



The conditionality of the sovereignty of the psychological space of the individual by coping strategies and mechanisms of psychological protection for people from single-parent and large families

S. A. Trifonova¹, M. V. Galmak²

¹P. G. Demidov Yaroslavl State University, Yaroslavl, Russian Federation

²ABC Behavioral Analysis Center, Moscow, Russian Federation

DOI: 10.18255/1996-5648-2024-3-496-505

Research article
Full text in Russian

The article presents the results of an empirical study of the relationship between the sovereignty of the psychological space of personality, coping strategies and mechanisms of psychological protection of personality. Respondents who grew up in families with different numbers of children demonstrate the specific features of their coping behaviors and mechanisms of psychological protection in relation to indicators of the sovereignty of the psychological space of the individual.

Keywords: psychological space of personality; sovereignty; mechanisms of psychological protection; coping behavior strategies

INFORMATION ABOUT AUTHORS

Trifonova, Svetlana A. | E-mail: sv-trif@mail.ru
Cand. Sc. (Psychology)

Galmak, Maria V. | E-mail: masha_galmak@mail.ru
Graduate



Обусловленность суверенности психологического пространства личности копинг-стратегиями и механизмами психологических защит у выходцев из однодетных и многодетных семей

С. А. Трифонова¹, М. В. Гальмак²

¹Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, Ярославль, Российская Федерация

²Центр Поведенческого Анализа «АВС», Москва, Российская Федерация

DOI: 10.18255/1996-5648-2024-3-496-505
УДК 159.9.07

Научная статья
Полный текст на русском языке

В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи суверенности психологического пространства личности, стратегий совладающего поведения и механизмов психологической защиты личности. Респонденты, выросшие в семьях с разным количеством детей, демонстрируют специфические особенности сложившихся у них способов совладающего поведения и механизмов психологической защиты во взаимосвязи с показателями суверенности психологического пространства личности.

Ключевые слова: психологическое пространство личности; суверенность; механизмы психологической защиты; стратегии копинг-поведения

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Трифопова, Светлана Алексеевна	Е-mail: sv-trif@mail.ru Кандидат психологических наук доцент кафедры социальной и политической психологии
Гальмак, Мария Васильевна	Е-mail: masha_galmak@mail.ru Магистр психологии

Введение

В связи с возросшей интенсивностью жизни в современном обществе необходимо обеспечить человеку его личную автономию и наличие своего личного жизненного пространства. Человек оказывается вовлеченным в круговорот разнообразных взаимосвязей, которые формируют определённые правила поведения и образ жизни в этом пространстве отношений. В таких условиях поддержание собственной суверенности возможно лишь при сохранении личностных границ и обретении собственных форм самовыражения и самопредъявления. Психологическое пространство, его из-

мерения, границы и их устойчивость к внешним воздействиям могут рассматриваться как характеристики основных аспектов функционирования человека в социуме, как компоненты структуры личности и как компоненты ее самосознания [1–2].

В каждый момент времени от человека требуется приспособление границ внутреннего психологического пространства под актуальную ситуацию, особенно это касается общения со значимыми другими в семье [3]. Каждая семья, являясь уникальной системой, создаёт возможность отдельному её члену находить в ней социальную поддержку, развиваться и реализовывать собственный потенциал. Количество детей как характеристика семейной системы определяет ее специфическое своеобразие, что влияет на ход личностного развития каждого ребенка. Поэтому вопросы организации психологического пространства, которое создавало бы для всех членов семьи условия, способствующие обретению психологического благополучия, имеют несомненную практическую значимость. Особенности взаимодействия в семье, взаимная отзывчивость, наличие теплых эмоциональных связей между всеми членами семьи, привязанность друг к другу оказывают влияние на суверенность психологического пространства личности в течение всей жизни человека, являясь для него своеобразным образцом построения отношений с другими людьми [4]. Соответственно, в психологическом консультировании семьи очевидна значимость изучения тех механизмов семейной системы, которые формируют психологическое пространство личности, а также создают возможности для развития способности контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство для всех ее членов. Семьи, количественно различные по составу детей, имеют своеобразные внутрисемейные отношения, которые влияют на способности совладания с трудностями. Целостность психологических границ – это один из немногочисленных, а значит, и важных резервов совладающего поведения.

Объект проведенного авторами и описанного в статье эмпирического исследования – психологическое пространство личности. Предмет – суверенность психологического пространства личности, обусловленная спецификой психологических защит и копинговых стратегий у лиц, выросших в однодетных и многодетных семьях. Цель нашего исследования – выявить специфику взаимосвязи между организацией психологического пространства личности и способами совладающего поведения у взрослых, которые были единственным ребенком в семье, и взрослых, выросших с сиблингами.

Выдвинутая нами общая гипотеза предполагает, что существуют различия во взаимосвязи между организацией психологического пространства личности и функционированием способов совладающего поведения у лиц, выросших в однодетных и многодетных семьях. При этом данная общая гипотеза конкретизируется в следующей частной гипотезе: разви-

тость психологических границ (то есть умеренная суверенность психологического пространства, свидетельствующая о сохранном суверенитете личности) положительно коррелирует с активно выраженным функционированием тех механизмов психологической защиты, которые обладают высокой степенью конструктивности (а именно: рационализацией, компенсацией, гиперкомпенсацией), и тех копинговых стратегий, которые рассматриваются как эффективные (а именно: стратегии самоконтроля, поиска социальной поддержки, принятия ответственности, планирования решения проблемы и положительной переоценки), причём такая взаимосвязь характерна для выходцев из семей с разным количеством детей.

Размер выборки исследования – 60 человек в возрасте от 17 до 23 лет; выборка включала равное количество лиц из семей с одним ребенком и многодетных семей (по 30 человек). Каждая из двух исследуемых групп респондентов включала 15 мужчин и 15 женщин.

Методическое обеспечение исследования

Методическое обеспечение исследования: тест-опросник «Суверенность психологического пространства – 2010» (психометрическая проверка С. К. Нартовой-Бочавер), тест-опросник «Индекс личностного стиля» в адаптации Е. С. Романовой, Л. Р. Гребенникова, «Опросник способов совладания» Р. Лазаруса и С. Фолкман (психометрическая адаптация Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтык, М. С. Замышляевой), методы математической статистики.

Результаты исследования. Мы проанализировали и сравнили данные респондентов из многодетных и однодетных семей в соответствии с выдвинутой гипотезой. Наиболее интересные результаты представлены в таблицах 1 и 2. Так, в таблицах 1 и 2 представлены взаимосвязи между умеренным уровнем сформированности суверенности психологического пространства личности, который продемонстрировали респонденты нашей выборки, и показателями отдельных механизмов психологической защиты, характеризующиеся (высокой степенью конструктивности (рационализация, компенсация, гиперкомпенсация).

Таблица 1

Взаимосвязи между показателями уровня выраженности суверенности психологического пространства личности и механизмов психологической защиты для респондентов – выходцев из многодетных семей¹

Параметры	Механизмы психологической защиты у выходцев из многодетных семей (N=30)		
	Проекция	Рационализация	Гиперкомпенсация
Суверенность психологического пространства личности	-0,45**	-0,452**	-0,406**

¹ коэффициент ранговой корреляции *r*-Спирмена, уровень значимости $p \leq 0,05(**)$

Взаимосвязи между показателями уровня выраженности суверенности психологического пространства личности и механизмов психологической защиты для респондентов – выходцев из многодетных семей²

Параметры	Механизмы психологической защиты у выходцев из многодетных семей (N=30)
Суверенность психологического пространства личности	Замещение
	-0,447**

В таблице 3 представлены результаты корреляционного анализа показателей суверенности психологического пространства личности и степени выраженности отдельных копинговых стратегий.

Взаимосвязь между показателями уровня выраженности суверенности психологического пространства личности и степени выраженности отдельных копинговых стратегий³

Параметры	Выходцы из многодетных семей	Выходцы из однодетных семей
Суверенность психологического пространства личности	Самоконтроль	Бегство – избегание
	-0,398**	-0,556***

Обсуждение результатов

Полученные данные не подтверждают эмпирическую гипотезу, которую мы выдвинули на проверку. Мы обнаружили наличие отрицательной взаимосвязи между уровнем выраженности суверенности психологического пространства личности и функционированием проекции как механизма психологической защиты. Проекция – достаточно распространенный механизм, заключающийся в отказе признавать что-то в своей психической реальности (особенности характера, убеждения, мотивы), но ошибочно приписывать это другому человеку. Данный механизм стирает границу между личным и неличным, делает затруднительным установление различий между самим собой и другим человеком [5]. Безусловно, это не способствует формированию умеренной суверенности психологического пространства, свидетельствующей о сохранном суверенитете личности. Неудивительно, что подобная взаимосвязь была продемонстрирована именно респондентами – выходцами из многодетных семей, поскольку считается, что дети из больших семейств не осознают своё «Я», но воспринимают себя как часть разновозрастного коллектива детей, существующего

² коэффициент ранговой корреляции *r*-Спирмена, уровень значимости $p \leq 0,05(**)$

³ коэффициент ранговой корреляции *r*-Спирмена, $p \leq 0,05(**)$, $p \leq 0,01(***)$

в рамках многодетных семей [6]. Объектом проекции очень часто становятся именно близкие люди [7].

Удивительно, однако, что для респондентов – выходцев из многодетных семей отрицательная связь существует также между уровнем выраженности суверенности психологического пространства личности и мерой использования таких механизмов психологической защиты, как рационализация и гиперкомпенсация, несмотря на их высокую степень конструктивности (в отличие от проекции).

Суверенность психологического пространства личности, характеризующаяся умеренным уровнем выраженности, отражает переживание субъектом своей причастности к ценностным основаниям собственной жизни [2]. Это не соотносится с защитным механизмом рационализации [8] (суть этой защиты – интеллектуальная целенаправленная обработка информации о событии, позволяющая интерпретировать произошедшее как нечто контролируемое). Для человека же, который обладает развитыми психологическими границами, нужды в подобной иллюзии нет. Доказано, что данный вариант защитного поведения формируется при неоднократном проживании в детстве и подростковом возрасте действия фрустраторов, ограничивающих поведение в ситуации конкуренции, что приводит к недостижению цели и проигрышу [9]. Такая ситуация актуальна как раз для лиц, выросших среди нескольких сиблингов. Поэтому степень активности функционирования защитного механизма рационализации у взрослых, выросших среди многочисленных сиблингов, в целом достоверно выше, чем у респондентов единственных детей в родительских семьях. Интерпретировать полученный результат можно с учетом известной психологической особенности многодетных семей, а именно – сконцентрированность таких семей на самих себе, их замкнутость, сосредоточенность на внутреннем психологическом пространстве [10]. Раскроем подробнее этот феномен: дети, растущие в больших семьях, в семьях, где есть отдельная детская подсистема, в силу того что детей много, не стремятся к тому, чтобы общаться со сверстниками вне семьи, потому что для них достаточно общения в границах семейной системы. Только при достижении определенного возраста (младший школьный или младший подростковый возраст) дети из многодетных семей начинают ориентироваться на отношения и коммуникацию со своими сверстниками вне семейной системы. Чаще всего именно в подростковом возрасте происходит выход во внешнюю среду, контактирование за рамками семьи, налаживание отношений не только с сиблингами, но и со сверстниками из других социальных систем (класс, двор, спортивная секция). У единственного ребенка в семье изначально фиксируется дефицит общения со сверстниками, поэтому такой ребенок для удовлетворения потребности в контакте с другими ищет их вне семьи. И это происходит задолго до начала установления подросткового возраста [11].

Компенсация как относительно конструктивная защита – это двух-ступенчатая процедура, заключающаяся в опознавании недостатка, утраты, неполноценности и субъективного исправления обнаруженного для сдерживания горевания. Данный механизм формируется в онтогенезе наиболее поздно [7]. Дети из многодетной семьи, воспринимающие себя как часть большого коллектива и от этого не осознающие ценности собственного «Я», с возрастом [6] могут начать самоутверждаться в попытках доказать свою уникальность или неповторимость, что соответствует как раз описанию действия компенсации. Радикально выраженный вариант компенсации носит название механизма гиперкомпенсации или компенсации на абсолютно идеальном уровне. В основе этого защитного механизма лежит принцип амбивалентности, при котором одна модель поведения, которая оценивается личностью как неприемлемая, заменяется полярной моделью, где личность делает все наоборот. Такая бессознательная подмена позволяет личности избавиться от неприемлемых чувств или мыслей [9]. При этом суверенное психологическое пространство личности с целостными границами, дающее его обладателю возможность поддерживать свою личностную автономию, позволяет индивиду активно взаимодействовать с миром, гибко приспосабливая себя к нему, не утрачивая при этом собственной личностной самобытности, однако осознавая её и принимая [1]. Следовательно, ярко выраженное в своей частоте использования функционирование в системе внутриличностной психологической защиты выходца из многодетной семьи такого защитного механизма, как гиперкомпенсация, не приводит к формированию у данного индивида умеренного уровня выраженности суверенности психологического пространства личности.

Такой механизм психологической защиты, как замещение, не обладает высокой степенью конструктивности [9]: он представляет собой разрядку подавленных эмоций (как правило, враждебных, например гнева) через перенаправление их с объектов, непосредственно вызвавших у индивида эти отрицательные чувства, на те объекты (одушевлённые/ неодушевлённые), которые являются более доступными и представляют меньшую опасность, для снятия с их помощью напряжения через вымещение его на них (или на самого себя). Иными словами, пользуясь замещением, субъект не позволяет себе проживать испытываемые им эмоции, он словно бы отрицает их, отказывается от них, хотя они являются частью его «Я», пытается снизить эмоциональное напряжение с помощью кого-то со стороны, что, очевидно, не способствует установлению индивидом у себя целостных личностных границ: у него не формируются внутренние сдерживающие силы перед соблазном внедрения в психологическое пространство посторонних ему людей. Тогда как человек с развитыми психологическими границами уважает и область личного контроля другого человека, осознавая таковую для себя [12].

Копинговая стратегия самоконтроля, во взаимосвязи с показателями суверенности личностного пространства у выросших в многодетных семьях, предполагает преодоление негативного состояния за счет целенаправленного и произвольного подавления чувств, нивелирования влияния эмоций на понимание происходящего и на выбор тактики поведения. Эта копинг-стратегия свойственна лицам с высоким уровнем контроля над собственным поведением, стремлением к самообладанию [13]. Самоконтроль у ребёнка из большого семейства преобладает над самовыражением [11]. Активное использование копинг-стратегии самоконтроля не способствует формированию у человека личностной суверенности. Это связано с тем, что психологическая суверенность проявляется в индивидуальной убежденности в том, что человек поступает согласно побуждениям и желаниям собственным, а не навязанным другими [2]. При чрезмерном же использовании индивидом самоконтроля наблюдаются трудности выражения своих переживаний и потребностей, их осознания: собственные побуждения игнорируются, не воспринимаются как важные, отставляются в сторону [14]. Личность, базово опирающаяся на стратегию самоконтроля, умеет удерживать и не проявлять свои переживания и намерения, связанные с проблемными ситуациями от окружающих. Хотя личностная суверенность является, наоборот, выражением и проявлением личной свободы человека.

У выходцев из однодетных семей была установлена статистически значимая отрицательная взаимосвязь между показателями уровня выраженности суверенности психологического пространства личности и такой копинг-стратегии, как бегство-избегание. Стратегия бегства-избегания большинством исследователей признаётся неадаптивной, т. к. она обладает низкой степенью конструктивности: полезной оказывается лишь в краткосрочной перспективе, поскольку позволяет быстро снизить эмоциональное напряжение, порождённое стрессом, однако это не способствует разрешению самой проблемы [15]. Её частое использование, краткосрочное в своём функционировании, не способствует развитию состоянию психологических границ субъекта. Как известно, умеренная суверенность психологического пространства, свидетельствующая о сохранном суверенитете личности, развивается на основе обобщённого опыта успешного разрешения личностью фрустрирующих её ситуаций [1]. Поэтому, если личность уклоняется от разрешения трудных жизненных ситуаций (что является как раз характерным для содержания именно такой копинг-стратегии), это в итоге не приводит к становлению психологической суверенности как отдельной черты личности: опыт успешного автономного поведения не успевает накапливаться, тогда как именно личностная суверенность – это возможность человека держать под контролем, оберегать, охранять и расширять своё психологическое пространство. Тот факт, что выявленная нами отрицательная связь между уровнем выраженности суверенности психологи-

ческого пространства личности и бегством-избеганием демонстрируется респондентами-единственными детьми в семье, но не наблюдается у респондентов-выходцев из многодетных семей, может отражать в том числе такую психологическую особенность детей из больших семейств, которая свидетельствует о том, что они воспринимают самих себя как часть коллектива, а потому с трудом могут осознавать своё «Я» [11]. Возможно, это связано с тем, что единственный ребёнок в семье при построении им, по ходу взросления, развития, личностного формирования, собственного психологического пространства взаимодействует в рамках семейной микросреды преимущественно только со своими родителями, а не с другими родственниками. И тогда для маленького ребёнка отвержение со стороны родителя будет нести в себе опасность, поэтому респонденты – выходцы из однодетных семей боятся вызвать неудовольствие у своих родителей и предпочитают избегать ситуаций конфликта. Ребёнок из многодетной семьи строит свои отношения не только с родителями, но и с сиблингами, что даёт эффект разновозрастного маленького коллектива детей [6].

Заключение

Деятельность психологических защит и копинговых стратегий, нацеленная на сохранение границ «Я», можно рассматривать в рамках изучения суверенности психологического пространства личности и развитости психологических границ, их целостности, сохранности, в контексте «ресурсного подхода» к совладающему поведению. В соответствии с ним сохранённые границы психологического пространства личности также можно рассматривать как один из имеющихся у человека возможных ресурсов совладающего поведения. Чтобы защитное поведение личности оказывалось эффективным и способствовало успешной адаптации, человеку важно развиваться в условиях дружественной домашней среды, которая бы способствовала использованию при столкновении с трудностями такие способы защитного поведения, которые обладают высокой степенью конструктивности. Семейная система, в которой растёт и воспитывается человек, оказывает своё влияние не только на суверенность психологического пространства личности, но и на структуру способов совладающего (защитного) поведения. В своем исследовании мы показали, что взрослые, детство которых проходило или в контакте только со старшими членами семьи, или во взаимодействии и со старшими, и с другими детьми, обладают специфическими особенностями системы способов совладающего поведения и механизмов психологической защиты во взаимосвязи с показателями суверенности психологического пространства личности.

Ссылки

1. Нартова-Бочавер С. К. Психологическое пространство личности: монография. М.: Прометей, 2005. 312 с.

2. Нартова-Бочавер С. К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии. СПб.: Питер, 2008. 400 с.
3. Водинчар Е. А., Орлик Л. А. Взаимосвязь суверенности психологического пространства человека и специфики его межличностных отношений // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. 2016. № 1. С. 48–56. EDN WYBSQD
4. Скорова Л. В., Герасимчук Т. А. К вопросу о психологической дистанции в разнотипных семьях // Вестник КемГУ. 2015. № 3-3. С. 248–251. EDN ULXBKT
5. Шамшикова Е. О. Адаптация зарубежной методики «Границы я» Н. Браун (N. Brown) // Мир науки, культуры, образования. 2009. № 4. С. 167-173. EDN KZPCRF
6. Бойко В. В. Многодетная семья. М.: Мысль, 2008. 237 с.
7. Субботина Л. Ю. Психология защитных механизмов личности: Учебное пособие. Ярославль: ЯрГУ, 2013. 164 с.
8. Субботина Л. Ю. Психологическая защита и стресс. М.: Гуманитарный центр, 2013. 300 с.
9. Долгова В. И., Кондратьева О. А. Психологическая защита: монография. М.: Перо, 2014. 160 с.
10. Бойко В. В. Структура и особенности многодетной семьи. М.: Класс, 2011. 118 с.
11. Силина Е. А., Баландина Л. Л. Какие они, дети из многодетных семей? (Психологический очерк индивидуальности детей из многодетных семей): монография. Пермь: Перм. гос. пед. ун-т, 2005. 161 с.
12. Нартова-Бочавер С. К. Психология суверенности: десять лет спустя. М.: Смысл, 2017. 200 с.
13. Вассерман Л. И., Иовлев Б. В., Исаева Е. Р. и др. Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями / Л. И. Вассерман, Б. В. Иовлев, Е. Р. Исаева [и др.]. СПб: НИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2009. 38 с.
14. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения. Кострома: Авантитул, 2004. 344 с.
15. Крюкова Т. Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Изд. 2-е, испр. и доп. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. 61 с.