



# Structural features of the mechanisms of psychological protection and coping strategies for people from large and single-parent families

S. A. Trifonova<sup>1</sup>, M. V. Galmak<sup>2</sup>

<sup>1</sup>P. G. Demidov Yaroslavl State University, Yaroslavl, Russian Federation

<sup>2</sup>ABC Behavioral Analysis Center, Moscow, Russian Federation

DOI: 10.18255/1996-5648-2024-4-662-671

Research article  
Full text in Russian

The article presents the results of an empirical study of coping behavior and psychological defense mechanisms in people from single-parent and large families. Respondents who grew up in families with different numbers of children demonstrate the specific features of their intrapersonal structures of coping behavior. The structural organization of ways of coping behavior of a person for people from single-parent and large families differs, in addition, the structures of ways of coping behavior of a person are heterogeneous in terms of the content of relationships within them for people from families with different numbers of children.

**Keywords:** coping behavior strategies; psychological defense mechanisms; structure of coping behavior methods

## INFORMATION ABOUT AUTHORS

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

Galmak, Maria V | E-mail: [masha\\_galmak@mail.ru](mailto:masha_galmak@mail.ru)  
Graduate



## Структурные особенности механизмов психологических защит и копинг-стратегий у выходцев из многодетных и однодетных семей

С. А. Трифонова<sup>1</sup>, М. В. Гальмак<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, Ярославль, Российская Федерация

<sup>2</sup>Центр Поведенческого Анализа «АВС», Москва, Российская Федерация

DOI: 10.18255/1996-5648-2024-4-662-671  
УДК 159.9.07

Научная статья  
Полный текст на русском языке

В статье представлены результаты эмпирического исследования копинг-поведения и психологических механизмов защиты у выходцев из однодетных и многодетных семей. Респонденты, выросшие в семьях с разным количеством детей, демонстрируют специфические особенности сложившихся у них внутриличностных структур способов совладающего поведения. Структурная организация способов совладающего поведения личности для выходцев из однодетных и многодетных семей различается, кроме того, структуры способов совладающего поведения личности являются разнородными по содержанию взаимосвязей внутри них для выходцев из семей с разным количеством детей.

**Ключевые слова:** стратегии совладающего поведения; механизмы психологических защит; структура способов совладающего поведения

### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Трифонова, Светлана Алексеевна

E-mail: sv-trif@mail.ru

Кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной и политической психологии

Гальмак, Мария Васильевна

E-mail: masha\_galmak@mail.ru

Магистр психологии

### Введение

Одним из важнейших условий, которое влияет на формирование суверенности психологического пространства личности, является семья, в том числе такие её характеристики, как количество детей в ней, порядок их рождения, а также стили воспитания в семье. Кроме того, дружественная домашняя среда может давать человеку силы противостоять стрессам и сложным ситуациям: она способствует тому, чтобы человек, желая

© ЯрГУ, 2024

Статья открытого доступа под лицензией CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

справиться со стрессовыми ситуациями, выбирал наиболее адаптивные для этого способы защитного поведения, среди которых выделяют бессознательные механизмы психологической защиты и сознательные стратегии совладания со стрессом (копинг-стратегии); они не противостоят друг другу, но в своём функционировании дополняют друг друга. Недружественная домашняя среда связывается с выбором неадаптивных способов совладающего поведения для преодоления трудных жизненных ситуаций [1]. Отношения внутри семьи есть одно из важнейших условий возникновения, формирования и последующего развития не только психологического пространства личности, но и внутриличностной системы способов совладающего (защитного) поведения.

Таким образом, в качестве объекта нашего эмпирического исследования выступают совладающее поведение и механизмы психологических защит у выходцев из однопородных и многодетных семей; предмет нашего изучения – специфика структурной организации механизмов психологической защиты и копинговых стратегий у выходцев из однопородных и многодетных семей. Нами была выдвинута гипотеза, что респонденты, выросшие в семьях с разным количеством детей, продемонстрируют специфические особенности сложившихся у них внутриличностных структур совладающего поведения: структурная организация способов совладающего поведения личности для выходцев из однопородных и многодетных семей различается; кроме того, структуры способов совладающего поведения личности являются разнородными по содержанию взаимосвязей внутри них для выходцев из семей с разным количеством детей.

В исследовании приняли участие 60 человек в возрасте от 17 до 23 лет, из них 30 – единственные дети в семье, 30 – выходцы из многодетных (трёхдетных) семей. В каждой из двух исследуемых групп респондентов – 15 мужчин и 15 женщин.

#### **Методическое обеспечение исследования**

Опросник «Индекс личностного стиля» Р. Плутчика – Г. Келлермана – Г. Конте (Life Style Index) (в адаптации Е. С. Романовой, Л. Р. Гребенникова), «Опросник способов совладания» Р. Лазаруса и С. Фолкман (в адаптации Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой), методы математической статистики.

#### **Результаты исследования**

Мы установили наличие общих значимых положительных связей между функционированием отдельных механизмов психологической защиты для респондентов – выходцев из однопородных и многодетных семей. Для обеих групп респондентов характерна положительная взаимосвязь между показателями проекции, компенсация и гиперкомпенсации как механизмов психологической защиты; правда, для выходцев из многодетных семей связь между проекцией и гиперкомпенсацией более явная и однозначная, что может быть связано с психологическими качествами, присущими вы-

---

ходцам из больших семейств и особенностями обстановки воспитания таких детей. Возможно, компенсация в своём функционировании просто дополняет активизирующуюся проекцию, которая сдерживает чувство неприятия индивидом самого себя через приписывание окружающим в том числе тех качеств, которые он в себе и не принимает; соответственно, компенсация (и гиперкомпенсация как идеальная её форма) как механизм преодоления чувства собственной неполноценности предполагает попытки работы над собой через исправление как раз того, что человек в себе не принимает, того, что заставляет его чувствовать себя неполноценным [2].

Весовые коэффициенты каждого из механизмов психологической защиты в исследуемых группах респондентов показывают нам, что в группе выходцев из многодетных семей базовым качеством для структуры механизмов психологической защиты становится гиперкомпенсация, а у единственных детей в семье – замещение. Дети из многодетной семьи, считающие себя частью большого коллектива, воспринимающие себя в его рамках и потому не осознающие ценности собственного личностного «Я», с возрастом могут начать самоутверждаться в попытках доказать уникальность или неповторимость собственной личности, что соответствует как раз описанию действия защитного механизма гиперкомпенсации. Единственный же ребёнок в семье, по ходу взросления и личностного развития, взаимодействует в рамках семейной системы преимущественно с родителями, чье отвержение несёт в себе опасность, т. к. ему будет тяжело выжить без помощи со стороны взрослого.

У выходцев из многодетных семей есть такие механизмы психологической защиты, которые в своём функционировании никак не связаны с другими; у единственных же детей в семье, напротив, практически нет такого защитного механизма, который не подкреплялся бы активностью функционирования других.

Количественные характеристики структурограмм механизмов психологической защиты выходцев из многодетных семей и однопородных дают нам основания утверждать, что наибольшая организованность системы механизмов психологической защиты прослеживается в группе респондентов – единственных детей в своих семьях.

Далее мы проанализировали, какими являются системы индивидуального копинга у респондентов из исследуемых нами групп. Мы обнаружили общую для респондентов – выходцев из однопородных и многодетных семей статистически значимую положительную связь между показателями степени активности функционирования таких копинговых стратегий, как планирование решения проблемы и положительная переоценка, при этом для единственных детей в семье эта связь сильнее. Судя по всему, планирование решения проблемы и положительная переоценка, будучи высокоэффективными копинговыми стратегиями, работают в своём функционировании вместе, усиливая конструктивное влияние друг друга.

Если стратегия планирования решения нацелена на преодоление проблемы в настоящем моменте времени за счёт анализа сложившейся ситуации и возможных вариантов поведения в ней, выработки оптимального способа разрешения проблемы, планирования собственных действий (с учётом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся в наличии ресурсов), то стратегия положительной переоценки позволяет преодолеть негативные переживания, связанные с возникшей проблемой, за счёт взгляда в будущее и рассмотрения её как стимула для личностного роста [3]. Взаимодействуя друг с другом, эти стратегии мобилизуют индивида в проблемно-ориентированном и эмоционально-ориентированном плане, что способствует более эффективному разрешению субъектом той личностной проблемы, с которой он столкнулся.

Выходцы из многодетных и однодетных семей демонстрируют специфические особенности сложившихся у них внутриличностных структур индивидуального копинга. В целях описания качественного своеобразия получившихся структур мы переходим к анализу содержания базовых для каждой из них качеств – тех элементов структуры, которые имеют максимальное число связей с другими элементами, то есть обладают наибольшими структурными весами [4].

В группе выходцев из многодетных семей базовыми качествами для структуры интраиндивидуального копинга становятся планирование решения проблемы и принятие ответственности, а у выходцев из однодетных семей – планирование решения проблемы и положительная переоценка. Взрослые респонденты – выходцы из семей с разным количеством детей, зрелые по своему личностному развитию ориентированы на то, чтобы при столкновении с проблемой обдумывать возможные способы её разрешения. Однако для тех, кто был единственным ребёнком в семье, важен также эмоциональный аспект, поэтому целенаправленный анализ проблемной ситуации они сочетают с преодолением негативных эмоций, этой ситуацией вызванных, за счёт положительного её переосмысления. Можно предположить, что выходцы из однодетных семей привыкли ощущать эмоциональное напряжение, поэтому направляют все энергетические ресурсы на его преодоление и сознательные стратегии работы с ним. Тогда как выходцы из многодетных семей ориентированы сугубо на разрешение самой проблемной ситуации, поэтому работают исключительно с ней и своей ролью в этой ситуации. Тем самым они компенсируют тенденцию избегать прямого столкновения с проблемой и её разрешения, подавляя в себе такое стремление. Это делает структуру индивидуального копинга выходцев из многодетных семей более организованной, что показывают нам количественные характеристики структурограмм копинговых стратегий выходцев из многодетных семей и однодетных.

Выходцы из многодетных семей, взрослея, ориентируются на то, чтобы продемонстрировать уникальность своего личностного «Я», скомпенсировать

ощущение собственной неполноценности. Поэтому они не могут позволить себе избегать проблемных ситуаций при столкновении с ними; напротив, им важно разрешать их, доказывая себе и другим, что они это могут. Кроме того, у выходцев из многодетных семей сверхсуверенность психологического пространства личности выше, чем у тех, кто рос и воспитывался единственным ребёнком в семье [5]. Скорее всего, детям из больших семейств приходилось отстаивать своё право на то, чтобы иметь личные границы, в связи с чем они привыкли к психологическому преодолению: не к снижению психического дискомфорта и подготовке к разрешению проблемы, а к прямому столкновению с ней и её разрешению, что и отличает их от респондентов – единственных детей в семье.

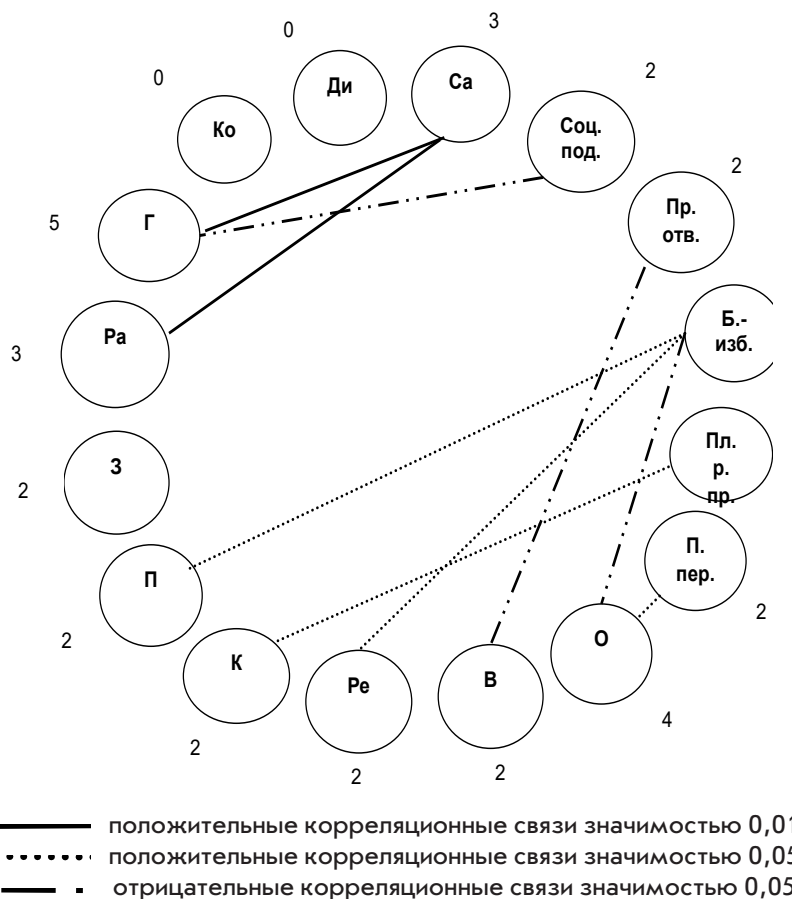
Мы также проанализировали взаимосвязи между показателями механизмов психологической защиты и копинговых стратегий для респондентов – выходцев из многодетных и однодетных семей.

На рис.1 представлена структурограмма способов совладающего поведения и механизмов психологических защит у респондентов, родившихся в многодетной семье.

На рис. 2 представлена структурограмма способов совладающего поведения и механизмов психологических защит у респондентов, родившихся в семье, где они были единственным ребенком.

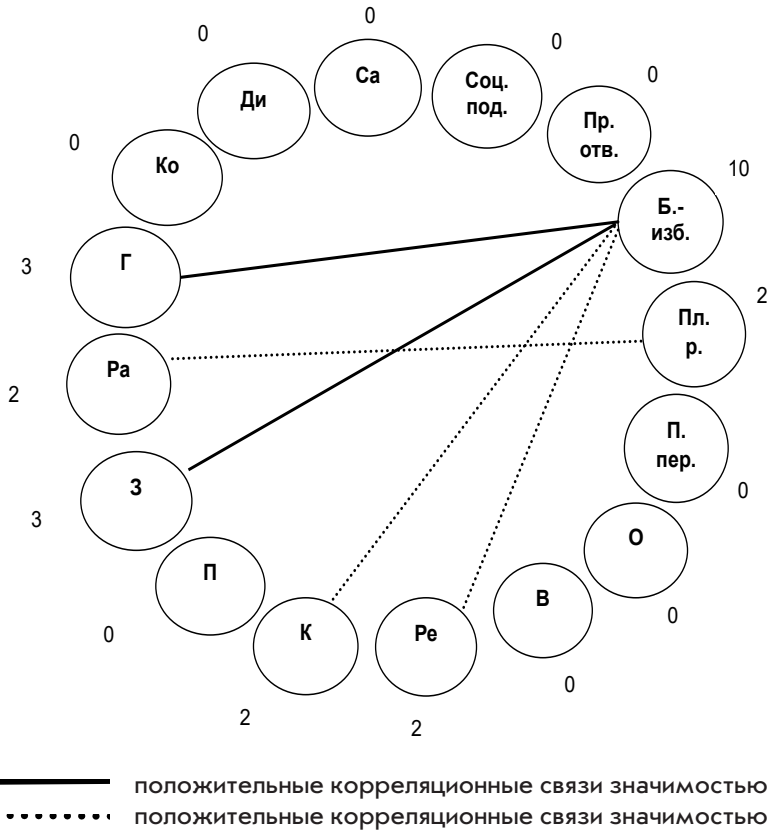
Для респондентов – выходцев из однодетных семей и многодетных присущи статистически значимые положительные связи между показателями таких защитных механизмов, как замещение и регрессия, и такой копинговой стратегией, как бегство-избегание. Общность данной связи для респондентов – выходцев из семей с разным количеством детей указывает на сходное содержание конструкторов, отражающих выявленную взаимосвязь. Многие исследователи указывают, что копинговая стратегия бегства-избегания не отличается высокой эффективностью [6]. Если стратегия совладания с проблемой по типу бегства-избегания подразумевает уход от этой самой проблемы, то и такие защитные механизмы, как замещение и регрессия, предполагают сдерживание неприятных для индивида переживаний, иначе говоря, отказ от этих эмоций, отстранение от них. Регрессия функционирует для сдерживания чувства неуверенности в себе [2, 7]: она как механизм психологической защиты личности характеризуется тем, что в тревожной для него ситуации, сталкиваясь с конфликтом, человек, пытаясь защитить себя, прибегает к менее зрелым из известных ему методам реагирования, которые, однако, кажутся ему, в субъективном восприятии, безопасными, обеспечивающими желанную для индивида защиту. Используя эту защитную реакцию, личность под воздействием фрустрирующих её стимулов отказывается от решения более сложных (на субъективном уровне восприятия) задач, заменяя их более простыми, отдавая предпочтение тем, что кажутся более доступными при сложившейся ситуации [8]. При замещении же индивид снимает напряжение, обращая агрессию

с объекта, непосредственно её вызвавшего, на более слабый одушевлённый или неодушевлённый объект или на самого себя [9].



Ко – конфронтация; Ди – дистанцирование; Са – самоконтроль; Соц. под. – поиск социальной поддержки; Пр. отв. – принятие ответственности; Б.-изб. – бегство-избегание; Пл. р. – планирование решения проблемы; П. пер. – положительная переоценка; О – отрицание; В – вытеснение; Ре – регрессия; К – компенсация; П – проекция; З – замещение; Ра – рационализация; Г – гиперкомпенсация; значения, указанные рядом с элементами структурограммы, обозначают их структурный вес.

Рис. 1. Структурограмма способов совладающего поведения и механизмов психологической защиты у выходцев из многодетных семей



Ко – конфронтация; Ди – дистанцирование; Са – самоконтроль; Соц. под. – поиск социальной поддержки; Пр. отв. – принятие ответственности; Б.-изб. – бегство-избегание; Пл. р. – планирование решения проблемы; П. пер. – положительная переоценка; О – отрицание; В – вытеснение; Ре – регрессия; К – компенсация; П – проекция; З – замещение; Ра – рационализация; Г – гиперкомпенсация; значения, указанные рядом с элементами структурограммы, обозначают их структурный вес

Рис. 2. Структурограмма способов совладающего поведения выходцев из однодетных семей

При этом, что касается качественных различий, которыми обладают структуры способов совладающего поведения выходцев из многодетных и однодетных семей, здесь имеет смысл отметить тот факт, что базовым качеством в группе единственных в своих семьях детей становится бегство-избегание. Одним из базовых качеств для структуры способов совладающего поведения в группе выходцев из многодетных семей также стала копинговая стратегия бегства-избегания. Однако она в своём функционировании не так сильно выражена, кроме того, она «подстёгивается» гиперкомпенсацией – ещё одним базовым качеством структуры способов совладающего поведения для выходцев из многодетных семей.



Очевидно, что семьи с разным количеством детей обладают собственным своеобразием внутрисемейных отношений, обуславливающим особенности жизнедеятельности этих семей. Выходцы из многодетных семей обладают более организованной структурой способов совладающего поведения по сравнению с той, которая формируется внутри личностей выходцев из однодетных семей.

В структуре способов совладающего поведения выходцев из однодетных семей наблюдаются многочисленные положительные корреляции между копинговой стратегией бегства-избегания и другими копинг-стратегиями и механизмами психологической защиты – это и делает её базовым качеством описываемой структуры, что увеличивает функциональность той роли, которую играет бегство-избегание в данной системе способов совладающего поведения выходцев из однодетных семей. Та модель поведения, которая повторялась в ответ на включённость единственных в своих семьях детей в те внутрисемейные отношения, которые складывались в рамках семейной системы, присущей семьям с одним ребёнком, закрепились у выходцев из однодетных семей в конечном итоге как стилевая характеристика их личностей. Тогда как большое количество связанных между собой всевозможными взаимосвязями параметров в структуре способов совладающего поведения выходцев из многодетных семей сделало характеризующую систему более интегрированной, целостной и высокоорганизованной. У выходцев из многодетных семей имеется потому в наличии больше различных моделей поведения, они не склонны к тому, чтобы так явно уходить от столкновения с проблемной ситуацией, как это делают выходцы из однодетных семей; хотя такая тенденция присуща и детям из больших семейств. Однако в попытках скомпенсировать ощущение собственной неполноценности они не могут позволить себе избегать проблемных ситуаций при столкновении с ними; напротив, им важно разрешать их, доказывая себе и другим, что они на это способны. Для этого выходцам из многодетных семей и необходима высокая мобилизация компонентных элементов их системы способов совладающего поведения, что в том числе может свидетельствовать о наличии кризиса, для разрешения которого и пригождается столь мощная актуализация наличных у индивида ресурсов совладания.

Таким образом, проведённое нами эмпирическое исследование способов совладающего поведения у выходцев из однодетных и многодетных семей позволяет нам сделать следующие **выводы**.

Для выходцев из многодетных и однодетных семей существуют общие статистически значимые положительные взаимосвязи между функционированием отдельных механизмов психологической защиты (проекция и компенсация) и копинговых стратегий (планирование решения).

У выходцев из многодетных семей базовым качеством для структуры механизмов психологической защиты выступает защитный механизм гиперкомпенсации, а у единственных в своих семьях детей – замещение. При этом наибольшая организованность системы механизмов психологической защиты прослеживается именно у выходцев из однодетных семей.

---

У выходцев из многодетных семей базовыми качествами для структуры индивидуального копинга являются копинг-стратегии планирования решения проблемы и принятия ответственности, а у выходцев из однодетных семей – планирование решения проблемы и положительная переоценка. При этом структура индивидуального копинга выходцев из многодетных семей более организованная по сравнению с той, которой обладают выходцы из однодетных семей.

У выходцев из однодетных семей базовым качеством для общей структуры способов совладающего поведения становится копинг-стратегия бегства-избегания, а у выходцев из многодетных семей – копинговая стратегия бегства-избегания и механизм психологической защиты – гиперкомпенсация. При этом выходцы из многодетных семей обладают более организованной структурой способов совладающего поведения по сравнению с той, которая формируется внутри личностей выходцев из однодетных семей.

Респонденты, выросшие в семьях с разным количеством детей, демонстрируют специфические особенности сложившихся у них внутриличностных структур способов совладающего поведения. Структурные организации способов совладающего поведения личности для выходцев из однодетных и многодетных семей различаются: кроме того что отличаются структуры способов совладающего поведения личности, они также являются разнородными по содержанию взаимосвязей внутри них.

## Ссылки

1. Нартова-Бочавер С. К., Бочавер А. А., Резниченко С. И., Хачатурова М. Р. Дом и его обитатели: психологическое исследование / отв. ред. С. К. Нартова-Бочавер. М.: Памятники исторической мысли, 2018. 293 с.
2. Долгова В. И., Кондратьева О. А. Психологическая защита: монография. М.: Перо, 2014. 160 с.
3. 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.
4. Карпов А. В., Карпов А. А., Маркова Е. В. Психология принятия решения в управленческой деятельности. Метасистемный подход. Ярославль: ЯрГУ, 2016. 644 с. EDN XDXBXV.
5. Гальмак М. В., Трифонова С. А. Суверенность психологического пространства личности в семьях с разным количеством детей // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2020. № 2. С. 179–187. EDN JNCCSA.
6. Крюкова Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения // Совладающее поведение: современное состояние и перспективы / под ред. А. Л. Журавлёва, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М.: Ин-т психологии РАН, 2008. С. 55–65.
7. Субботина Л. Ю., Юркова М. В. Психология защиты личности: учебное пособие. Ярославль: ЯрГУ, 2004. 104 с.
8. Субботина Л. Ю. Психология защитного поведения: монография. Ярославль: ЯрГУ, 2006. 220 с.
9. Субботина Л. Ю. Психологическая защита и стресс. М.: Гуманитарный центр, 2013. 300 с.