

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «КубГУ»)**

**Факультет управления и психологии**  
**Кафедра психологии личности и общей психологии**

**КУРСОВАЯ РАБОТА**

**«ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ ЛИЧНОСТИ С  
РАЗНЫМ ТИПОМ АКЦЕНТУАЦИЙ»**

Работу выполнил(а) \_\_\_\_\_ П.С. Каменева  
(подпись, дата)

Направление подготовки 37.03.01 Психология курс 3

Руководитель  
кандидат психологических наук, доцент \_\_\_\_\_ Т.К. Хозяинова  
(подпись, дата)

Нормоконтролер  
кандидат психологических наук, доцент \_\_\_\_\_ Т.К. Хозяинова  
(подпись, дата)

Краснодар  
2023

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1 Системный анализ феномена психологической защиты личности .....	6
1.1 Сущность и значение защитных механизмов личности .....	6
1.2 Основные типологии психологических защит личности .....	9
2 Теоретические аспекты изучения акцентуаций характера .....	14
2.1 Понятие и причины возникновения акцентуаций характера .....	14
2.2 Классификация акцентуаций характера и их описание.....	16
3 Эмпирическое исследование взаимосвязи акцентуаций характера и механизмов защиты .....	19
3.1 Выборка и методология исследования .....	19
3.2 Результаты диагностики типов акцентуаций характера.....	19
3.3 Результаты диагностики механизмов психологической защиты .....	20
3.4 Анализ взаимосвязи акцентуаций характера и механизмов защиты .....	21
Заключение .....	24
Список использованных источников .....	25

## ВВЕДЕНИЕ

Тема защитных механизмов изучалась на протяжении многих десятилетий. Впервые данная тема была поднята в 1894 году Зигмундом Фрейдом и рассматривалась в психоаналитической концепции личности. Фрейд рассматривал защитные механизмы как средства устранения неприятных воздействий на индивида различными негативными переживаниями.

Вокруг ходит не мало споров о сущности защитных механизмов психики. Некоторые психологи считают, что защитные механизмы являются необходимым и полезным механизмом для защиты нашего психического здоровья, позволяющим нам справляться с трудными ситуациями и эмоциями. С другой стороны, некоторые психологи считают, что защитные механизмы могут стать препятствием для развития личности и приводить к негативным последствиям, они могут привести к неспособности реально оценивать ситуации и эмоции, что, в свою очередь, может привести к ошибкам в поведении и принятии решений.

Таким образом, мнения о сущности защитных механизмов личности могут быть разными, но в целом, они являются важной частью психики и могут быть полезными в некоторых ситуациях, но также могут иметь негативные последствия, если мы не умеем их правильно использовать.

На выбор защитного механизма оказывают влияние различные факторы, как внешнего, так и внутреннего характера. Одним из психологических факторов, определяющих выбор человеком того или иного защитного механизма в трудных ситуациях для снятия напряжения, являются акцентуации характера.

Акцентуациями характера принято называть отдельно развитые в ущерб другим особенности характера. Эти особенности могут как способствовать успеху, так и приводить к проблемам и трудностям в общении и повседневной жизни. Выражаться акцентуации могут по-разному – от легкой степен, заметной лишь ближайшему окружению, до крайних вариантов, когда приходится задумываться, нет ли у человека психопатии.

Наибольший вклад в изучение акцентуаций характера внес Карл Леонгард, также данной проблемой активно занимались такие исследователи как П. Б. Ганнушкин, О. В. Кербиков, А. Е. Личко, В.В.Бойко и др. В

исследованиях К. Леонгарда и А. Е. Личко создавались типологии и методики изучения акцентуаций.

Данная тема является невероятно актуальной в наши дни, так как в связи с ростом уровня стресса в современном обществе, необходимо знать, какие психологические механизмы использует человек, чтобы справиться с трудными ситуациями и не допустить развития психических заболеваний. Несмотря на то, что проблемы акцентуаций и психологических защит как отдельных феноменов достаточно активно исследовались в психологии, анализ их взаимосвязи еще не стал объектом пристального внимания ученых, чем и обуславливается актуальность данного исследования.

Объектом исследования являются механизмы психологической защиты и акцентуации характера.

Предметом исследования является влияние различных типов акцентуаций на механизмы психологической защиты.

Целью работы является изучение взаимосвязи механизмов психологической защиты и акцентуаций характера.

Из поставленной цели вытекает ряд задач:

- 1) рассмотреть сущность феномена психологической защиты личности;
- 2) рассмотреть теоретический аспект изучения акцентуаций характера;
- 3) провести эмпирическое исследование взаимосвязи акцентуаций характера и механизмов психологической защиты.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь между акцентуациями характера и спецификой механизмов психологической защиты. В частности, от личностей с гипертимным типом акцентуации можно ожидать большего использования механизмов подавления, тогда как люди с застревающим типом акцентуации могут чаще применять механизм замещения. У людей с тревожным типом акцентуации ожидается наибольшее использование механизмов регрессии, а люди возбудимого типа предпочитают механизмы отрицания и подавления.

Методологическая основа:

Теоретические методы: анализ социологической, психологической литературы по проблеме исследования.

Эмпирические методы: проведение тестирования (анкетирования) при помощи методик

Выборка исследования: студенты Кубанского государственного университета факультета управления и психологии. В исследовании приняли участие 30 человек возрастом 19-23 года, в числе которых были 17 девушек и 13 юношей.

Исследование состоит из таких разделов, как: введение, теоретическая часть, практическая (эмпирическая часть), заключение, список использованных источников.

Теоретическая значимость работы связана с возможностью ее использования при дальнейшем изучении данной темы преподавателями ВУЗов и психологами.

Практическая значимость работы связана с возможностью использования ее результатов для практического применения в профессиональной работе специалистов, связанных с областью психологии и психотерапии. Научное понимание механизмов психологической защиты позволит не только получить более глубокие знания в области психологии, но и лучше понять многие социальные и психологические проблемы, которые возникают в обществе.

# **1 Системный анализ феномена психологической защиты личности**

## **1.1 Сущность и значение защитных механизмов личности**

Защитными механизмами личности принято называть психологические процессы, которые помогают человеку справиться с внутренними конфликтами и стрессовыми ситуациями. Они позволяют ограничивать или уменьшать сознательное восприятие определенных мыслей, чувств или воспоминаний, которые вызывают тревогу или болезненные эмоции. [6]

Наибольший вклад в изучение защитных механизмов внес Зигмунд Фрейд. В конце XIX века в своей работе "Защитные нейропсихозы" впервые ввел понятие «психологическая защита», а также разработал теорию психических механизмов, которые помогают человеку справляться с неприятными эмоциями и конфликтами. Фрейд утверждал, что разум состоит из трех компонентов: ид (Оно), эго (Я) и суперэго (Сверх-Я).

Ид находится преимущественно на подсознательном уровне и содержит базовые потребности, импульсы и желания. Проще говоря, Ид действует как гедонистический центр удовольствия, основной целью которого является удовлетворение базовых потребностей и влечений.

Эго – есть сознание, отвечающее за то, как человек реагирует на внешний мир, функционирует в нем и придает ему смысл. Эго контролирует требования импульсов ид и является разумной частью сознания.

Суперэго по сути является свехрсознанием, оно содержит нормы, ценности и этику, которые человек усваивает в процессе социализации, и использует эти знания для контроля эго.

В идеале ид, эго и суперэго взаимодействуют согласованно и гармонично. Однако, нарушение гармоничного взаимодействия подсознательного и сознательного компонента психики влечет за собой дискомфорт, чувство тревоги и напряжения. И тогда, вполне закономерно, подключаются защитные механизмы психики, которые нейтрализуют негативный фон эмоций через блокировку или искажение нежелательной информации.

Изначально З. Фрейд рассматривал защитные механизмы только как часть психики людей, страдающих неврозами, однако позже другие авторы стали рассматривать эти механизмы для всех людей в общем.

Другие исследователи, касаясь вопроса о психологической защите, по-своему рассматривали ее истоки и механизмы. [13]

К теме изучения защитных механизмов обращалась и Анна Фрейд. В своей работе «Психология Я и защитные механизмы» она попыталась классифицировать различные защитные механизмы в связи с конкретными ситуациями, которые провоцируют тревожность. А. Фрейд была убеждена в существовании связи между защитными действиями «Я» (наше представление о том, кем мы являемся) против внешней и внутренней опасности. Также она считала, что психологические защиты в итоге приводят к высокой вероятности появления психоневротических и психосоматических расстройств и других психических нарушений.

К. Юнг связывал механизмы защиты с процессом индивидуализации, конечная цель которой – достижение целостности и единства психических структур. При различиях между установками личности и требованиями внешнего мира появляется внутренний конфликт, который включает механизмы защиты.

К. Хорни полагала, что стремление к безопасности порождается чувством базальной тревоги. Параллельное действие тенденции к удовлетворению своих желаний и стремлению к безопасности могут породить внутренний конфликт. С целью избежания такого рода конфликтов и невротизации индивид вырабатывает соответствующие стратегии поведения (стремление к привязанности, власти, изоляции и др.).

Р. Плутчик, Г. Келлерман и Х. Конт также разработали свою теоретическую модель психологических защит, основанную на структурной модели эмоций. Авторы связывают механизмы психологической защиты с базовыми эмоциями, утверждая, что защитные механизмы являются производными от эмоций и направлены на их регулирование и контроль. [4]

Среди отечественных психологов, к теме психологических защит в разное время обращались Ф. В. Бассин, М. Грановская, И. Я. Березная, Б. Д. Карвасарский, Ю. С. Савенко и многие другие.

Наибольший вклад в разработку проблемы психологической защиты внес Ф. В. Бассин, который с сомнением относился к идее включения механизмов защиты как последствия конфликта сознательного и бессознательного. Автор подчеркивал, что психологическая защита является нормальным, повседневно работающим механизмом человеческого сознания.

По его мнению, защита способна предотвратить дезорганизацию поведения человека, наступающую не только при столкновении сознательного и бессознательного, но и в случае противоборства между вполне осознаваемыми установками. Автор считает, что основным в психологической защите является перестройка системы установок, направленная на устранение чрезмерного эмоционального напряжения и предотвращающая дезорганизацию поведения.

Р. М. Грановская рассматривала психологическую защиту как психические механизмы, которые защищают человека от неприятных, тяжелых переживаний, душевной боли и тревоги. Она считает, что существуют три «линии» защит: бессознательная (охраняет нашу психику), «осознаваемые стереотипы» (позволяют сосуществовать с другими людьми) и архетипическая (защищает общество через конкретную личность). Все вместе они образуют целостную систему, которая поддерживает душевное равновесие и позволяет справляться с трудностями и стрессами.

По определению Б.Д. Карвасарского, психологические защиты – это система адаптивных реакций личности, направленных на защитные изменения значимости дезадаптивных компонентов отношений: когнитивных, эмоциональных, поведенческих с целью ослабления их психотравмирующего действия на «Я-концепцию». [9]

Защитные механизмы выполняют ряд различных функций, включающих защиту от болезненных эмоций, сохранение самооценки, регуляцию стресса, а также адаптацию к изменяющимся условиям.

Стоит также отметить, что защитные механизмы могут быть полезными в краткосрочной перспективе, но в долгосрочной перспективе они могут привести к проблемам взаимодействия с окружающим миром и препятствовать личностному росту. Поэтому важно осознавать свои защитные механизмы и уметь работать с ними, чтобы они не стали препятствием для личностного развития.

Защитные механизмы могут проявляться на разных уровнях сознания и подразделяются на различные типы. Некоторые из них, например, рационализация или проекция, могут быть полезными для поддержания психического равновесия, в то время как другие, такие как отрицание или регрессия, могут стать причиной проблем в поведении и отношениях. В

следующей главе мы рассмотрим классификации защитных механизмов, а также их характеристику. [1]

## **1.2 Основные типологии психологических защит личности**

Хотя защитные механизмы психики изучаются давно и описано достаточно большое их количество, но единой классификации до сих пор не существует. Однако в целом все механизмы можно разделить на три большие группы: естественные (характеризуются блокированием информации, бессознательным исключением ее из сферы сознания), интегративные (характеризуются бессознательной оценкой содержания неуютной для личности информации, ее изменением, неадекватностью оценки), ретро-защиты (характеризуются использованием механизмов, возникших в детстве). [10]

Рассмотрим эти группы подробнее.

### **1) Естественные механизмы психологической защиты.**

**Вытеснение.** Заключается в том, что человек не осознает определенные мысли или чувства, которые вызывают дискомфорт или тревогу, и старается их подавить или забыть. В результате может ощущать временное облегчение, но со временем эти мысли и чувства могут проявляться в других формах, например, в виде физических симптомов или поведенческих проблем.

**Подавление.** Более сознательное, чем при вытеснении, избегание тревожащей информации. Подавление происходит сознательно, но его причины могут осознаваться, а могут и не осознаваться. Чаще всего подавляются те мысли и желания, которые противоречат принятым самим себе человеком моральным ценностям и нормам.

**Нигилизм.** Если человек сталкивается с сильным чувством потери или разочарования, он может начать отрицать или сомневаться во всех ценностях и идеалах, которые раньше казались ему важными. Это помогает ему избежать болезненных эмоций, которые возникают при осознании потери или разочарования, но также может привести к ощущению отчужденности и отсутствия смысла в жизни.

**Аскетизм.** Был описан А. Фрейд и заключается в отрицании и подавлении всех инстинктивных побуждений. Данный механизм характерен в большей степени для подростков. Люди, которые используют аскетизм как

защитный механизм, могут избегать неприятных эмоций, связанных с материальными потребностями и желаниями, и вместо этого сосредотачиваются на духовных ценностях.

## 2) Интегративные механизмы психологической защиты.

**Агрессия.** Выделяют две основные разновидности агрессии: прямую и косвенную. Прямая агрессия обращена на другого или же на себя (аутоагрессия) и заключается в физическом (прим. драка, самоповреждение) и эмоциональном проявлениях (прим. словесные оскорбления, грубые замечания, сарказм и др). Косвенная агрессия же обращена на любой доступный объект (человек выплеснул свои негативные эмоции на первого встречного). Очень часто от косвенной агрессии страдают беззащитные дети, животные, жены и национальные меньшинства.

**Десакрализация.** Проявляется в обесценивании важных для индивида вещей, событий, явлений и др. Так, например, некоторые девушки хоть и мечтают выйти замуж, но из-за неудачи в романтических отношениях выражают скептическое отношение к институту брака.

**Идеализация.** Выражается в преувеличении достоинств другого человека и приуменьшении его недостатков. Такой механизм защиты помогает избежать встречи с реальностью и несовершенством мира, защищает от страха разочарования, которое переживается довольно болезненно.

**Проекция.** Выражается в приписывании человеком каких-либо качеств, мыслей, желаний и прочего другим людям, будучи при этом уверенным, что дело обстоит именно так, как он считает.

**Идентификация.** Похожий на проекцию механизм защиты, который проявляется в приписывании себе тех качеств, идей, социальных норм и прочего, которые имеются у других личностей, прежде всего авторитетных.

**Игнорирование роли.** Пользующийся таким механизмом человек усваивает стойкий шаблон поведения, применяя его в любых ситуациях независимо от контекста.

**Инверсия.** Проявляется в замещении неприемлемых эмоций, чувств и мыслей на диаметрально противоположные. К примеру, испытывая ненависть, но, не желая ее показывать, человек может быть подчеркнуто вежлив, добр.

**Юмор.** Может проявляться в виде шуток, иронии, сарказма и т.д. Однако, важно понимать, что использование юмора как защитного механизма может иметь как позитивные, так и негативные последствия. С одной стороны,

это может помочь человеку расслабиться и посмотреть на ситуацию с другой стороны. С другой стороны, это может привести к тому, что человек будет избегать реальных проблем и не будет искать конструктивных способов их решения.

**Рационализация.** Характеризуется выстраиванием логического обоснования с целью уменьшить тревогу, а также поиском оправдания своим ошибкам, чтобы избежать осуждения и чувства вины.

**Интеллектуализация.** Схожий с рационализацией механизм защиты, при котором человек ищет помощи интеллектуальных компонентов, чтобы уменьшить беспокойство. Благодаря интеллектуализации человек может принять холодный, отстраненный подход к проблеме.

**Компенсация.** Характеризуется стремлением индивида компенсировать недостатки одной сферы успехами в другой.

**Реактивное образование.** Заключается в том, что человек старается компенсировать свои негативные черты, создавая для себя новые, противоположные. Например, если человек склонен к агрессивности, он может стать излишне миролюбивым и пассивным, чтобы компенсировать свою агрессивность.

### 3) Ретро-защиты.

**Отступление.** Проявляется в «отключении» от реального мира, уход в мир фантазий, также может проявляться в отвлечении от проблем с помощью просмотра ТВ, видеоигр и подобного. Например, если человек сталкивается с потерей близкого, он может начать мечтать о том, что этот человек все еще существует или что он вернется. Это может помочь избежать болезненных мыслей о потере и горе.

**Окаменение.** Заключается в том, что человек становится эмоционально недоступным и отстраненным от окружающей среды. Может проявляться как физически (человек может замереть на месте, не двигаться и не говорить), так и эмоционально (человек может перестать чувствовать эмоции и стать равнодушным к происходящему).

**Регрессия.** Сопровождается инфантильным поведением, содержит часть отрицания, часть подавления, избегания. Человек при этой защите пытается все последующие проблемы решить наиболее легким путем (по детски).

**Отрицание.** Позволяет личности отрицать или игнорировать неприятные или болезненные события, мысли и чувства, которые могут вызывать тревогу

или страх. Например, человек может отрицать свою зависимость от алкоголя или наркотиков, не признавая проблему и продолжая употреблять их.

Оглушение. Характеризуется использованием фармакологических веществ (алкоголь, наркотики и др.) для снятия напряжения, устранения негативных эмоций.

Защитные механизмы личности, как их назвал Зигмунд Фрейд, являются психологическими стратегиями, которые мы используем для защиты от болезненных или неприемлемых мыслей, чувств и воспоминаний. Фрейд выделил несколько типов защитных механизмов, которые используются в различных ситуациях: вытеснение, проекция, замещение, рационализация, реактивное образование, регрессия, сублимация и отрицание.

В модели Плутчика, Келлермана и Конте считается, что защитные механизмы психики формируются для того, чтобы помочь индивиду справляться с внутренними и внешними напряжениями, и они тесно связаны с первичными эмоциями. Именно для совладания с одной из восьми основных эмоций развивается свой механизм защиты. Авторы выделяют: отрицание, вытеснение, регрессию, компенсацию, проекцию, замещение, интеллектуализацию и реактивное образование.

Концепция механизмов защиты личности была также широко разработана советскими психологами в 20-х и 30-х годах прошлого века. Они предложили ряд понятий, которые описывают, как люди защищаются от стресса и конфликтов, сохраняя свою психическую устойчивость и защищая свою самооценку.

Одним из основных понятий является "расщепление личности". Это механизм защиты, при котором личность разделяется на две части, одна из которых содержит все положительные качества и достижения, а другая - все негативные аспекты. Личность укрепляет свою самооценку, разделяя себя на "хорошую" и "плохую" части.

Еще одним механизмом защиты является "перенос". Это процесс, при котором эмоции, которые вызываются одним человеком или ситуацией, переносятся на другого человека или ситуацию, что позволяет избежать болезненных переживаний. Например, человек может перенести свою злость на другого человека, чтобы избежать конфликта с более значимым для него человеком.

Также советские психологи выделяли механизмы защиты, такие как "реактивная формация", "отрицание", "рационализация", "подавление" и другие. Каждый из них описывает способы, которыми личность защищается от стресса и конфликтов, сохраняя свою психическую устойчивость и защищая свою самооценку. [12]

## **2 Теоретические аспекты изучения акцентуаций характера**

### **2.1 Понятие и причины возникновения акцентуаций характера**

Так как акцентуализации являются особенностями характера, прежде всего стоит обратить внимание и обозначить само понятие характера.

Характером принято называть определенную совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающихся и проявляющихся в деятельности и общении, обуславливая типичные для нее способы поведения. Структурность характера обуславливается иерархичностью его черт, то есть некоторые черты характера выделяются, становятся первостепенными, другие же – незначительные, второстепенные. Ведущие черты характера подчиняют себе второстепенные, определяют их включение в различных ситуациях. Когда ведущие особенности характера не сглаживаются, а наоборот подчеркиваются и развиваются сильнее, можно говорить об акцентуациях. [7]

Акцентуациями характера принято называть такие особенности характера, которые выходят за пределы средних показателей и проявляются в поведении человека в определенных ситуациях. Акцентуация характера является одним из главных аспектов, определяющих поведение и действия человека. Она может проявляться в различных формах: отличительных чертах, склонностях, наклонностях, слабостях, сильных сторонах и т.д. Так, например, один человек может иметь сильную выраженную эмоциональность и демонстрировать ее во всех сферах жизни, а другой – быть более уравновешенным и спокойным, даже в самых сложных ситуациях. Акцентуация характера может иметь как позитивные, так и негативные проявления. Например, человек сильно увлекающийся чем-то конкретным, таким как спорт, может возвращать в себе привычку к настойчивости и самодисциплине. Однако та же увлеченность может стать именно тем фактором, который будет мешать ему в жизни и отнимать много времени, не позволяя заниматься другими важными делами. [8]

На развитие акцентуированного характера влияют различные факторы, среди которых можно назвать: наследственную предрасположенность; недостаточное взаимодействие ребенка с родителями и сверстниками; гиперопека со стороны родителей; влияние социального окружения; проблемы с нервной системой и физические заболевания, а также многое

другое. Обычно акцентуации проявляются в детстве и подростковом возрасте и влияют на формирование характера и личности в целом.

Впервые тема акцентуализации характера затрагивалась специалистами психиатрами при изучении психопатий. Психопатиями принято называть такие состояния, при которых возникают трудности в социальной адаптации, из-за неспособности нормально коммуницировать с окружающими, соблюдать социальные нормы, трудностей в обучении и работе. Так, В. М. Бехтерев упоминал о «переходных состояниях между психопатией и нормальным состоянием». Некоторые авторы отличали «неуравновешенных» от «легко теряющих равновесие», П. Б. Ганнушкин подобные случаи обозначал как «латентную психопатию», а Г. К. Ушаков как «крайние варианты нормального характера». [12]

Наибольшую известность в изучении темы акцентуализаций приобрел немецкий психиатр Карл Леонгард, который первым ввел в науку термин «акцентуализированная личность» в своей работе «Нормальные и патологические личности». В этой же работе автор впервые выделил некоторые типы акцентуализаций, сопровождая их примерами из художественной литературы. Позже был опубликован окончательный вариант классификации акцентуаций, включающий в себя 10 типов, которые были поделены на три основные группы (разделенные по характеру, темпераменту и типу личности).

Среди соотечественников наибольший вклад в изучение акцентуализаций внесли П. Б. Ганнушкин, О. В. Кербиков и А. Е. Личко.

П. Б. Ганнушкин и О. В. Кербиков предложили диагностические критерии, на которых основываются различия между акцентуациями и психопатиями. Как указывалось, обычно акцентуации развиваются в период становления характера и сглаживаются при взрослении. Особенности характера при акцентуациях могут проявляться не постоянно, а лишь в некоторых ситуациях, в определенной обстановке, и почти не обнаруживаться в обычных условиях. Социальная дезадаптация при акцентуациях либо вовсе отсутствует, либо бывает непродолжительной.

А. Е. Личко взял в основу типологию К. Леонгарда и преобразовал ее согласно разработанной классификации психопатий П.Б. Ганнушкина. Автор добавляет еще один важный критерий отличия акцентуаций от психопатий – при психопатиях нарушения могут возникать при различных поводах, даже

без видимых причин. В то же время акцентуализированная личность будет реагировать только при определенном роде психических травмах, или же когда какая-либо трудная ситуация «бьет» по слабому месту, характерному для данного типа акцентуации, другие же ситуации не приводят к нарушениям и переносятся легче. [8]

## **2.2 Классификация акцентуаций характера и их описание**

Существует несколько классификаций акцентуаций личности, но наиболее распространенной является классификация К. Леонгарда, который выделяет десять ведущих типов акцентуаций:

1) Демонстративный тип, или истероидный, истероидно-демонстративный, характеризуется высоким уровнем эгоизма, постоянной жадой внимания к себе. Поверхностность чувств при большой театральности переживаний, склонность к лживости, приукрашиванию себя. Неспособность к упорному труду в сочетании с высокими притязаниями.

2) Педантичный тип, характеризуется повышенной требовательностью к себе и окружающим, склонностью к перфекционизму, пунктуальности и порядку.

3) Застревающий тип, характеризуется склонностью к длительным переживаниям, недоверчивости, отсутствием гибкости, и большой способностью к сопротивлению.

4) Возбудимый тип, характеризуется повышенной раздражительностью, склонностью к агрессии, несдержанностью, угрюмостью, занудливостью, возможны лживость, услужливость, склонность к хамству и нецензурной брани или молчаливости, замедленность в беседе.

5) Гипертимический тип, характеризуется повышенным настроением, бурными эмоциями, подвижностью, общительностью и высокой активностью.

6) Дистимический тип, характеризуется низким настроением, склонностью к пессимизму, избирательностью в общении, склонностью к одиночеству и низкой активностью.

7) Тревожно-боязливый тип, характеризуется склонностью к страхам, повышенной робостью и пугливостью, высоким уровнем

тревожности. Людям данного типа свойственны низкая контактность, минорное настроение, робость, пугливость, неуверенность в себе.

8) Циклотимический тип, характеризуется сменой фаз повышенного и пониженного настроения, а также соответствующим изменением эмоциональной сферы и поведения.

9) Аффективно – экзальтированный тип, характеризуется бурной реакцией на любые события, отсутствие полутонов в эмоциях и чувствах и быстрая смена диаметрально противоположных эмоций, высокий уровень привязанности к близким.

10) Эмотивный тип, характеризуется повышенной чувствительностью, эмоциональной неустойчивостью, склонностью к чрезмерной реакции на внешние раздражители, мягкосердечностью, ранимостью. [12]

Еще одна известная классификация типов акцентуаций характера была составлена советским психологом А. Е. Личко. Так, автор выделял такие типы, как:

1) Гипертимный, как и в классификации К. Леонгарда характеризуется приподнятым настроением, беспечностью и безответственностью;

2) Циклоидный, характеризуется сменами фаз активности и вялости;

3) Лабильный, характеризуется чрезмерной сменой настроения от малозначимых стимулов, нуждается в сострадании, сопереживании, нет стремления к лидерским позициям, также имеют высокий уровень привязанности к близким;

4) Астено-невротический, характеризуется высокой утомляемостью, склонностью к ипохондрии. Человек такого типа зачастую раздражителен, трудно переживает неприятности, разочарования, также очень требователен к себе, отличается аккуратностью и дисциплинированностью;

5) Сенситивный, характеризуется застенчивостью, впечатлительностью. Для людей такого типа характерно постоянно находить собственные недостатки, сильная зависимость от мнения окружающих, при этом они достаточно открыты, общительны и откровенны с близкими людьми;

6) Психастенический, характеризуется высоким уровнем мнительности, нерешительности и тревожности. Для таких людей хаактерна ригидность мышления, педантичность, принципиальность;

7) Шизоидный, характеризуется высоким уровнем замкнутости, неспособностью к длительному общению, сдержанностью. Не способны к сопереживанию, зациклены на себе;

8) Эпилептоидный, характеризуется негативным эмоциональным фоном, раздражительностью, агрессивностью по отношению к окружающим, импульсивностью. Людей такого типа отличает неспособность забывать ошибки других, стремление к лидерству путем принижения других;

9) Истероидный, характеризуется артистичностью, желанием всегда быть в центре внимания, показательным поведением;

10) Неустойчивый, характеризуется стремлением к гедонизму, неспособностью адекватно переносить жизненные невзгоды, эгоизмом.

11) Конформный, характеризуется умением подстраиваться под окружающую действительность. Люди такого типа стараются быть как все, думать, как все, критически относятся к тем, кто выделяется. [8]

Кроме того, существуют и другие классификации акцентуаций, которые могут расширять или уточнять этот список.

### **3 Эмпирическое исследование взаимосвязи акцентуаций характера и механизмов защиты**

#### **3.1 Выборка и методология исследования**

Чтобы понять, насколько сильна взаимосвязь между типом акцентуации характера и предпочитаемым механизмом защиты, мы решили провести исследование, которое поможет ответить на этот вопрос.

На протяжении подготовки к нему возникали некоторые трудности:

- 1) Было довольно непросто уговорить потенциальных респондентов выделить свое время на прохождение методик.
- 2) Некоторые из них переживали за конфиденциальность своих результатов.
- 3) Другие же упорно требовали подробных интерпретаций своих результатов.
- 4) Некоторые после прохождения методик и знакомства с результатами, посчитали, что они психически нездоровы.

Однако, после длительной подготовки к исследованию, нам удалось его провести.

Исследование проводилось среди студентов Кубанского Государственного университета. В исследовании приняли участие 30 человек, возрастом 19-23 года.

Большее количество респондентов, из всех опрошенных, это девушки. Молодых людей уговорить поучаствовать в исследовании оказалось гораздо сложнее. Некоторые из них сочли это довольно скучным и бесполезным занятием.

Для достижения поставленной цели применялся метод тестирования, для которого были выбраны следующие методики:

- 1) «Опросник Шмишека» Г. Шмишека, в адаптации В. М. Блейхера для диагностики типа акцентуации характера.
- 2) «Индекс жизненного стиля» Плутчика – Келлермана для диагностики специфики психологических защит личности.

#### **3.2 Результаты диагностики типов акцентуаций характера.**

Используемая методика «Опросник Шмишека» была опубликована Г. Шмишеком в 1970 году, и состоит из 88 вопросов, на которые требуется ответить «да» или «нет». С помощью данной методики определяются следующие 10 типов акцентуации личности (по классификации К.Леонгарда): демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый, гипертимический, дистимический, тревожно-боязливый, циклотимический, аффективно-экзальтированный и эмотивный. Максимальный показатель по каждому типу акцентуации - 24 балла. Признаком акцентуации считается показатель выше 12 баллов.

Распределение результатов диагностики представлено на рис.1.

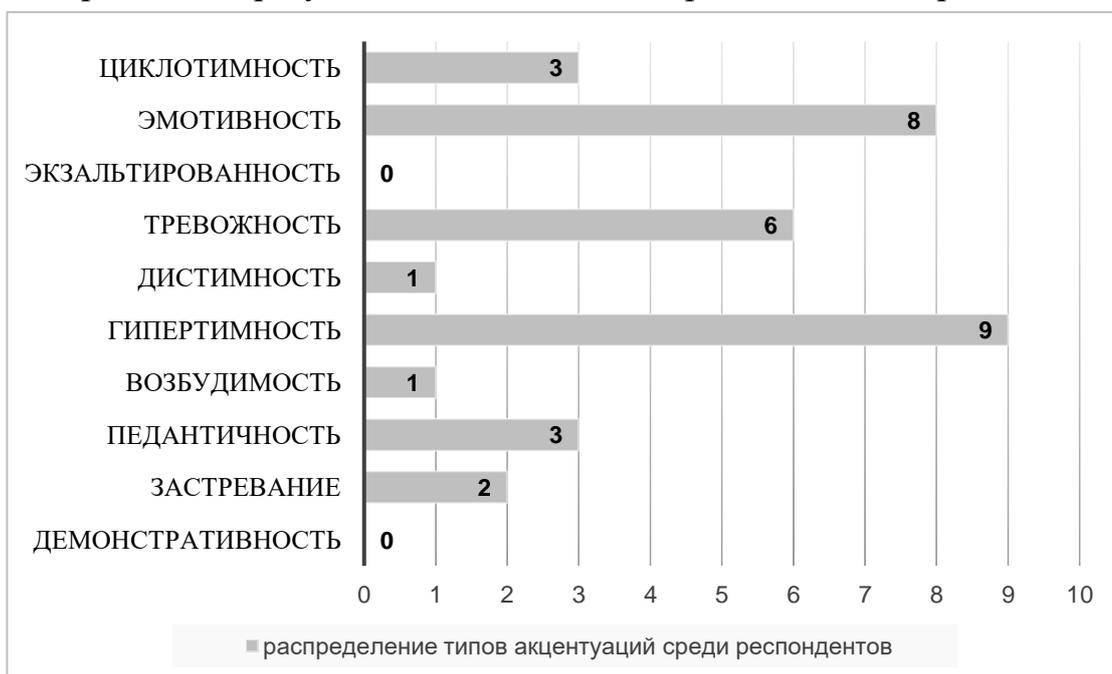


Рисунок 1 – распределение типов акцентуаций среди респондентов.

Анализируя полученные данные по процентному распределению, можно прийти к выводу, что наиболее выраженными в общей выборке являются такие типы акцентуаций характера, как гипертимный (9 человек – 30%) и эмотивный (8 человек – 26,7%), наименее выраженные – демонстративный и экзальтированный (ни одного человека с такими типами акцентуаций).

### 3.3 Результаты диагностики механизмов психологической защиты

Для диагностики психологических защит использовалась методика «Индекс жизненного стиля» Плутчика – Келлермана. Данная методика состоит из 97 вопросов и позволяет диагностировать систему механизмов психологической защиты, выявить ведущие механизмы и оценить степень напряженности каждого. Авторами рассматриваются такие механизмы защиты, как: отрицание, подавление, регрессия, компенсация, проекция, замещение, интеллектуализация и реактивное образование. Распределение результатов диагностики представлено на рис.2.



Рисунок 2 – распределение механизмов защиты среди респондентов.

Анализируя полученные данные по процентному распределению, можно прийти к выводу, о популярности такого механизма психологической защиты, как регрессия (11 человек – 40%) и подавление (9 человек – 30%), наименее популярные механизмы – отрицание, интеллектуализация, проекция и компенсация (по 6 человек – 20%).

### **3.4 Анализ взаимосвязи акцентуаций характера и механизмов защиты**

После того как были собраны необходимые данные, был проведен корреляционный анализ, результаты которого представлены на рис. 3.

		Акцентуации характера									
		демонстративн	застревание	педантичность	возбудимость	гипертимн	дистимн	тревожнэкзальтир	эмотивн	циклотимн	
Защитные механизмы	отрицание	-0,22425	-0,355546752	-0,015183859	0,559053453	0,209190527	-0,25306259	-0,27463	-0,04341	0,0132355	-0,068973
	подавление	-0,46188	-0,281518877	0,048258848	0,30799723	0,711529682	-0,07299118	-0,35947	-0,19556	0,0013961	0,1661775
	регрессия	0,27518	0,055851126	-0,223656871	-0,267317619	-0,087793233	-0,16094556	0,307662	0,200386	0,2290054	-0,140304
	компенсация	-0,04846	0,155772343	-0,013850535	-0,098377828	-0,081073078	0,255692548	-0,06512	0,167467	0,2519709	0,0925908
	проекция	0,125393	-0,051126989	0,155785323	-0,09470819	-0,356061384	0,28919207	0,293629	0,066102	0,010555	0,1884714
	замещение	0,164116	0,391753884	0,220950126	-0,242736123	-0,217223859	0,048734545	0,066004	-0,10475	-0,2452374	0,1252171
	интеллектуализаци	0,180182	-0,135816115	0,219889062	0,106786795	0,059505767	0,081593999	-0,25488	-0,07369	-0,2176661	0,0139416
	реакт.образ.	-0,11673	0,203403012	-0,256068463	0,258573752	0,01011317	-0,18187563	-0,09638	0,109587	0,0357663	0,0918367

Рисунок 3 – Результаты корреляционного анализ

В результате обработки был выявлен высокий уровень связи между гипертимным типом акцентуации и защитным механизмом подавления ( $r=0,71$ ). Также была выявлена статистически значимая связь между возбудимым типом акцентуации и механизмами защиты отрицания ( $r=0,55$ ) и подавления ( $r=0,31$ ); между тревожным типом и регрессией ( $r=0,31$ ); между застревающим типом и замещением ( $r=0,39$ ).

В процессе изучения причинно-следственных связей были подробно изучены свойства акцентуаций и механизмов защиты и сделаны некоторые выводы:

1) Гипертимная акцентуация характера имеет высокую корреляционную зависимость с механизмом подавления. Это может обуславливаться боязнью испортить настроение и потерять энергию и оптимизм. В этом случае, люди гипертимного типа используют механизм подавления, чтобы сохранить свое хорошее настроение и контролировать свои эмоции.

2) Личности возбудимого типа акцентуации склонны использовать отрицание и подавление в качестве защитных механизмов. Данные защитные механизмы могут помочь снизить высокую возбудимость и избежать конфликтов с окружающими людьми. Например, если человек с возбудимым типом акцентуации испытывает сильные эмоции, он может попытаться подавить или отрицать свои эмоции, чтобы избежать скандала или конфликта с окружающими. Это может произойти из-за боязни, что повышенная эмоциональность может привести к нежелательным последствиям, как для самих людей, так и для их окружения. Кроме того, люди с возбудимым типом акцентуации также могут использовать механизм отрицания для того, чтобы

не видеть в себе недостатки и проблемы, которые могут стать источником конфликтов и стресса. Это позволяет им сохранять самоуважение и уверенность в себе, несмотря на возможные проблемы.

3) В условиях повышенной эмоциональной нагрузки люди с тревожным типом акцентуации могут прибегать к регрессии. Например, в ситуациях, когда человек с тревожным типом акцентуации чувствует сильное беспокойство, он может прибегнуть к регрессии, проявляющейся в форме детского поведения, например, непристойных выражений, капризов, невротических проявлений и т.д.

4) Личность с застревающим типом акцентуации склонна держать все негативные эмоции внутри себя, долго копить их, храня обиды и недовольства. В результате чего у людей такого типа в стрессовых ситуациях происходит неконтролируемый выплеск этих эмоций на других людей и преобладающим механизмом защиты в таком случае выступает замещение.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Психологическая защита – психологические процессы, которые помогают человеку справиться с внутренними конфликтами и стрессовыми ситуациями. Они позволяют ограничивать или уменьшать сознательное восприятие определенных мыслей, чувств или воспоминаний, которые вызывают тревогу или болезненные эмоции. На выбор предпочтительного защитного механизма оказывают влияние различные факторы, как внешнего, так и внутреннего характера. Одним из психологических факторов, определяющих выбор человеком того или иного защитного механизма в трудных ситуациях для снятия напряжения, являются акцентуации характера.

В процессе работы над теоретическим исследованием, изучив различные источники информации, мы пришли к выводу о том, что механизмы психологической защиты и акцентуации характера, несомненно, связаны между собой.

Проведя эмпирическое исследование, была подтверждена гипотеза исследования о наличии взаимосвязи между некоторыми типами акцентуаций характера и механизмами психологической защиты.

В частности, у личностей с гипертимным типом акцентуации можно ожидать большего использования механизмов подавления, тогда как люди с застревающим типом акцентуации могут чаще применять механизм замещения. У людей с тревожным типом акцентуации ожидается наибольшее использование механизмов регрессии, а люди возбудимого типа предпочитают механизмы отрицания и подавления.

В заключении хотелось бы сказать, что механизмы психологической защиты тесно связаны с акцентуациями характера, и это, несомненно, следует учитывать в профессиональной деятельности психолога.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Березин, Ф. Б. Психологическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф. Б. Березин. — Л.: Наука, 1988. — 270 с.
2. Василюк, Ф. Е. Психология переживания / Ф. Е. Василюк. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 2008. — 200 с.
3. Грановская, Р. М. Грановская Р.М. Психологическая защита / Р. М. Грановская. — СПб.: Речь, 2010. — 476 с.
4. Гребенников, Л. Р. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Гребенников Леонид Радионович. — М., 1994. — 196 с.
5. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства. 2-е изд. / Е. П. Ильин. — СПб.: Питер, 2011. — 783 с.
6. Киршбаум, Э. Психологическая защита / Э. Киршбаум, А. Еремеева. — М.: Смысл, 2014. — 175 с.
7. Ларченко, Н. А. Учебный словарь по психологии / Под ред. С. А. Осташова. — Ростов н/Д, 2012. — 213 с.
8. Личко, А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Психология индивидуальных различий. Тексты / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.Я. Романова. — М.: Изд-во МГУ, 1982. С. 288-318.
9. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии: 2-е изд. перераб. и доп. / А. А. Налчаджян. — М.: Эксмо, 2010. — 368 с.
10. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. — СПб.: Питер, 2013. - 713 с.
11. Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия / под ред. Д. Я. Райгородского. — Самара: Бахрах-М, 2016. — 656 с.
12. Столяренко, Л. Д. Основы психологии: учеб. пособие / Л. Д. Столяренко. — М.: Проспект, 2012. — 458 с.
13. Фрейд, А. Психология Я и защитные механизмы [Пер. с англ.] / Анна Фрейд. — СПб.: Питер, 2022. — 160 с.