. Маслоу, Р. Мэй, В. Франкл, Г. Олпорт, интерпретируют действие защит как искажение реальности, болезненное проявление, фактор, мешающий личностному росту [26-28; 31; 40].

Результаты нашего исследования показывают, что личность современного молодого человека, включенная в мир сетевого взаимодействия, по мере своего развития идущая к осмыслению собственной жизни, приобретает богатый и широко используемый запас механизмов психологической защиты.

Для респондентов с высоким уровнем осмысленности жизни наиболее развитыми являются такие механизмы психологической защиты, как рационализация, гиперкомпенсация, проекция; для респондентов со средним уровнем осмысленности преобладают: вытеснение, регрессия, компенсация; для лиц с низким уровнем осмысленности характерными являются регрессия, отрицание, рационализация.

Выделенные взаимосвязи между механизмами психологической защиты и компонентами смысложизненных ориентаций показывают, что существуют сложные отношения, при которых одни механизмы позитивно связаны с процессами формирования смысложизненных ориентаций, направленных на попытки объяснения или ухода от принятия ситуации или информации; другие же механизмы показывают отрицательные взаимосвязи с компонентами осмысленности жизни.

Вероятно, весь имеющийся репертуар защит может быть применен такой личностью для преодоления барьеров, стоящих на пути к цели, придания своим мотивам и действиям приемлемого характера, устранения из зоны осознания недопустимых мотивов и переоценки уже произошедших событий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бассин Ф.В. О силе «Я» и психологической защите // Вопросы философии. 1969. № 2.
2. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988. 270 с.
3. Воронова Т.А., Дубровина С.В., Чепурко Ю.В. Связь самосознания с психологическими защитами личности как показатель психологического здоровья // Инновационные технологии в фармации: сб. ст. конф. Иркутск, 2018. С. 341–345.
4. Гаевская Л. Г. Инновационный подход А. Антоновского к осмысленности жизни // Психологическая наука и практика: инновации в образовании: сб. ст. конф. Иркутск: Иркутский государственный университет, 2018. С. 69–74.
5. Гончар С.Н. Особенности развития смысложизненных ориентаций современных студентов-первокурсников // Современная психология: сб. ст. конф. Пермь: Меркурий, 2012. С. 17–19.
6. Грановская Р.М. Психологическая защита. СПб.: Речь, 2007. 476 с.
7. Данилин А., Данилина И. Как спасти детей от наркотиков. М.: Центрполиграф, 2001. 328 с.
8. Долгова В.И., Соболева О.А. Формирование конструктивной психологической защиты. Челябинск: Изд-во «А ТОКСО», 2006. 184 с.
9. Дреев О.И., Крупнов Д.Ю., Дреева С.В. Факторы риска внутриличностного конфликта в условиях поликультурного социума (на материалах Республики Северная Осетия – Алания). Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2016. 137 с.
10. Исаева Д.А. Особенности личностной и профессиональной идентичности в юности и ранней взрослости // Вестник Санкт-Петербургского университета. 2013. № 2. С. 78–85.
11. Карвасарский Б.Д. Психотерапия. М.: Медицина, 1985. С. 34.
12. Карпинский К.В. Идентификационная функция смысла жизни // Психологические исследования. 2017. Т. 10, № 55. С. 2.
13. Козлов В.В. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Издание 2-е дополненное и переработанное. М.: Институт психотерапии и клинической психологии, 2018. 720 с.
14. Крысько В.А. Социальная психология: учебник для вузов. СПб.: Питер, 2006. 568 с.
15. Леонтьев Д.А. Специфика осмысленности жизни у различных групп кризисных пациентов // Мир психологии, 2017. № 3 (91). С. 190–201.
16. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентации (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл, 2000. 18 с.
17. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая психодиагностика. М.: Класс, 2015. 592 с.
18. Михайлюк А.Н. Особенности ценностно-смысловой сферы молодых людей – представителей различных молодежных субкультур: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ростов-н/Д, 2012. 23 с.
19. Нестерова О.В. Управление стрессами. М.: МФПУ «Синергия», 2012. 320 с.
20. Осин Е.Н. Смыслоутрата и отчуждение // Культурно-историческая психология. 2007. № 4. С. 68–77.
21. Полина А.В. Особенности проявления механизмов психологической защиты у подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию // Национальная ассоциация ученых. 2020. № 61-4 (61). С. 40–43.
22. Романова Е.С. Психологические защиты современной молодежи с разным уровнем религиозности // Психология, социология и педагогика. 2015. № 11. С. 96–101.
23. Роттенберг В.С. Психологические проблемы психотерапии // Психологический журнал. 1986. Т. 7, № 3. С. 111–118.
24. Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Академия, 2005. 400 с.
25. Субботина Л.Ю. Психология защитного поведения. Ярославль: ЯрГУ, 2006. 220 с.
26. Франкл В. Логотерапия и экзистенциальный анализ. Статьи и лекции (пер. с нем). М.: Альпина нонфикшн, 2018. 342 с.

27. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. М.: Педагогика-Пресс, 1993. 144 с.
28. Фрейд З. Психология бессознательного: сборник произведений. М.: Просвещение, 1990. 448 с.
29. Халитов О.Ф. Взаимосвязь смысло-жизненных ориентаций и методов психологической защиты сотрудников полиции // Международный журнал психологии и педагогики в служебной деятельности. 2020. № 3. С. 117–122.
30. Эриксон Э. Детство и общество / пер. с англ. Изд. 2-е, перераб. и дополн. СПб.: ООО «Речь», 2000. 416 с.
31. Юнг К.Г. Нераскрытая самость / пер. с нем. Е.Б. Глушак, Г.А. Бутузова, М.А. Собоуцкого, О.О. Чистякова. Минск: Попурри, 1998. С. 65–139.
32. Якубик А. Истерия / пер. с польск. М.: Медицина, 1982. 343 с.
33. Andrews G., Singh M., Bond M. The Defense Style Questionnaire // Journal of Nervous and Mental Disease. 1993. Vol. 181, no. 4. P. 246–256.
34. Besharat M.A., Khajavi Z. The relationship between attachment styles and alexithymia: Mediating role of defense mechanism // Asian Journal of Psychiatry. 2013. Vol. 6. P. 571–576.
35. Besharat M.A., Shahidi S. What is the relationship between alexithymia and ego defense styles? A correlational study with Iranian students // Asian Journal of Psychiatry. Vol. 4 (2). P. 145–149.
36. Bowlby J. Attachment and Loss: vol. I. Attachment. New York: Basic Books, 1969. 477 p.
37. Carrere S., Bowie B.H. Like parent, like child: parent and child emotion dysregulation // Archives of Psychiatric Nursing. 2012. Vol. 26, no. 3. P. 23–30.
38. Hershenberg R., Davila J., Yoneda A., Starr L.R., Miller M.R., Stroud C.B. What I like about you: the association between adolescent attachment security and emotional behavior in a relationship promoting context // Journal of Adolescence. 2011. Vol. 34, no. 5. P. 1017–1024.
39. Kobak R.R., Sceery A. Attachment in late adolescence: working models, after regulation and representations of self and others // Child Development. 1988. Vol. 59 (1). P. 135–146.
40. Maslow A.H. Toward a psychology of Being. NY: Van Nostrand, 1968. 240 p.
41. McMahon C., Barnett B., Kowalenko N., Tennant C. Psychological factors associated with persistent postnatal depression: past and current relationships, defense styles and the mediating role of insecure attachment style // Journal of Affective Disorders. 2005. Vol. 84 (1). P. 15–24.
42. Plutchik R., Conte H. Measuring emotions and their derivatives: Personality traits, ego defenses, and coping styles. Contemporary approaches to psychological assessment. NY, 1989. P. 239–269.
43. Vaillant G. Ego mechanisms of defense and personality psychopathology // Journal of Abnormal Psychology. 1994. Vol. 103, no. 1. P. 44–50.
44. Waterman A.S. Identity development from adolescent to adulthood: an extension of theory and review of research // Developmental psychology. 1982. Vol. 18, no. 3. P. 341–358.
45. WebCanape. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.web-canape.ru/business/internet-2017-2018-v-mire-i-v-rossii-statistika-i-trendy/>

Поступила в редакцию 06.11.2021

Ермаков Павел Николаевич, доктор биологических наук, профессор, академик РАО,
заведующий кафедрой психофизиологии и клинической психологии
ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»
344006, Россия, г. Ростов-на-Дону, ул. Большая Садовая, 105/42
E-mail: paver@sfedu.ru

Белоусова Екатерина Евгеньевна, ассистент кафедры «Общая и консультативная психология»
ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет»
344010, Россия, Ростовская обл., г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1
E-mail: Katy-belousova@mail.ru

P.N. Ermakov, E.E. Belousova

PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS OF THE SOCIAL NETWORK USERS WITH DIFFERENT LEVELS OF MEANINGFULNESS OF LIFE

DOI: 10.35634/2412-9550-2021-31-4-406-415

During adolescence, at the stage of formation of personal structures, young people spend a significant part of their time on the Internet, especially in social networks. It is there that communication is realized, interest groups are formed, values are broadcast and undergo changes. Thus, the question of ways to protect against heterogeneous content on the web with the support of the individual on his own meanings becomes relevant. A study of psychological defense mechanisms was conducted in 85 boys and girls aged 18–24 years (30.6 % women, $Me_{age}=22.5$; 69.4 % men, $Me_{age}=21.5$) –

users of social networks with different levels of meaningfulness of life. The Plutchik-Kellerman-Conte test questionnaire was used to diagnose the mechanisms of psychological defense, the test of life orientations by D.A. Leontiev was used as well.

According to the results of the application of the Pearson χ^2 -Criterion, it was found that with an increase in the level of meaningfulness of life, the arsenal of psychological defense mechanisms of the individual increases and their severity noticeably increases. Respondents with a high level of meaningfulness are dominated by Rationalization, Hypercompensation, Projection; with an average level of meaningfulness – Displacement, Regression, Compensation; with a low level of meaningfulness – Regression, Denial, Rationalization. Using the Spearman correlation analysis, it was revealed that with an increase in the meaningfulness of life, the actualization of psychological defenses "Substitution" (transfer of reaction from one object to another) and "Regression" (return to earlier behaviors) decreases, the overall intensity of defenses decreases.

Keywords: meaningfulness of life, life-meaning orientations, psychological defense mechanisms, social networks.

Received 06.11.2021

Ermakov P.N., Doctor of Biology, Professor, Academician of the Russian Academy of Sciences,
Head of the Department of Psychophysiology and Clinical Psychology
Southern Federal University
Bol'shaya Sadovaya st., 105/42, Rostov-on-Don, Russia, 344006
E-mail: paver@sfedu.ru

Belousova E.E., Assistant of the Department of General and Consultative Psychology
Don State Technical University
Gagarina Square, 1, Rostov-on-Don, Russia, 344010
E-mail: Katy-belousova@mail.ru