

**Черных Елена Сергеевна**, студентка,  
Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет (НИУ БелГУ),  
г. Белгород

**Зиборова Елена Игоревна**,  
кандидат социологических наук, доцент,  
Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет (НИУ БелГУ),  
г. Белгород

## ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ НА СТРАТЕГИЮ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ

**Аннотация:** психологическая защита играет важную роль в определении стратегии поведения в конфликте. Люди могут использовать различные защитные механизмы, такие как отрицание, проецирование, рационализация и сублимация, чтобы защитить себя от болезненных эмоций и конфликтных ситуаций. Влияние психологической защиты на стратегию поведения в конфликте может быть, как положительным, так и отрицательным.

**Ключевые слова:** психологическая защита, стратегия поведения в конфликте, механизмы психологической защиты, сублимация, эмоции.

Конфликт – это неотъемлемая часть человеческой жизни. В самом широком смысле этого слова, конфликт означает столкновение, противоречие между людьми или группами людей. Он может возникать по самым разным причинам – от незначительных разногласий до серьезных противоречий в мировоззрении. Конфликты играют важную роль в развитии общества. Они способствуют созданию новых идей, инноваций и изменений, которые требуются для прогресса и развития. Однако, если конфликт не управляется правильно, он может привести к большим неприятностям и разрушениям [2]. Основы конфликта лежат в различиях – различиях в мнениях, интересах, ценностях, потребностях и даже в культуре. Понимание этих различий и умение находить компромиссы – важные навыки для разрешения конфликтов. Коммуникация играет ключевую роль в этом процессе. Чем лучше мы умеем слушать и выражать свои мысли и чувства, тем эффективнее мы можем найти решение, удовлетворяющее обе стороны.

Конфликты могут возникать в любой сфере нашей жизни – в семье, на работе, в школе, в государстве. Важно понимать, что конфликт сам по себе не является проблемой, проблемой становится, когда он не решается и эскалирует. Поэтому, важно обращать внимание на первые признаки конфликта и незамедлительно браться за его разрешение.

Психологическая защита – система стабилизации личности, ограждающая сознание человека от переживаний, связанных с конфликтами. Различают следующие защитные психологические механизмы: вытеснение, регрессия, замещение, отрицание, проекция, компенсация, гиперкомпенсация, рационализация, сублимация [3]. Психологическая защита представляет собой неосознаваемые или полуосознаваемые психические механизмы, позволяющие индивиду психологически защищаться от болезненных или неприемлемых мыслей, воспоминаний и эмоций. Таким образом, психологическая защита позволяет сохранять психологическую стабильность и справляться с конфликтами.

Люди, которые находятся в конфликтной ситуации выбирают ту или иную стратегию поведения – соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление –



исходя из того, насколько значим результат, который достигается в конфликте, и насколько важно сохранить отношения с другой стороной. Использование любой стратегии, как и само участие в конфликте, приводит к стрессу [1].

Под стратегией поведения в конфликтном взаимодействии понимается определенная основная направленность действий субъекта, участника конфликта. Считается, что стратегия содержит наиболее общие установки и ориентиры на результат [4]. В психологии известны несколько классификаций стратегий конфликтного поведения. Это типология в терминах игры (выигрыш – проигрыш) и классификация Томаса-Килмена. Формально и логически содержание стратегий с точки зрения игры сводится к четырем вариантам: односторонний выигрыш, односторонний проигрыш, взаимный проигрыш, взаимный выигрыш. Эти варианты находят отражение в конкретных стратегиях переговорного процесса в работах зарубежных и отечественных конфликтологов (Р. Фишер, У. Юри, У. Мастенбрук и др.). Согласно этим авторам, такими стратегиями (для двустороннего конфликта) и их характеристиками являются: выигрыш – проигрыш, проигрыш – выигрыш, проигрыш – проигрыш, выигрыш – выигрыш.

Изучение влияния психологической защиты на стратегию поведения в конфликте очень важно для понимания поведения человека и процессов принятия решений в сложных ситуациях. Конфликт является неотъемлемой частью взаимодействия человека, и люди часто используют различные стратегии, чтобы эффективно защищать себя, чтобы эффективно ориентироваться в этих конфликтах [4].

В результате анализа вопроса о влиянии психологической защиты на стратегию поведения в конфликте на теоретическом уровне была открыта возможность для разработки и реализации практической части исследования.

Нами было проведено исследование, в котором участвовали 60 студентов НИУ «БелГУ» 1-2 курсов.

Исследование проводилось с помощью следующих диагностических методик: 1) Методика «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Х. Келлерман, Х. Конте); 2) Тест К. Томаса «Стратегии поведения в конфликтной ситуации».

В ходе анализа было получено ненормальное распределение, в связи с чем статистическая обработка была произведена с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Полученные данные показывают наличие в выборке различных механизмов психологической защиты. Преобладающим показателем является «Проекция». Это может говорить о том, что респондентам характерно приписывание кому-то или чему-то собственных мыслей, чувств, мотивов, черт характера. Следующим по популярности механизмом является «Отрицание». Данный механизм может проявляться у респондентов в отказе признавать существование чего-то нежелательного. Также довольно распространённым механизмом среди респондентов является «Регрессия». Она выражается в бессознательном обращении к более ранним, менее зрелым и менее адекватным образцам поведения, которые кажутся гарантирующими защиту и безопасность. Такие механизмы психологической защиты как: интеллектуализация, компенсация, замещение, реактивное образование, подавление встречаются у респондентов значительно реже.

Следующим этапом нашей работы стало определение стратегий поведения в конфликтной ситуации.

Наибольшее количество респондентов используют в разрешении конфликтной ситуации такой тип поведения как «Компромисс», что говорит о том, что действия конфликтующих направлены на поиски разрешения сложной ситуации, за счет взаимопонимания и уступок. Вторым по популярности выступает «Уклонение», что указывает на нежелание отстаивать свое мнение и находить пути решения проблем. Стили «Приспособление», «Сотрудничество» и «Соперничество» встречаются у респондентов значительно реже.



С помощью метода ранговой корреляции Спирмена нами были выявлены взаимосвязи между механизмами психологической защиты и стратегиями поведения в конфликте, а именно: положительную связь между механизмом психологической защиты «Отрицание» и стратегией поведения в конфликте «Уклонение»; положительную связь между механизмом психологической защиты «Отрицание» и стратегией поведения в конфликте «Приспособление»; положительную связь между механизмом психологической защиты «Регрессия» и стратегией поведения в конфликте «Соперничество»; отрицательную связь между механизмом психологической защиты «Регрессия» и стратегией поведения «Компромисс»; положительную связь между механизмом психологической защиты «Проекция» и стратегией поведения «Компромисс»; отрицательную связь между механизмом психологической защиты «Замещение» и стратегией поведения в конфликте «Компромисс»; отрицательную связь между механизмом психологической защиты «Реактивное образование» и стратегией поведения в конфликте «Сотрудничество».

Полученные данные позволяют нам сделать вывод, что механизмы психологической защиты влияют на стратегию поведения в конфликте.

*Список литературы:*

1. Гришина, Н.В. Психология конфликта [Текст]: Н.В. Гришина // Москва.: Питер, 2021.– 574 с.
2. Серебрякова, Т.А. Проблема конфликта в психологии [Электронный ресурс] / Т.А. Серебрякова, С.В. Десятова // cyberleninka.ru – новостной сайт научных статей. – 2016.
3. Субботина, Л.Ю. Психология защитного поведения: моногр. // Яросл. гос. ун-т. Ярославль: ЯрГУ, 2006. –220 с.
4. Чернова, Г. Р. Конфликтология: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Р. Чернова, М. В. Сергеева, А. А. Беляева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 203 с.

