

**Психологические барьеры и механизмы психологической защиты в
молодежной среде**

**Научный руководитель – Захарова, Дулина Анна, Галина Николаевна,
Сергеевна**

Ефимова Кристина Валерьевна

Студент (специалист)

Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова, Чебоксары, Россия

E-mail: nat74777@mail.ru

Эффективность общения зависит от восприятия человеком мира и окружающих людей. На пути восприятия окружающих вещей встают психологические барьеры. Они выступают в роли преграды между человеком и социумом, что значительно усложняет процессы общения, где человек в последующем использует психологические защиты, как способ, направленный на минимизацию переживаний. Более того, чем эффективнее действуют защитные механизмы, тем более искаженную картину наших потребностей, страхов и стремлений они создают (З. Фрейд, 1894).

Целью проведенного исследования стало выявить механизмы психологической защиты и психологических барьеров, которые препятствуют общению человека с другими людьми, распространенные в молодежной студенческой среде.

В исследовании принимало участие 30 человек в возрасте 19-21 лет: 10 юношей, 20 девушек.

В данном исследовании были использованы следующие методики:

- 1) методика диагностики "помех" в установлении эмоциональных контактов В.В. Бойко (В.В. Бойко, 1996),
- 2) Методика диагностики коммуникативной установки В. В. Бойко
- 3) Опросник Плутчика-Келлермана-Контэ "Индекс жизненного стиля" (Р. Плутчик, Г.Келлерман, Х.Р. Контэ, 1979).

По «Методике диагностики "помех" в установлении эмоциональных контактов» В.В. Бойко было выявлено, что у 50% студентов наблюдается неадекватное проявление эмоций. Их эмоции, реакции и поведение не всегда соответствует существующим обстоятельствам или ситуации. 40% студентов не умеют управлять эмоциями и дозировать их. 37% студентов обладают негибкостью, неразвитостью, невыразительностью эмоций - они часто приглушают их и не дают выхода. Доминирование негативных эмоций наблюдаются у 27% студентов - они не всегда умеют сохранять внутреннее равновесие, беспокойны и неуверенны в себе.

По данным Методики диагностики коммуникативной установки В. В. Бойко были получены такие результаты:

Завуалированная жестокость в отношениях к людям, в суждениях о них наблюдается у 40% (12) студентов. В замаскированной, приглушенной или косвенной форме суждения личности содержат недоброжелательность, настороженность в отношениях со многими партнерами, отрицательные выводы о людях, нежелание откликаться на их проблемы.

У 43% (13) студентов ярко выражена открытая жестокость в отношениях к людям. Они не скрывают и не смягчают свои негативные оценки и переживания по поводу большинства окружающих.

У 23 % (7) студентов проявляется обоснованный негативизм в суждениях о людях. Таковой выражается в объективно обусловленных отрицательных выводах о некоторых типах людей и отдельных сторонах взаимодействия.

У 17% (5) студентов наблюдается брюзжание, то есть склонность делать необоснованные обобщения негативных фактов в области взаимоотношений с партнерами и в наблюдении за социальной действительностью. Хотим отметить, что брюзжание ярко выражено у студентов, которые также имеют завуалированную жестокость в отношениях к людям.

27% (8) студентов имеют негативный личный опыт общения с окружающими. Данный компонент установки показывает, в какой мере вам везло в жизни на ближайший круг знакомых и партнеров по совместной деятельности.

В конечном итоге, только 20% (6) студентов имеют положительную коммуникативную установку. Эти студенты готовы доброжелательно относиться к большинству окружающих. Хотим отметить, что в данное число студентов входит большинство юношей, нежели девушек.

80% студентов (14 человек) имеют выраженную негативную коммуникативную установку, которая, по всей вероятности, неблагоприятно сказывается на самочувствии партнеров. Негативная установка отражает готовность недоброжелательно относиться к большинству окружающих. Она формируется под влиянием неблагоприятного опыта человеческого взаимодействия, а также вследствие ярко выраженных эмоций отрицательного спектра.

По данным Опросника Плутчика-Келлермана-Конте "По данным Опросника Плутчика-Келлермана-Конте "Индекс жизненного стиля" (Life Style Index, LSI) наиболее выраженной шкалой является шкала "рационализация", где значение составило 75%(15). Действие рационализации проявляется в основанном на фактах чрезмерно «умственном» способе преодоления конфликтной или фрустрирующей ситуации без переживаний.

По шкале "компенсация" результат составил 36%(11). Данный механизм психологической защиты проявляется в попытках найти подходящую замену реального или воображаемого недостатка, дефекта нестерпимого чувства другим качеством, чаще всего с помощью фантазирования или присвоения себе свойств, достоинств, ценностей, поведенческих характеристик другой личности.

У 36%(11) опрошенных выявлен ведущий механизм защиты "проекция". В основе нее лежит процесс, посредством которого неосознаваемые и неприемлемые для личности чувства и мысли локализуются вовне, приписываются другим людям и таким образом становятся как бы вторичными.

У 33%(10) испытуемых преобладающей является "гиперкомпенсация". Они предотвращают выражение неприятных или неприемлемых для них мыслей, чувств или поступков путем преувеличенного развития противоположных стремлений.

13%(4) студентов имеют такой механизм защиты как "отрицание". Они часто отрицают некоторые фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства. У 10%(3) наблюдается "регрессия". Регрессия рассматривается как механизм психологической защиты, посредством которого личность в своих поведенческих реакциях стремится избежать тревоги путем перехода на более ранние стадии развития либидо.

У 6%(2) опрошенных выражен механизм психологической защиты "замещение".

На основании полученных результатов, можно сделать вывод о том, что большинство студентов имеют выраженные барьеры в эмоционально-коммуникативной сфере. Наиболее выраженным механизмом психологической защиты является "рационализация». На базе полученных результатов разрабатывается психологический тренинг, ориентированный на помощь снятия барьеров в эмоциональной и коммуникативной сфере у студентов, правильному выражению своих эмоций и налаживанию контактов с людьми.

Источники и литература

- 1) 1. Дубровина И.В. Рабочая книга школьного психолога / Дубровина И.В., Акимова

М.К. [Под редакцией И.В. Дубровиной]. – М.: Просвещение, 1991. – 303 с.

- 2) 2. Круглова О.В., Шахматова О.Н. «Психологические защиты личности: учебное пособие». — Екатеринбург: Издательство Росгоспрофпедуниверситет, 2006, 153 стр.
- 3) 3. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции / Авторы очерка о Фрейде Ф.В. Бассин и М.Г. Ярошевский. - М.: Наука, 1989. - 456 с.
- 4) 4. Шапарь В.Б.. Практическая психология. Психодиагностика отношений между родителями и детьми, 2006.