
ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ И СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ: СОВРЕМЕННЫЙ АНАЛИЗ

Лашмайкина Людмила Ивановна,

кандидат психологических наук, доцент по кафедре психологии

ФГБУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет
им. Н.П. Огарева»

Россия, Саранск

L.Lashmaikina@yandex.ru

Ковалева Светлана Алексеевна,

магистрант

Негосударственное образовательное частное учреждение высшего образования

Московский финансово-промышленный университет «Синергия»

Россия, Москва

svetlana1809@yandex.ru

Аннотация

В статье теоретически обоснована взаимосвязь между механизмами психологической защиты и стратегиями поведения личности в конфликтных ситуациях. Представлена трехуровневая модель адаптивной регуляции, включающая эмоционально-когнитивную оценку, активизацию защит и выбор поведенческой стратегии. Обоснована роль зрелости защит в определении конструктивности конфликта. Сделан вывод о необходимости комплексного подхода к изучению конфликтного реагирования.

Ключевые слова: конфликт, психологическая защита, стратегии поведения, зрелость защит, эмоциональная оценка, регуляция

THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS AND CONFLICT BEHAVIOR STRATEGIES: A CONTEMPORARY ANALYSIS

Lyudmila I. Lashmaikina,

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor in the Department of Psychology

National Research Mordovian State University named after N.P. Ogarev

Russia, Saransk

L.Lashmaikina@yandex.ru

Svetlana A. Kovaleva,

master's student, Moscow Financial and Industrial University «Synergy»

Russia, Moscow

svetlana1809@yandex.ru

ABSTRACT

The article theoretically substantiates the relationship between psychological defense mechanisms and individuals' behavioral strategies in conflict situations. A three-level model of adaptive regulation is presented, including emotional-cognitive assessment, activation of defenses, and behavioral choice. The role of defense maturity in determining the constructiveness of conflict is substantiated. The article concludes with the need for an integrated approach to the study of conflict responses.

Keywords: conflict, psychological defense, behavior strategies, defense maturity, emotional evaluation, regulation.

Проблематика межличностных конфликтов неизменно сохраняет актуальность в рамках психологической науки в связи с высокой частотой их возникновения в различных сферах жизнедеятельности человека – от межсемейного общения до профессионального взаимодействия. Особый научный интерес вызывает не только внешнее поведение индивида в конфликтной ситуации, но и внутренние психические механизмы, обеспечивающие адаптацию и регуляцию его поведения. В этой связи исследование взаимосвязи стратегий поведения в конфликте и механизмов психологической защиты приобретает теоретическую и практическую значимость.

Анализ современного состояния научных исследований в данной области показывает, что взаимодействие указанных компонентов психологической адаптации до сих пор рассматривается преимущественно в изолированном виде. Так, одни авторы акцентируют внимание на поведенческих стратегиях личности в конфликте [6], другие – на системах психологической защиты [4], а третьи – на эмоционально-когнитивной оценке конфликтной ситуации [5]. Однако в научной литературе отсутствует целостная теоретическая модель, объясняющая, каким образом психологические защиты, формируя эмоциональную и когнитивную реакцию на конфликт, детерминируют выбор стратегии поведенческого реагирования.

Понимание конфликта как социально-психологического явления опирается на представление о нем как о процессе взаимодействия, характеризующемся столкновением несовместимых целей, установок или интересов субъектов. В психологической науке конфликт рассматривается не как патология, а как естественный элемент межличностных отношений, способный выполнять как деструктивные, так и конструктивные функции в зависимости от особенностей реагирования личности.

Ключевым компонентом конфликтной ситуации является стратегия поведения – устойчивая направленность действий индивида, выражающая его способ достижения цели и отношения к другой стороне взаимодействия. Одной из наиболее широко применяемых в психологических исследованиях типологий стратегий выступает модель К. Томаса, выделяющая пять основных поведенческих стратегий: соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание и приспособление. Эти стратегии описываются по двум осям – стремлению к удовлетворению собственных интересов и стремлению к сохранению отношений с партнером.

Выбор стратегии определяется не только особенностями ситуации, но и индивидуально-психологическими характеристиками субъекта: уровнем тревожности, саморегуляции, доминантными мотивациями. При этом существует тенденция рассматривать поведенческие стратегии в конфликте как осознанный выбор, что

ограничивает аналитический потенциал, особенно при изучении острых, эмоционально насыщенных ситуаций.

В реальных условиях конфликтное поведение часто сопровождается неосознаваемыми психическими реакциями, направленными на снижение внутреннего напряжения. Именно на этом основании возникает необходимость включения в теоретический анализ механизмов психологической защиты, как неотъемлемой части психической регуляции. В то время как стратегия представляет собой внешне наблюдаемую поведенческую форму, защита может быть интерпретирована как внутренняя структура, определяющая направленность выбора этой формы.

Теория конфликтного поведения в психологии нуждается в расширении за счет интеграции концептов из разных уровней анализа: поведенческого (стратегии), регулятивного (психологическая защита) и перцептивно-когнитивного (оценка конфликтной ситуации). Такая интеграция позволяет более точно определить динамику выбора стратегии поведения и объяснить случаи нерационального или деструктивного реагирования в межличностных конфликтах.

Механизмы психологической защиты представляют собой бессознательные или полуосознанные способы регуляции внутреннего напряжения, направленные на сохранение стабильности «Я» и снижение тревожности в психотравмирующих или конфликтных ситуациях. Терминологическое и концептуальное оформление данного феномена восходит к психоаналитической традиции, заложенной З. Фрейдом и А. Фрейд, однако в современной психологии защита рассматривается не только в рамках психодинамического подхода, но и как универсальный компонент психической саморегуляции.

Психологическая защита функционирует как интернализированный механизм автоматического реагирования, активизируемый при угрозе целостности личности. Она может предшествовать осознанию конфликта и, в ряде случаев, определять не только эмоциональный фон переживания, но и конкретные формы поведенческого отклика. Это принципиально отличает защиту от копинг-стратегий, которые предполагают осознанную адаптацию к трудностям.

В современной научной литературе получили распространение различные классификации защит. Наиболее влиятельной является типология Г. Ваилланта, в которой защиты делятся на четыре уровня зрелости: психотические, незрелые, невротические и зрелые. К зрелым механизмам относятся, например, сублимация, юмор и альтруизм, тогда как проекция, отрицание и регрессия относятся к более примитивным формам.

В отечественной психологии выделяются три обобщенных типа защиты:

- а) миролюбие (интеллектуально-рациональные формы реагирования),
- б) избегание (уход от напряжения путем эмоционального или поведенческого отстранения),
- в) агрессия (реакции, направленные на внешнюю среду как источник конфликта) [3, с. 57].

В большинстве эмпирических моделей защита и поведение трактуются как параллельные феномены, без достаточного внимания к их функциональной связи. Между тем, защита, как внутренний процесс, предшествует выбору стратегии и может играть детерминирующую роль при недостаточной зрелости механизмов саморегуляции, особенно в эмоционально напряженных конфликтах. Следовательно, изучение механизмов защиты как скрытого уровня конфликта открывает перспективы для построения более глубокой модели поведения личности, в которой внешняя стратегия выступает продолжением или следствием неосознаваемой защитной активности.

Проблема взаимосвязи механизмов психологической защиты и стратегий поведения в конфликте рассматривается в современной психологии с позиций адаптивной регуляции поведения. В большинстве эмпирических исследований фиксируется наличие статистических корреляций между определенными защитными механизмами и поведенческими стратегиями, однако отсутствует целостное теоретическое объяснение природы этих связей. Данный факт указывает на необходимость углубленного анализа указанных феноменов в рамках единой регулятивной модели.

Так, в исследованиях С.В. Феоктистовой и И.В. Кулевой установлено, что определенным типам темперамента соответствуют специфические механизмы защиты, которые, в свою очередь, коррелируют с характерными стратегиями поведения в конфликте [7]. Например, у холериков преобладает использование реактивных и проективных механизмов, что сопровождается склонностью к соперничеству, тогда как у меланхоликов доминируют регрессия и избегание, связанные с тенденцией к приспособлению и уходу от конфликта.

А.В. Востриков, анализируя структуру защитно-преодолевающего поведения, отмечает, что зрелость механизмов защиты определяет выбор более конструктивных стратегий, таких как сотрудничество и компромисс, тогда как незрелые защиты (отрицание, вытеснение, проекция) сопровождаются выбором деструктивных или пассивных стратегий – избегания и конфронтации [1]. Этот же вывод подтверждается данными Е.С. Черных и Е.И. Зиборова, где доминирующей защитной реакцией в выборке студентов была проекция, коррелирующая с избеганием и сниженным уровнем конструктивного копинга [8].

Вместе с тем, эмоциональные и перцептивные аспекты, опосредующие выбор стратегии, часто остаются за рамками анализа. В исследовании А.А. Дубинского и его коллег показано, что эмоциональная категоризация конфликта (например, восприятие угрозы физической безопасности или унижения) напрямую влияет на выбор защитной реакции, а та, в свою очередь, модулирует стратегию поведения [2]. Например, участники с высокой чувствительностью к угрозе чести демонстрировали склонность к приспособлению и отказу от соперничества, что обуславливалось дефицитом зрелых защит и доминированием тревожных аффектов.

Существующие эмпирические данные позволяют утверждать, что механизмы психологической защиты и стратегии поведения не просто сосуществуют, но образуют функциональную иерархию. В условиях стресса или межличностного конфликта первично активируются защитные процессы, снижающие уровень тревоги, затем – формируется оценка ситуации, и только после этого происходит выбор внешне наблюдаемой стратегии. Однако в большинстве исследований эти связи трактуются линейно, без учета динамического и контекстуального характера межличностного взаимодействия. Не принимаются во внимание ситуативная значимость конфликта, уровень осознания угрозы и наличие альтернативных способов разрешения противоречий.

На основании проведенного анализа целесообразно предложить теоретическую модель, отражающую функциональную взаимосвязь между механизмами психологической защиты, эмоциональной оценкой конфликтной ситуации и выбором стратегии поведения. Модель исходит из предпосылки, что конфликтное поведение личности является результатом многоуровневой адаптационной регуляции, охватывающей как осознаваемые, так и бессознательные процессы.

1. Первый уровень: перцептивно-оценочный (когнитивно-эмоциональный).

Конфликт воспринимается и интерпретируется субъектом в терминах угрозы, которая может быть направлена на физическую безопасность, статус, самооценку или

систему ценностей. На этом уровне формируется эмоциональная окраска ситуации (тревога, гнев, вина и др.), которая активирует соответствующие защитные механизмы.

2. Второй уровень: защитно-регулятивный.

Под действием эмоционального напряжения активизируются механизмы психологической защиты, играющие роль фильтра, через который субъект перерабатывает травмирующую информацию. Характер применяемой защиты (зрелая/незрелая) определяет степень искажения восприятия и доступность конструктивного реагирования. Например, при доминировании проекции или отрицания формируется искаженный образ оппонента, усиливающий тенденцию к избеганию или агрессии.

3. Третий уровень: поведенческо-стратегический.

Итогом внутренних процессов становится выбор стратегии поведения – как правило, автоматизированный и соответствующий доминирующим защитам. Зрелые защиты чаще сопряжены с конструктивными стратегиями (сотрудничество, компромисс), тогда как незрелые приводят к выбору соперничества, избегания или приспособления.

Таким образом, модель предполагает, что стратегия поведения в конфликте – это поведенческий результат предварительной неосознаваемой защитной переработки эмоционально значимой информации. В качестве медиатора выступает эмоционально-когнитивная оценка конфликта, а уровень зрелости защит определяет спектр поведенчески доступных стратегий. Предложенная модель может служить основой для дальнейшего конструирования диагностических инструментов и разработки психокоррекционных программ, направленных на формирование зрелых защит и развитие конструктивных форм реагирования в конфликтных ситуациях.

Анализ современной научной литературы позволяет заключить, что механизмы психологической защиты и стратегии поведения в конфликте представляют собой взаимосвязанные элементы регулятивной системы личности, направленной на снижение напряжения и поддержание внутреннего равновесия. В то время как стратегия отражает поведенческую сторону адаптации, психологическая защита представляет глубинный пласт бессознательной регуляции, предопределяющий выбор той или иной модели поведения.

Список литературы:

1. Востриков А.В. Взаимосвязь индивидуальных стратегий конфликтного поведения, копинг-стратегий и механизмов психологической защиты // Психиатрия: современные тенденции охраны психического здоровья. Сборник научных трудов. Иваново, 2017. С. 121-123.
2. Дубинский А.А., Пеева О.Д., Рашевская О.Ю., Лысенко Н.Е., Булыгина В.Г. Психологические профили избирательной чувствительности к содержанию межличностного конфликта // Психическое здоровье. 2023. Т. 18. № 11. С. 20-30.
3. Злобина З.В., Доронина Н.Н. Влияние психологических защит на стратегии поведения в конфликте // Научный альманах. 2021. № 11-3 (85). С. 56-59.
4. Караташ Ю.М., Лямина Л.В. Взаимосвязь самооценки и конфликтности в аспекте межличностной коммуникации // Символ науки: международный научный журнал. 2025. Т. 2. № 1-1. С. 130-134.
5. Кикава Н.С. Влияние стратегии психологической защиты в общении на тип поведения в конфликтной ситуации // Актуальные направления научных исследований XXI века: теория и практика. 2013. № 3. С. 130-135.

6. Тимохин Н.Н. Сравнение методик для изучения стратегий психологической защиты и предрасположенности личности к конфликтному поведению // Научный альманах Центрального Черноземья. 2022. № 3-2. С. 131-136.
7. Феоктистова С.В., Кулева И.В. Исследование взаимосвязи индивидуально-типологических особенностей личности, механизмов психологической защиты и стратегий поведения личности в конфликте // Психология профессионала: личность, деятельность, организация. Тверь, 2014. С. 222-232.
8. Черных Е.С., Зиборова Е.И. Влияние психологической защиты на стратегию поведения в конфликте // Флагман науки. 2024. № 5 (16). С. 508-510.

References:

1. Vostrikov A.V. Interrelation of individual strategies of conflict behavior, coping strategies and mechanisms of psychological protection // Psychiatry: modern trends in mental health protection. Collection of scientific papers. Ivanovo, 2017. pp. 121-123.
2. Dubinsky A.A., Peeva O.D., Rashevskaya O.Yu., Lysenko N.E., Bulygina V.G. Psychological profiles of selective sensitivity to the content of interpersonal conflict // Mental health. 2023. Vol. 18. No. 11. pp. 20-30.
3. Zlobina Z.V., Doronina N.N. The influence of psychological defenses on strategies of behavior in conflict // Scientific Almanac. 2021. No. 11-3 (85). pp. 56-59.
4. Karatash Yu.M., Lyamina L.V. The relationship between self-esteem and conflict in the aspect of interpersonal communication // Symbol of Science: international scientific journal. 2025. Vol. 2. № 1-1. pp. 130-134.
5. Kikawa N.S. The influence of the strategy of psychological protection in communication on the type of behavior in a conflict situation // Current directions of scientific research of the XXI century: theory and practice. 2013. No. 3. pp. 130-135.
6. Timokhin N.N. Comparison of methods for studying strategies of psychological protection and personality predisposition to conflict behavior // Scientific Almanac of the Central Chernozem region. 2022. No. 3-2. pp. 131-136.
7. Feoktistova S.V., Kuleva I.V. Investigation of the relationship between individual typological personality traits, mechanisms of psychological protection and strategies of personality behavior in conflict // Psychology of a professional: personality, activity, organization. Tver, 2014. pp. 222-232.
8. Chernykh E.S., Ziborova E.I. The influence of psychological protection on the strategy of behavior in conflict // Flagship of Science. 2024. No. 5 (16). pp. 508-510.