

Особенности онтогенетической динамики защитно-совладающего поведения

И. В. Карунин, Г. В. Новикова, И. А. Захарова

РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, г. Москва, Россия

АННОТАЦИЯ

Введение: Тема онтогенетической динамики защитных механизмов и копинг-стратегий является наименее изученной областью психологии защитно-совладающего поведения. Детальный и основательный анализ данной области будет способствовать более четкому пониманию способов преодоления стресса и механизмов их формирования в различные возрастные периоды. Понимание возрастных особенностей защитно-совладающего поведения приведет к появлению более эффективных способов психологического консультирования, психотерапии и психокоррекции различных возрастных групп. Подобная индивидуализация терапии станет причиной повышения уровня благополучия как отдельной личности, так и различных социальных групп и общества в целом.

Цель исследования: В данной работе проводится теоретический анализ исследований, посвященных онтогенетическим изменениям совладающего поведения, анализируются защитные психологические механизмы и стратегии преодоления стресса, присущие различным возрастам с целью выявить закономерности возрастной динамики защитно-совладающего поведения и определить его особенности, присущие различным возрастным группам.

Материалы и методы: Исследование осуществлялось посредством теоретико-методологического анализа литературы, посвященной защитно-совладающему поведению в рамках его возрастных изменений. Были применены методы анализа, синтеза, сравнения и обобщения. Материалом для исследования послужили монографии и публикации отечественных и зарубежных авторов, описывающие поперечные и продольные исследования онтогенетической динамики защитно-совладающего поведения. Укажите КАК проводился анализ: какие методы и инструменты использовали авторы, какие исследования анализировали и почему?

Результаты: Отмечены особенности защитно-совладающей сферы личности в различные возрастные периоды. Проанализированы и обобщены сходство и противоречия продольных и поперечных исследований данной сферы. Была предпринята попытка объяснить онтогенетические особенности защитно-совладающего поведения с позиции возрастной психологии. Полученные результаты могут послужить основой для разработки и проведения экспериментальных исследований и приложения их данных в сфере образования, здравоохранения и других областях социальной жизни.

Выводы: Авторы выявили общие закономерности предоставляющие базу для дальнейшего экспериментального изучения заявленной проблемы.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

онтогенез, защитные механизмы, копинг-стратегии, совладающее поведение, возрастная динамика совладающего поведения, механизмы преодоления стресса

Для цитирования: Карунин, И. В., Новикова, Г. В., Захарова, И. А. (2023). Особенности онтогенетической динамики защитно-совладающего поведения. *Журнал Работа и Карьера*, 2(1), 7-15. <https://doi.org/10.56414/jeac.2023.30>

Корреспонденция:
Карунин Илья Васильевич
lucis.exquisitor@mail.ru

Заявление о доступности данных: данные текущего исследования доступны по запросу у корреспондирующего автора.

Поступила: 13.07.2022
Принята после рецензирования: 15.02.2023
Опубликована: 30.03.2023

Copyright: © 2023 Авторы

Конфликт интересов: авторы сообщают об отсутствии конфликта интересов.



Features of the Ontogenetic Dynamics of Protective-Couping Behavior

Ilia V. Karunin, Novikova Galina Viktorovna, Zakharova Irina Alexandrovna

Pirogov Russian National Research Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, Moscow, Russia

ABSTRACT

Introduction: The theme of ontogenetic dynamics of defense mechanisms and coping strategies is one of the least explored areas in the psychology of defense-coping behavior. A detailed and thorough analysis of this area will contribute to a clearer understanding of the ways to overcome stress and the mechanisms of their formation in different age periods. Understanding the age-related features of defense-coping behavior will lead to the emergence of more effective methods of psychological counseling, psychotherapy, and psychocorrection of various age groups. Such individualization of therapy will increase the well-being of both the individual personality and various social groups and society as a whole.

Purpose: This research conducts a theoretical analysis of research dedicated to ontogenetic changes in coping behavior, analyzes protective psychological mechanisms, and strategies for overcoming stress inherent in different ages. The aim is to identify the patterns of age dynamics of defense-coping behavior and to define its characteristics inherent in different age groups.

Materials and Methods: The study was conducted through a theoretical-methodological analysis of literature dedicated to defense-coping behavior within the framework of its age changes. Methods of analysis, synthesis, comparison, and generalization were applied. Monographs and publications of domestic and foreign authors describing cross-sectional and longitudinal studies of the ontogenetic dynamics of defense-coping behavior served as the material for the study.

Results: The characteristics of the defense-coping sphere of personality at different age periods were noted. The similarities and contradictions of longitudinal and cross-sectional studies in this sphere were analyzed and summarized. An attempt was made to explain the ontogenetic features of defense-coping behavior from the perspective of age psychology. The results obtained can serve as a basis for developing and conducting experimental studies and applying their data in the field of education, health care, and other areas of social life.

Conclusion: The authors have identified general patterns that provide a basis for further experimental study of the stated problem.

KEYWORDS

ontogenesis, defense mechanisms, coping strategies, protective-couping behavior, age dynamics of coping behavior, stress coping mechanisms

To cite: Karunin, I. V., Novikova, G. V., Zakharova, I. A. (2023). Features of the ontogenetic dynamics of protective-couping behavior. *Journal of Employment and Career*, 2(1), 7-15. <https://doi.org/10.56414/jjec.2023.30>

Correspondence:

Ilia V. Karunin
lucis.exquisitor@mail.ru

Data Availability Statement:

Current study data is available upon request from the corresponding author.

Received: 13.07.2022

Accepted: 15.02.2023

Published: 30.03.2023

Copyright: © 2023 The Authors

Declaration

of Competing Interest:

none declared.



ВВЕДЕНИЕ

Понятие защитно-совладающее поведение включает в себя психологические защиты и стратегии преодоления стресса, определяемые как когнитивные, поведенческие или эмоциональные способы совладания со стрессом, сопровождающим социально-психологическое функционирование личности. Под совладающим поведением понимают специальную систему стабилизации личности, направленную на ограждение сознания от деструктивных переживаний, связанных с внутренними и внешними конфликтами, сопровождающимися тревогой и дискомфортом (Ледовская, Резчикова, 2015). На выбор личностью той или иной стратегии совладания или защитного механизма оказывает влияние множество факторов, важнейшим из которых являются возрастные особенности (Позднякова, 2020). Защитные механизмы и копинг-стратегии являются неотъемлемой составляющей адаптации личности на всём протяжении её развития (Diehl et al., 2014).

В существующей литературе отсутствуют согласующиеся и общепринятые данные об изменениях психологических защит на протяжении жизни человека, а количество исследований, направленных на изучение возрастной динамики способов совладания со стрессом, стремится к нулю. На сегодняшний день психологическая наука не располагает достоверными моделями динамики защитных механизмов, а факторы, влияющие на эту динамику, практически не изучены.

На основании крайне невысокой разработанности сформулированной выше проблемы, авторам видится необходимым провести теоретический анализ исследований, посвященных онтогенетическим изменениям защитного и совладающего поведения, проанализировать защитные психологические механизмы и стратегии преодоления стресса, присущие различным возрастам с целью выявить закономерности возрастной динамики защитно-совладающего поведения и определить его особенности, присущие различным возрастным группам.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Материалы и базы данных

В исследовании были проанализированы 32 источника, посвященных онтогенетическим особенностям защитно-совладающего поведения: 10 на русском и 22 на английском языках. Источники отбирались из отечественных и зарубежных баз данных: PubMed, Web of Science, eLIBRARY.RU, «КиберЛенинка».

Критерии отбора

Для поиска информации были использованы следующие ключевые слова: «возрастная динамика защитных механизмов», «копинг-стратегии», «защитные механизмы», «возрастные особенности защитных механизмов», «защитные механизмы юношеского возраста», «защитные механизмы среднего возраста», «защитные механизмы позднего возраста». Критерии отбора источников: (1) описание в монографии или публикации защитных механизмов или копинг-стратегий, (2) автор или авторы рассматривают проблему с позиций возрастной психологии. Исключались источники, в которых произведено описание защитно-совладающего поведения без его взаимосвязи с онтогенетическим развитием.

Извлечение и анализ данных

Из отобранных источников извлекались:

- (1) Данные, описывающие характер психологической защиты и копинг-стратегий в том или ином возрасте;
- (2) Результаты сравнения защитно-совладающих механизмов в различных возрастных группах;
- (3) Результаты сравнения данных продольных и поперечных исследований, посвященных защитно-совладающему поведению в различных возрастных группах.

Извлеченные данные сопоставлялись:

- (1) По каждой возрастной группе: юношеский, средний и поздний возраст;
- (2) По динамике, выявленной в каждом анализируемом исследовании, в случае продольного характера исследования;
- (3) Результаты поперечных исследований сопоставлялись с данными лонгитюдных исследований о соответствующем онтогенетическом периоде.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Начав с анализа терминов «психологическая защита» и «копинг-стратегии» и продемонстрировав актуальные дефиниции в различных подходах, мы перейдем к вопросу разграничения данных понятий и сформируем таким образом объектную область рассматриваемой проблемы. После этого станет возможным анализ влияния возрастного фактора на проявление изучаемых феноменов в жизни личности. Попутно будет также рассмотрен гендерный фактор возрастной динамики защитно-совладающего поведения. По итогу проделанной работы будут сформулированы выводы и заключение.

Защитные механизмы

Понятие защитных механизмов в психологический тезаурус ввел Фрейд (1966). После него их описание, интерпретация и модернизация проводилась в самых различных направлениях психологии: экзистенциальной психологии, гуманистической психологии, гештальт-психологии и др. Рассмотрим кратко особенности дефиниции в каждом подходе.

В психодинамическом подходе психологические защиты определяются как механизм адаптации и интеграции личности. Психоанализ рассматривает их как бессознательные, приобретенные в процессе развития личности способы достижения Я компромисса между противодействующими силами Оно или Сверх-Я и внешней действительностью (Хьелл, Зиглер, 2003; Freud, 1966). В гуманистической психологии под психологической защитой понимается искажение своего внутреннего мира, своей самооценки, которое включает обусловленность требованиями социальной среды и особенностями самоактуализации личности, часто духовного характера (Хьелл, Зиглер, 2003). Защитные механизмы определяются гештальт-психологией как маневры и способы мышления и поведения, к которым прибегает человек неосознанно, чтобы избавиться от болезненного эмоционального материала (Хьелл, Зиглер, 2003). В когнитивно-поведенческом подходе защитные механизмы уступают место механизмам совладания, или копинг-стратегиям (Морозова, Панасенко, 2015). Такая замена определяется более выраженной принадлежностью данного подхода к классической научной парадигме, а бессознательное рассматривается в данной парадигме с большей осторожностью. Тем не менее, как будет показано далее, разделение или противопоставление психологических защит и копинг-стратегий является не только неправомерным, но и эвристически деструктивным, а приверженность того или иного направления психологии защитами или стратегиями не должна детерминироваться иначе как исторически. Авторы также настаивают на объединении двух понятий в рамках термина «защитно-совладающего поведения».

Большинство исследователей рассматривают психологические защиты во взаимосвязи с различными стрессовыми ситуациями. Однако, ещё Фрейд и его последователи отмечали важность изучения защитных механизмов в контексте всей жизни индивида, так как именно преобладание тех или иных защит и копинг-стратегий в различном возрасте влияет на эффективность саморегуляции, адаптации и интеграции индивида (Diehl et al., 2014).

Защитные механизмы и копинг-стратегии

Говоря о защитных механизмах и копинг-стратегиях, необходимо отметить условность их разделения. К основным критериям различия теории относят осознанность, преднамеренность и адаптивность (Cramer, 2008; Naan, 1977; Vaillant, 1992). Копинговые механизмы описываются как сознательные, преднамеренные и способствующие эффективной адаптации, в то время как защитные — как неосознаваемые, непреднамеренные и потенциально неадекватные ситуации. Однако важно понимать, что взаиморасположение этих групп скорее континуальное, нежели противоположное (Newman, 2001). В подтверждение этого тезиса выступают следующие положения: во-первых, проявление обоих типов механизмов на всех уровнях психики, в различных психических процессах, состояниях и свойствах, во-вторых, оба типа проявляют себя как крайне динамичные и многомерные процессы, периодически пересекающиеся, либо вовсе утрачивающие какие-либо различия (Cramer, 2008; Diehl et al., 1996; Folkman, 1991). Пономарева (2021) и Рассказова с соавторами (2013) продемонстрировали сложность разграничения защитных механизмов и копинг-стратегий, близких по форме проявления. Пономарева (2021) также отмечает, что механизмы защиты и копинг-стратегии образуют подсистемы и имеют сложные взаимосвязи в рамках единой системы защитно-совладающего поведения.

Механизмы защиты

Появившись в психодинамической парадигме, проблема защитных механизмов стала интегративной частью многих современных психологических направлений. Одним из первых специалистов, предположивших о первостепенности хронологического фактора в отношении взаимосвязи копинговых и защитных механизмов, стала Freud, описавшая 10 механизмов защиты: отрицание, проекция, обращение против себя, сублимация, регрессия, рационализация, интеллектуализация, реактивное образование, замещение, фантазирование (Freud, 1966). Исследователи описывают от 3 до 37 отдельных типов психологической защит (Cramer, 1991). В основании различных классификаций заложены: основные проявления защитного механизма, период возникновения в онтогенезе, когнитивную сложность защиты, эффективность в разрешении внутриличностного конфликта, степень зрелости психологической защиты и некоторые другие (Матяш и соавт., 2023). Наиболее обоснованным представляется рассмотрение стилей защитно-совладающего поведения по их адаптивности, без разделения на защиты и стратегии, а тем более без их противопоставления (Матяш и соавт., 2023; Vaillant, 1986), выделение групп стилей психологи-

ческой защиты по их адаптивному характеру (Матяш и соавт., 2023; Vaillant, 1986).

Копинг стратегии

По принципу основания направленности Lazarus и Folkman (1984) выделили две группы копинг-стратегий: 11 проблемно-ориентированных и 62 эмоционально-ориентированных стратегий. Что касается копинг-стратегий, по принципу основания направленности, Lazarus и Folkman (1984) разделили их на две группы: 11 проблемно-ориентированных и 62 эмоционально-ориентированных стратегий. Проблемно-ориентированные стратегии включают рациональный анализ проблемы, когда индивид самостоятельно выстраивает алгоритм ее устранения, либо обращается за дополнительной информацией к среде. Эмоционально-фокусированные стратегии не связаны с конкретными действиями по устранению проблемы и алгоритмами, на первый план здесь выходит эмоциональное реагирование, которое способствует отвлечению от проблемы и ее переживанию.

Защитные механизмы и копинг-стратегии

Отдельные исследователи полагают, что механизмы психологической защиты выступают в качестве основы всех копинг-стратегий, которые развиваются для совладания со стрессом (Приступа, 2011). Наряду с механизмами психологических защит, которые являются составляющими структурной модели, предложенной Plutchik (Diehl et al., 2014), существуют и другие элементы (изоляция, двигательная активность, интроекция, сублимация, отвлечение и др.), описанные различными авторами, но являющиеся по большей части производными от базовых механизмов защиты.

Vaillant (1977) разработал иерархию механизмов совладания и защиты, которая демонстрирует континуум обеих групп совладающего поведения: от невротических, незрелых и неадекватных стратегий и защит до зрелых и адаптивных. Согласно концепции Naan (1977) существует десять эго-процессов, каждый из которых включает адаптивное (условно копинг-стратегии) и неадаптивное (условно защитные механизмы). Первые характеризуются эффективным использованием когнитивных и эмоциональных процессов, в то время как вторые преимущественно искажают реальность и выражаются в импульсивных психических и поведенческих актах.

В рамках данной концепции были выделены следующие пары диады: объективность — изоляция, интеллектуальность — интеллектуализация, логический

анализ — рационализация, терпимость к двусмысленности — сомнение, сочувствие — проекция, регрессия Эго — регрессия, концентрация — отрицание, сублимация — перенос, замещение — реактивное образование, подавление — репрессия (Diehl et al., 2014). Указанная иерархия свидетельствует, что копинговые стратегии и защитные механизмы представляют собой не нечто противоположное, а разные полюса одного процесса, реализация же одного из двух полюсов зависит от зрелости самого процесса.

Зрелость механизма

Данные, что зрелость механизма взаимосвязана с возрастными изменениями, были получены в различных поперечных (Diehl et al., 1996; Folkman et al., 1987; McCrae, 1989), а также продольных исследованиях (Cramer, 2009; Naan, 1977; McCrae, 1989; Vaillant, 1992). Рассмотрим некоторые возрастные периоды для более полного понимания единой динамики.

В юношеском возрасте отмечается наиболее низкий уровень эмоционально-ориентированного стиля совладания, преобладает ряд защит: проекция, компенсация, замещение, рационализация (Лапкина, 2010; Позднякова, 2020). Проблемно-ориентированные копинг-стратегии в данном возрасте находятся в противопоставлении защитному механизму регрессии, а незрелые механизмы поддерживают неадаптивные копинг-стратегии (Пономарева, 2021). Лапкина (2010) объясняет преобладание регрессии потребностью в наставничестве и формировании подчиненных отношений. Подростки и юноши в стрессовой ситуации чаще реагируют с позиции оборонительного поведения, затем пытаются переоценить значение, дистанцироваться от ситуации, контролировать собственные чувства, что обеспечивает возможность поиска социальной поддержки и разрешения проблемы (Пономарева, 2021).

Исследователи отмечают сложность обращения к проблемно-ориентированному копингу в подростковом возрасте и объясняют это следующим противоречием: с одной стороны, подросток в трудных ситуациях нуждается в поддержке и сопереживании, с другой стороны, проявление импульсивности, враждебности отчасти мешает получить эту самую поддержку (Пономарева, 2021). Долгова с соавторами выявила, что доля проблемно-ориентированных стратегий совладания и свойственных им защитных механизмов увеличивается по мере развития от подросткового возраста к юношескому (Долгова и соавт., 2018).

Принимая во внимание тот факт, что различные стратегии и соответствующие им механизмы взаимосвязаны с определенными жизненными ситуациями, мож-

но предположить, что с изменением уровня развития и статуса личности меняется феноменологический состав ее переживаний, изменяя тем самым и комплекс используемых психологических защит. Для применения проблемно-ориентированных стратегий необходимо понимание источника стресса, иначе их использование будет крайне энергозатратным и малопродуктивным, вследствие этого люди среднего возраста, обладающие более обширным опытом, чаще понимают, что разрешение ситуации не представляется возможным и используют эмоционально-ориентированный стиль, который более адаптивен в данном случае. Таким образом, использование защит, свойственных эмоционально-ориентированному стилю, наименее распространено в юношеском возрасте, когда необходимые знания об особенностях различных стрессовых ситуаций у личности отсутствуют, либо представлены в недостаточном количестве. Тем не менее, необходимо учитывать в том числе индивидуальный опыт индивида и особенности его биографии (Лапкина, 2010).

Средний возраст характеризуется фрагментарным использованием проблемно-ориентированных с преобладанием эмоционально-ориентированных стратегий совладающего поведения (Diehl et al., 2014). Чем чаще субъект использует эмоциональное регулирование в трудной ситуации, тем реже он прибегает к проблемному разрешению, от этого зависит и комплекс применяемых защит (Лапкина, 2010; Субботина, Кузьмич, 2014). Однако, в конце второй половины периода среднего возраста вновь начинает выражаться комплекс защит, свойственных проблемно-ориентированному поведению, что подтверждается данными лонгитюдного исследования о нелинейном характере развития защитных механизмов (Лапкина, 2010; Cramer, 2008; Diehl et al., 2014). Таким образом, можно предположить, что в среднем возрасте система защит достигает своей наибольшей интегрированности, благодаря достижению пика когнитивной сложности психических процессов, а затем наблюдается постепенное ее «разрушение».

Пожилой возраст связан с подведением итогов жизни, оценкой реализации поставленных в юношестве целей, но наличествующие факты биографии уже не могут быть изменены каким-либо способом. Можно предположить, что выработанный и закреплённый в среднем возрасте эмоционально-ориентированный комплекс психологических защит становится менее адаптивным и сменяется на защиты, входящие в проблемно-ориентированную стратегию (Лапкина, 2010). Данное предположение объясняется тем фактом, что совладающее поведение в пожилом возрасте представляет собой скорее попытку уйти от негативных воспоминаний и снять с себя ответственность за прожитую жизнь, индивид фокусируется на проблеме, вследствие чего запускается комплекс защит проблемно-ориентированного по-

ведения (Лапкина, 2010; Субботина, Кузьмич, 2004). На первый план выходят механизмы отрицания, смещения и регрессии (Лапкина, 2010; Diehl et al., 2014). Интеллектуализация, рационализация, изоляция начинают снижаться, после пика в среднем возрасте, что может быть объяснено закономерным когнитивным снижением и изменением социального статуса (Diehl et al., 2014). Ряд исследователей также подтверждают, что хотя пожилые люди и склонны использовать менее враждебные или избегающие стратегии выживания по сравнению с людьми среднего возраста, но чаще предпочитают проблемно-ориентированные стратегии совладания, вследствие переживания упущенных возможностей и бессмысленности жизни (Folkman et al., 1987; Labouvie-Vief et al., 1987; McCrae, 1982). Исследователи фиксируют и увеличение выраженности механизмов сублимации и подавления, и снижение для защитных механизмов интеллектуализации, рационализации, изоляции, регрессии, сомнения и смещения (Diehl et al., 2014; Diehl et al., 1996). В совокупности все эти данные свидетельствуют о том, что использование адаптивных механизмов увеличивается с возрастом, тогда как использование неадаптивных — снижается. Тем не менее, на основании этих результатов можно говорить только о возрастных различиях в использовании копинговых и защитных механизмов. Вопросы, касающиеся динамики и траектории развития, требуют анализа данных лонгитюдных исследований, которых на данный момент существует весьма немного.

Исследование Cramer (2008) показало, что в возрасте от 11 до 18 лет наблюдался общий прогресс от менее сложных к когнитивно сложным механизмам. В частности, использование отрицания уменьшилось, тогда как использование проекции и идентификации увеличилось в этом возрастном диапазоне. В последующем исследовании Р. Cramer обнаружил, что в возрасте от 18 до 38 лет использование идентификации уменьшилось, использование отрицания увеличилось, а использование проекций оставалось стабильным (Cramer, 2012). Точно так же Наап (1977) выявила, что использование наименее дифференцированного защитного механизма — отрицания — снижается в период с детства до 30 лет. Наоборот, адаптивные формы совладания, такие как логический анализ или подавление, чаще использовались во взрослом возрасте (Diehl et al., 2014; Наап, 1977). Сравнение защитных механизмов периода юности и ранней зрелости показывает преобладание в первой возрастной группе механизмов вытеснения и гиперкомпенсации (Приступа, 2011). Выраженность данных психологических защит у в юношеском возрасте обусловлено ее уязвимостью для стрессов, сопровождающих резкие социальные, идейно-политические и технологические изменения. Подобные изменения, как отмечают Hjelle и Ziegler (2003), могут способствовать

возникновению чувства неопределенности, тревоги и разрыва с миром.

McCrae (1989) исследовал динамику преодоления стресса у взрослых в возрасте от 20 до 93 лет. Результаты исследования показали снижение использования изоляции, фатализма, позитивного мышления и увеличение стратегии принятия желаемого за действительное. Исследователь пришел к выводу, что изменения в механизмах адаптации и защиты взрослых были довольно слабо выраженными и лишь незначительно подтверждали гипотезу развития (McCrae, 1982).

Waillant и Soldz (Soldz, & Vaillant, 1988; Vaillant, 1977), на основании данных нескольких лонгитюдных исследований, пришли к заключению, что с возрастом использование незрелых и невротических защит и стратегий уменьшалось, а использование зрелых увеличивалось. Однако, зрелые защиты и механизмы проявились не у всех участников исследования. Maillant (1993) показал, что использование незрелых и невротических защит, как правило, было связано с семейной нестабильностью, низкой удовлетворенностью работой и жизнью и симптомами депрессии, тогда как использование зрелых механизмов — с психическим благополучием и успехами в самореализации.

Таким образом, хотя результаты поперечных исследований свидетельствуют о появлении значительных изменений в механизмах преодоления и защиты по мере развития, результаты лонгитюдных исследований более неоднозначны, так как полученные в них данные менее ясно подтверждают гипотезу роста или созревания.

Гендерный фактор

При рассмотрении возрастных изменений психических защит следует принимать во внимание и гендерные различия в их использовании. Обобщая результаты исследований, можно заключить, что мужчины, по-видимому, более склонны использовать экстернализирующие механизмы преодоления и защиты, тогда как женщины — реагировать интернализирующим образом (Diehl et al., 1993; Labouvie-Vief, 1987). Эти результаты показывают, что необходимы дополнительные исследования, чтобы узнать, меняются ли стратегии совладания и защиты в зависимости от пола на протяжении жизни. В исследовании Diehl et al. (2014) зафиксировало, что женщины чаще использовали стратегии сублимации и подавления на протяжении периода взрослой жизни. Мужчины и женщины также различались в использовании защитных механизмов интеллектуализации, рационализации и сомнения: женщины сообщали о большем использовании рационализации и сомнения, но меньшем использовании интеллектуализации.

Однако механизмы приспособления и защиты мужчин и женщин изменились сходным образом за двенадцатилетний период исследования.

В этом же исследовании была выявлена положительная корреляция между увеличением выраженности адаптивных механизмов и снижением дезадаптивных (Diehl et al., 2014). Авторы также обнаружили, что если механизм регрессии Эго показал линейную отрицательную взаимосвязь с механизмами изоляции и рационализации, то при сопоставлении сублимации и подавления с интеллектуализацией, регрессией, смещением и сомнением отрицательная взаимосвязь приобретала нелинейный характер. Эти данные согласуются с результатами поперечных срезов, полученными другими исследователями.

В приведенном исследовании были обнаружены и противоречия с исследованиями методом поперечными срезами, например, сублимация и подавление в данном случае демонстрировали нелинейное усиление по мере развития от подросткового возраста к старческому, в то время как в поперечных измерениях отмечалось снижение выраженности данных механизмов в пожилом возрасте. В механизме регрессии Эго также отсутствовал подъем в старческом возрасте, продемонстрированный в поперечных исследованиях. Тем не менее, авторами была отмечена значительная согласованность данных лонгитюдного исследования изменений защитных механизмов с данными поперечных срезов.

Обобщая результаты исследований Labouvie-Vief и соавторов (1995; 2007), можно предположить, что пик когнитивно-эмоциональной сложности личностных структур приходится на поздний средний возраст, а затем снижается. Таким образом, подтверждается тезис Cramer (2008) о взаимосвязи защитных механизмов с когнитивной сложностью. Также необходимо отметить, что лонгитюдное исследование продемонстрировало преимущественно нелинейные изменения защитных механизмов, что позволяет предположить отсутствие прямой взаимосвязи с возрастными изменениями. Полученные результаты согласуются с модифицированной гипотезой роста и созревания, согласно которой до завершения среднего возраста проявляется увеличение выраженности адаптивных и снижение дезадаптивных механизмов, а начиная с пожилого — изменения приобретают противоположный характер (McCrae, 1989; Vaillant, 1993).

Проанализированные данные позволяют сформулировать следующие закономерности: в среднем возрасте достигает максимума когнитивная сложность личностных конструктов, широта и гибкость используемых защит увеличивается, снижается интенсивность реагирования и количество затрачиваемой на использование

защит энергии. Вероятно, повышается порог реагирования на стрессовые ситуации, что позволяет использовать защиты более избирательно. Это объясняется увеличением разнообразия и сложности комплекса защитных механизмов, в основе которых лежит обширный жизненный опыт и более развитая способность к дифференцированию источников стресса. В связи с низкой выраженностью переживаний, свойственных более поздним периодам онтогенеза, среднему возрасту более доступно принятие ответственности и фокусирование на настоящем, что позволяет использовать наиболее адаптивные механизмы защиты и эффективно комбинировать проблемно-ориентированную и эмоционально-ориентированную стратегии совладания. Онтогенетическая динамика защитно-совладающего поведения имеет также половые различия, которые на сегодняшний день почти не изучены.

Перспективы дальнейшего исследования проблемы мы видим в подробном экспериментальном изучении онтогенетической динамики совладающего поведения. Данные о структуре защитных механизмов и стратегий совладания со стрессом в различных возрастных группах способствуют выявлению закономерностей возрастных изменений совладающего поведения и формированию психологической модели способов преодоления стресса и тревоги. Разработки в представленной области приведут к совершенствованию существующих методов психодиагностики, психокоррекции и психотерапии, что, в свою очередь, положительно скажется на уровне психологического благополучия современного человека и общества в целом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В исследовании механизмы совладающего поведения были сопоставлены по каждой возрастной группе, по ди-

намике, выявленной в каждом анализируемом исследовании, в случае продольного характера исследования; было проведено сравнение результатов поперечных исследований сопоставлялись с данными лонгитюдных исследований о соответствующем онтогенетическом периоде. При проведении анализа были достигнуты все поставленные цели: выявлены общие закономерности возрастной динамики защитно-совладающего поведения и определены его особенности, присущие различным возрастным группам. Сформулированы выводы по рассматриваемой проблеме и постулирована необходимость ее более тщательного и глубокого изучения.

АВТОРСКИЙ ВКЛАД

Карунин Илья Васильевич: концептуализация, разработка методологии исследования, работа с программным обеспечением, курирование данных, проведение исследования, подготовка черновика рукописи, визуализация материала, валидация данных, рецензирование и редактирование рукописи.

Новикова Галина Викторовна: концептуализация, разработка методологии исследования, работа с программным обеспечением, курирование данных, проведение исследования, подготовка черновика рукописи, визуализация материала, валидация данных, рецензирование и редактирование рукописи.

Захарова Ирина Александровна: концептуализация, разработка методологии исследования, работа с программным обеспечением, курирование данных, проведение исследования, подготовка черновика рукописи, визуализация материала, валидация данных, рецензирование и редактирование рукописи.

ЛИТЕРАТУРА

- Долгова, В. И., Рокицкая, Ю. А., Саламатов, А. А. (2018). Индивидуально-психологические предикторы адаптивного поведения подростков. *Вестник Новосибирского государственного педагогического университета*, 8(1), 45–59. <http://dx.doi.org/10.15293/2658-6762>
- Лапкина, Е. В. (2010). Психологическая защита и совладание человека в разные периоды взрослости. *Ярославский педагогический вестник*, (3), 213–218.
- Ледовская, Т. В., Резчикова, О. А. (2015). Динамика защитного и совладающего поведения студентов на разных курсах обучения. *Ярославский педагогический вестник*, (4), 194–200.
- Матяш, Н. В., Павлова, Т. А., Поздняков, Г. В. (2023). Механизмы психологической защиты и ее доминирующие стратегии в общении у старшеклассников и студентов-первокурсников. *Известия Саратовского университета. Серия Акмеология образования. Психология развития*, 1(45), 49–57. <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2023-12-1-49-57>
- Морозова, И. С., Панасенко, Е. А. (2015). Взаимосвязь механизмов психологических защит с копинг-стратегиями у студентов-первокурсников. *Психологические науки*, (18), 345–349.

- Позднякова, Т. Б. (2020). Механизмы психологической защиты и отношение к здоровью в юношеском возрасте. *Ученые записки университета Лесгафта*, 11(189), 641–644.
- Пономарева, И. В. (2021). Защитно-совладающее поведение в подростковом и юношеском возрасте. *Известия Саратовского университета. Серия Акмеология образования. Психология развития*, 10(2), 150–157. <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2021-10-2-150-157>
- Пристипа, И. В. (2011). Возрастные особенности использования механизмов психологических защит военнослужащими по призыву как детерминанты социально-психологической адаптации в условиях армии. *Армия и общество*, 1(25), 27–32.
- Рассказова, Е. И., Гордеева, Т. О., Осин, Е. Н. (2013). Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: Психометрические характеристики и возможности применения методики COPE. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 10(1), 82–118.
- Субботина, Л. Ю., Кузьмич, Е. Н. (2004). Возрастная динамика психологической защиты. *Ярославский психологический вестник*, (10), 50–54.
- Хьелл, Л., Зиглер, Д. (2003). Теории личности. М.: Питер.
- Cramer, P. (2012). Psychological maturity and change in adult defense mechanisms. *Journal of Research in Personality*, 46, 306–316. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.02.011>
- Cramer, P. (2008). Seven pillars of defense mechanism theory. *Social and Personality Psychology Compass*, 2, 1963–1981. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00135.x>.
- Cramer, P. (2009). The development of defense mechanisms from pre-adolescence to early adulthood: Do IQ and social class matter? A longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 43, 464–471. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.01/021>
- Cramer, P. (1991). The Development of Defense Mechanisms. Theory, Research, and Assessment. New York: Springer-Verlag New York Inc. <https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9025-1>
- Diehl, M., Chui, H., Hay, E. L., Lumley, M. A., Grün D., & Labouvie-Vief, G. (2014). Change in coping and defense mechanisms across adulthood: Longitudinal findings in a European American sample. *Developmental Psychology*, 50(2), 634–48. <https://doi.org/10.1037/a0033619>
- Diehl, M., Coyle, N., & Labouvie-Vief, G. (1996). Age and sex differences in strategies of coping and defense across the life span. *Psychology and Aging*, 11, 127–139. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.11.1.127>
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Pimley, S., & Novacek, J. (1987). Age differences in stress and coping processes. *Psychology and Aging*, 2, 171–184. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.2.2.171>
- Folkman, S. (1991). Coping across the life span: Theoretical issues. In E. Cummings, A. Greene, & K. Karraker (Ed.), *Life-span developmental psychology: Perspectives on stress and coping*. Hillsdale: Erlbaum.
- Freud, A. (1966). *The ego and the mechanisms of defense*. New York: International Universities Press.
- Haan, N. (1977). *Coping and defending: Processes of self-environment organization*. New York: Academic Press.
- Labouvie-Vief, G., Chiodo, L. M., Goguen, L. A., Diehl, M., & Orwoll, L. (1995). Representations of self across the life span. *Psychology and Aging*, 10, 404–415. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.10.3.404>
- Labouvie-Vief, G., Diehl, M., Jain, E., & Zhang, F. (2007). Six-year change in affect optimization and affect complexity across the adult life span: A further examination. *Psychology and Aging*, 22, 738–751. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.22.4.738>
- Labouvie-Vief, G., Hakim-Larson, J., Hobart, C. J. (1987). Age, ego level, and the life-span development of coping and defense processes. *Psychology and Aging*, 2, 286–293. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.2.3.286>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer. 1984.
- McCrae, R. R. (1989). Age differences and changes in the use of coping mechanisms. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 44, 161–169. <https://doi.org/10.1093/geronj/44.6.P161>
- McCrae, R. R. (1982). Age differences in the use of coping mechanisms. *Journal of Gerontology*, 37, 454–460. <https://doi.org/10.1093/geronj/37.4.454>
- Newman, L. S. (2001). Coping and defense: No clear distinction. *American Psychologist*, 56, 760–761. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.9.760>
- Soldz, S., & Vaillant, G. E. (1998). A 50-year longitudinal study of defense use among inner city men: A validation of the DSM-IV defense axis. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 186, 104–111. <https://doi.org/10.1097/00005053-199802000-00006>
- Vaillant, G. E., Bond, M., & Vaillant, C. O. (1986). An empirically validated hierarchy of defense mechanisms. *Archives of General Psychiatry*, 43(8), 786–794. <https://doi.org/10.1001/arcpsyc.1986.01800080072010>
- Vaillant, G. E. (1977). *Adaptation to life*. Boston: Little.
- Vaillant, G. E. (1992). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington: American Psychiatric Press.
- Vaillant, G. E. (1993). *The wisdom of the ego*. Cambridge: Harvard University Press.