

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНАЛЬНОСТІ

### FEATURES OF THE PSYCHOLOGICAL PROTECTION OF PERSONALITY IN PERSONS WITH DIFFERENT LEVELS OF INTERNALITY

*У статті розглядаються особливості взаємозв'язку локусу контролю особистості як усвідомлення власної відповідальності за контроль над ситуацією і результатом діяльності та механізмів психологічного захисту як несвідомих проявів функціонування психіки. Визначення специфіки механізмів психологічного захисту особистості залежно від рівня інтернальності дозволить описати основні типи реагування та специфіку поведінки особистості з різним локусом контролю.*

*У емпіричному дослідженні нами було використано методику «Індекс життєвого стилю» (Life Style Index, LSI) Р. Плутчіка, Х. Келлермана, Х. Р. Конте та методику «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера. До участі у дослідженні було залучено 58 осіб віком 17–54 роки. Математико-статистична обробка результатів дослідження здійснювалася за допомогою критерію U Манна-Уїтні та коефіцієнта рангової кореляції Спірмена. Було застосовано програмне забезпечення IBM SPSS Statistics 20.0.*

*У результаті дослідження підтверджено схильність екстерналів до застосування примітивних захисних механізмів регресії, проєкції та реактивного утворення, роль яких – переважно зняття психічної напруги та відповідальності, дистанціювання від проблем. Особистісна позиція осіб з екстернальним локусом контролю щодо уникнення відповідальності за події життя тісно перекликається з відповідними захисними механізмами, що позбавляють особистість переживань у зв'язку з ухиленням від проблем та їх осмисленням. Досліджувані з високою екстернальністю у сфері сімейних відносин властиві переважно механізми витіснення та заміщення на протизвазу інтерналам. У сфері міжособистісних відносин спостерігається домінування механізму заперечення у інтерналів та механізму регресії з екстерналів. Встановлено значущі від'ємні статистичні зв'язки механізмів витіснення та заміщення з інтернальністю у сфері сімейних відносин, а також механізму регресії з інтернальністю у сфері досягнень. Через брак свідомого контролю над ситуацією екстерналам властиве відгородження від ситуації замість активного прагнення до її вирішення.*

**Ключові слова:** особистість, механізми психологічного захисту, інтернальність, екстернальність, локус контролю.

*The article examines the peculiarities of the relationship between the locus of control of the individual as an awareness of one's own responsibility for control over the situation and the result of the activity and the mechanisms of psychological protection as unconscious manifestations of the functioning of the psyche. Determining the specificity of the mechanisms of psychological protection of the individual depending on the level of internality will allow to describe the main types of response and the specific behavior of the individual with different locus of control.*

*In the empirical study, we used the Life Style Index (LSI) method by R. Plutchik, H. Kellerman, H. R. Conte and the "Level of Subjective Control" method by J. Rotter. 58 people aged 17–54 were involved in the study. Mathematical and statistical processing of the research results was carried out using the Mann-Whitney test and Spearman's rank correlation coefficient. IBM SPSS Statistics 20.0 software was used.*

*As a result of the study, the propensity of externals to use primitive defense mechanisms of regression, projection and reactive formation was confirmed, the role of which is primarily the removal of mental tension and responsibility, distancing from problems. The personal position of persons with an external locus of control regarding the avoidance of responsibility for life events is closely related to the corresponding protective mechanisms that relieve the individual of experiences in connection with avoiding problems and making sense of them. Research subjects with high externality in the field of family relations are mainly characterized by mechanisms of displacement and substitution, as opposed to internal ones. In the field of interpersonal relations, there is a dominance of the mechanism of denial among internals and the mechanism of regression among externals. Significant negative statistical relationships of displacement and substitution mechanisms with internality in the field of family relations, as well as the regression mechanism with internality in the field of achievements, were established.*

**Key words:** personality, mechanisms of psychological protection, internality, externality, locus of control.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.56.25>

**Ільницька Л.А.**

старший викладач кафедри теорії та методики практичної психології ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

**Постановка проблеми.** Рівень напруження у сучасному стресогенному суспільстві досягає критичних показників. Можливості психіки людини встояти перед вимогами сьогодення та виробити ефективні способи реагування та поведінки у різних ситуаціях та сферах діяльності являють собою значний науковий інтерес. Визначення специфіки механізмів психологічного захисту особистості залежно від рівня інтернальності дозволить описати основні типи реагування та специфіку поведінки особистості з різним локусом контролю.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Теоретичні та практичні основи наукового розуміння проблеми локусу контролю представлені у працях А. Бандури, Дж. Роттера, Х. Хекгаузена та інших. Проблема механізмів психологічного захисту розкрита у працях А. Адлера, У. Райха, З. Фрейда, Е. Фрома, Т. Яценко та інших.

Локус контролю особистості був представлений науці Дж. Роттером у рамках теорії соціального навчання і визначається як загальне відчуття внутрішнього або зовнішнього під-

кріплення. Внутрішній (інтернальний) локус контролю описує впевненість людини у можливості контролювати події як результат своєї поведінки. Зовнішній (екстернальний) локус контролю описує впевненість людини в тому, що події є результатом долі, випадковості або контрольованого впливу інших людей [6]. Під контролем слід розуміти, що людина наділена силою чи станом або реалізує певну поведінку з тим, щоб підтримати або уникнути подій життя. Контроль у поєднанні з ініціативністю та цілеспрямованістю є основою успішності діяльності. Чим більшою мірою людина контролює ситуацію або позитивно оцінює можливість здійснення контролю, тим більш стресостійкою вона є [4].

Локус контролю особистості являє собою усвідомлення власної відповідальності за контроль над ситуацією і результатом діяльності. Такі особистісні компоненти, як активність, соціальний інтерес, світосприймання, емоційна стабільність, самовідношення, потреби і мотивація, мають вагомий вплив на його прояви [1]. Неабияке значення відводиться механізмам психологічного захисту – несвідомим проявам функціонування психіки. Адже додання особистістю життєвих труднощів може відбуватися як за рахунок стратегій долаючої поведінки, так і за допомоги механізмів психологічного захисту [3; 5]. Захисні механізми є автоматизованою, фіксованою реакцією, яка актуалізується у напруженій ситуації з тим, щоб зняти психологічну напругу, що виникла внаслідок внутрішнього конфлікту. Прийнято розрізняти примітивні механізми захисту (заперечення, проєкція та ін.) та зрілі механізми (витіснення, раціоналізація, сублімація та ін.) [2].

**Постановка завдання.** Метою роботи є визначення особливостей психологічного захисту залежно від рівня інтернальності особистості.

Завдання дослідження:

1) встановити наявність кореляційного зв'язку між механізмами психологічного захисту особистості та рівнем інтернальності;

2) визначити перевагу механізмів психологічного захисту залежно від видів інтернальності.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У емпіричному дослідженні нами було використано методика «Індекс життєвого стилю» (Life Style Index, LSI) Р. Плутчіка, Х. Келлермана, Х.Р. Конте та методика «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера. До участі у дослідженні було залучено 58 осіб віком 17–54 роки. Математико-статистична обробка результатів дослідження здійснювалася за допомогою критерію U Манна-Уїтні та коефіцієнта рангової кореляції Спірмена. Було застосовано програмне забезпечення IBM SPSS Statistics 20.0.

За допомогою критерію U Манна-Уїтні виявлено статистично значимі відмінності психологічного захисту особистості у осіб з різним рівнем інтернальності, які представлено у таблиці 1.

Як показують результати статистичного аналізу, досліджувані із загальною інтернальністю рідше вдаються до механізму регресії, на відміну від осіб з домінуванням загальної екстернальності ( $U=204$ ;  $p=0,034$ ). Механізм регресії є ознакою слабкості особистості, пасивності її реакцій на життєві обставини, уособлює собою безпорадність, відмову від відповідальності, інфантильні форми поведінки. За змістом цей механізм дуже тісно переплітається з екстернальним локусом контролю.

Застосування механізму проєкції є власним екстерналам порівняно з інтерналами ( $U=189$ ;  $p=0,017$ ). Проєкція, як і регресія, являє собою примітивний механізм захисту, який полягає у переносі своїх неприйнятних емоцій, почуттів та характеристик на інших, на оточення. У разі зіткнення з труднощами проєкція проявляється у прагненні пере-

Таблиця 1

**Прояв механізмів психологічного захисту у осіб із загальною інтернальністю та екстернальністю**

Параметр	Критерій U Манна-Уїтні	Рівень значимості	Медіана	
			Особі із загальною інтернальністю	Особі із загальною екстернальністю
Зап	265,5	0,307	90	84
Вит	287,5	0,531	76	76
Рег	204	0,034	85	88
Ком	298,5	0,665	88	88
Пр	189	0,017	27	46
Зам	246,5	0,174	77	93
Інт	311,5	0,844	59	76
Ру	213	0,05	61	91

Примітка. Умовні позначення механізмів психологічного захисту: Зап – заперечення; Вит – витіснення; Рег – регресія; Ком – компенсація; Про – проєкція; Зам – заміщення; Інт – інтелектуалізація; Ру – реактивне утворення.

класти відповідальність за те, що відбувається у внутрішньому світі особистості, на зовнішнє середовище, що підкреслює спрямованість екстерналів, схильних до застосування цього механізму, до уникнення відповідальності за життєві події.

Механізм реактивного утворення є домінуючим у людей із загальною екстернальністю і слабо вираженим у осіб із загальною інтернальністю ( $U=213$ ;  $p=0,005$ ). Людина демонструє емоції та переживання, які є протилежними її справжнім переживанням. Слідом за емоціями йде прояв протилежних вчинків, переконань, поведінки тощо. Отже, у разі зустрічі з труднощами екстернали, усвідомлюючи власну неможливість контролювати та змінити ситуацію, вдаються до поведінки, протилежної їхній власній позиції.

Спостерігається тенденція до застосування екстерналами примітивних захисних механізмів: регресії, проєкції, реактивного утворення. Це характеризує осіб з домінуванням екстернального контролю як інфантильних, яким важко утримувати контроль над життєвими обставинами. Екстернальність як характеристика особистості пов'язана з переживанням особистістю нездатності контролювати протікання життєвих подій. У разі зіткнення з проблемною ситуацією екстернали будуть прагнути уникнути цієї ситуації, що може бути реалізовано за рахунок роботи механізмів психологічного захисту. Таким чином, властива особистості екстернальність актуалізує захисні механізми переважно регресії, проєкції, реактивного утворення, що, на нашу думку, пов'язано з недостатньою соціальною та емоційною зрілістю і браком навичок відповідальної поведінки. Навпаки, застосування зрілих і конструктивних захисних механізмів (інтелек-

туалізація, компенсація, заміщення) дозволить успішно справлятися з життєвими труднощами та долати кризові ситуації, що забезпечить формування свідомої, зрілої регуляції поведінки у проблемних умовах.

У ході дослідження не виявлено значущих кореляційних зв'язків між інтернальністю та механізмами психологічного захисту. Тобто відсутні специфічні захисні механізми, характерні для інтерналів – осіб, які усвідомлюють власну відповідальність за виникнення і вирішення життєвих проблем. І, навпаки, статистично підтверджено схильність екстерналів до застосування певних захисних механізмів, роль яких – переважно зняття психічної напруги та відповідальності, дистанціювання від проблем. Серед них механізми регресії, проєкції, реактивного утворення. Особистісна позиція щодо уникнення відповідальності за події життя тісно перекликається з відповідними захисними механізмами, що позбавляють особистість переживань у зв'язку з ухиленням від проблем та їх осмисленням.

Прояви механізмів психологічного захисту залежно від рівня інтернальності у сфері сімейних відносин представлено у таблиці 2.

Досліджувані екстернали у сфері сімейних відносин схильні застосовувати механізм психологічного захисту витіснення, на відміну від інтерналів ( $U=198$ ;  $p=0,016$ ). Суть витіснення полягає у тому, щоб уникати усвідомлення як внутрішніх переживань, так і зовнішніх подій, які можуть завдати шкоди психічному добробуту. Екстернали схильні проблеми у сімейних стосунках витіснити, а негаразди забувати, обґрунтовуючи таку позицію неможливістю впливати на ситуацію. Чим більше екстернал витісняє у несвідоме, тим менш адекватними є його реакції на напружену ситуацію у сімей-

Таблиця 2

**Прояв механізмів психологічного захисту у осіб з інтернальністю у сфері сімейних відносин**

Параметр	Критерій U Манна-Уїтні	Рівень значимості	Медіана	
			Особі з інтернальністю у сфері сімейних відносин	Особі з екстернальністю у сфері сімейних відносин
Зап	320,5	0,785	87	84
Вит	198	0,016	52,5	87
Рег	312,5	0,680	85	88
Ком	325	0,846	88	88
Пр	293	0,452	27	41
Зам	176	0,005	77	93
Інт	322	0,806	76	76
Ру	262	0,194	97	76

Примітка. Умовні позначення механізмів психологічного захисту: Зап – заперечення; Вит – витіснення; Рег – регресія; Ком – компенсація; Про – проєкція; Зам – заміщення; Інт – інтелектуалізація; Ру – реактивне утворення.

них стосунках і тим більш дезадаптовану поведінку він демонструє.

Механізм заміщення також є характерним для екстерналів порівняно з інтерналами ( $U=176$ ;  $p=0,194$ ). Оскільки сімейні стосунки є важливою складовою частиною життя особистості, вдавання до механізму заміщення у сфері сімейних відносин є очікуваним. Заміщення дає можливість перенести переживання і поведінку із сімейних відносин на інший, менш значущий об'єкт, або замістити задоволення потреби, яка не може бути реалізована у ситуації, що склалася. Особливо актуальним це є для осіб з домінуванням екстернального локусу контролю, які не мають внутрішнього ресурсу взяти ситуацію під контроль.

Таким чином, результати статистичного аналізу вказують на наявність значимих відмінностей у прояві захисних механізмів витіснення та заміщення залежно від рівня суб'єктивного контролю та їх переважне використання екстерналами.

Прояви механізмів психологічного захисту залежно від рівня інтернальності у сфері міжособистісних відносин представлено у таблиці 3.

Психологічний механізм заперечення активніше застосовують у сфері міжособистісних відносин інтернали, ніж екстернали ( $U=275,5$ ;  $p=0,027$ ). Відмова сприймати ситуацію або обставини такими, якими вони є, характерна для заперечення. Замість об'єктивної оцінки ситуації міжособистісних відносин інтернали будують викривлене уявлення про дійсність, незважаючи на внутрішні ресурси контролювати ситуацію та ефективно впливати на неї. Це ускладнює адаптивність поведінки.

Виявлено тенденцію до домінування механізму регресії у ситуації міжособистісної взає-

модії у екстерналів ( $U=300$ ;  $p=0,067$ ). Регресія є широко розповсюдженим механізмом, що проявляється у разі зіткнення з проблемною ситуацією. Замість зрілого підходу до вирішення проблеми екстернали вдаються до незрілих, інфантильних способів реагування. У міжособистісних відносинах це виглядає як перекладання відповідальності за вирішення проблем на оточуючих. Такий механізм є характерним для слабких особистостей, які безсильні перед труднощами.

Результати статистичного аналізу кореляційних зв'язків механізмів психологічного захисту та рівня інтернальності наведені у таблиці 4.

Статистичний аналіз результатів дозволяє визначити значимий від'ємний зв'язок інтернальності у сфері сімейних відносин з механізмом витіснення ( $r=-0,343$ ;  $p\leq 0,01$ ). Ця закономірність підтверджена вище критерієм U Манна-Уїтні. Екстерналам, на відміну від інтерналів, через брак свідомого контролю над ситуацією у сімейних відносинах є властивим відгородження від проблеми, що склалася, замість активного прагнення до її вирішення.

Інтернальність у сфері досягнень негативно корелює з регресією як механізмом психологічного захисту ( $r=-0,267$ ;  $p\leq 0,05$ ) та має тенденцію до негативного статистичного зв'язку з реактивним утворенням ( $r=-0,220$ ;  $p\leq 0,097$ ). Регресія спонукає особистість з екстернальним локусом контролю до уникнення внутрішніх і зовнішніх чинників проблемної ситуації. Замість зміни своїх реакцій і поведінки відповідно до ситуації особа позбавляється травмуючих психіку переживань, але фактично розв'язання проблеми не відбувається. Реактивне утворення є домінуючим у осіб не лише з висо-

Таблиця 3

**Прояв механізмів психологічного захисту у осіб з інтернальністю у сфері міжособистісних відносин**

Параметр	Критерій U Манна-Уїтні	Рівень значимості	Медіана	
			Особи з інтернальністю у сфері міжособистісних відносин	Особи з екстернальністю у сфері міжособистісних відносин
Зап	275,5	0,027	90	81,5
Вит	398,5	0,783	76	87
Рег	300	0,067	85	91,5
Ком	400,5	0,806	88	88
Пр	394,5	0,735	31,5	41
Зам	341	0,238	86	93
Інт	349,5	0,294	76	67,5
Ру	325,5	0,153	61	91

Примітка. Умовні позначення механізмів психологічного захисту: Зап – заперечення; Вит – витіснення; Рег – регресія; Ком – компенсація; Про – проекція; Зам – заміщення; Інт – інтелектуалізація; Ру – реактивне утворення.

**Коефіцієнти кореляції між механізмами психологічного захисту та інтернальністю особистості**

Механізми психологічного захисту	Інтернальність особистості						
	ІЗ	ІД	ІН	ІС	ІВ	ІМ	ІЗд
Зап							
Вит				-0,343; p≤0,01			
Рег	-0,254; p=0,054	-0,267; p≤0,05	-0,227; p=0,086		-0,233; p=0,079		
Ком							
Пр							
Зам	-0,240; p=0,070			-0,368; p≤0,01			
Інт							
Ру		-0,220; p=0,097					

Примітка. 1) Умовні позначення механізмів психологічного захисту: Зап – заперечення; Вит – витіснення; Рег – регресія; Ком – компенсація; Пр – проєкція; Зам – заміщення; Інт – інтелектуалізація; Ру – реактивне утворення; 2) Умовні позначення інтернальності особистості: ІЗ – інтернальність загальна; ІД – інтернальність у сфері досягнень; ІН – інтернальність у сфері невдач; ІС – інтернальність у сфері сімейних відносин; ІВ – інтернальність у сфері виробничих відносин; ІМ – інтернальність у сфері міжособистісних відносин; ІЗд – інтернальність у сфері здоров'я.

кою загальною інтернальністю, але й з високою екстернальністю у сфері досягнень. У разі конфлікту між бажаним та наявними можливостями у сфері досягнень для таких осіб є характерним прояв емоцій та поведінки, які є протилежними істинним. Таким чином знімається психічне напруження, яке виникає через неможливість активного вирішення ситуації. Отже, як регресія, так і механізм реактивного утворення властиві екстерналам, для яких є характерними відсутність внутрішнього відчуття контролю над ситуацією та прагнення до активного розв'язання цієї ситуації.

Прослідковується тенденція до від'ємної кореляції регресії із загальною інтернальністю ( $r=-0,254$ ;  $p\leq 0,054$ ), інтернальністю у сфері виробничих відносин ( $r=-0,233$ ;  $p\leq 0,079$ ) та з інтернальністю у сфері невдач ( $r=-0,227$ ;  $p\leq 0,086$ ). Вказані закономірності описують типовий для екстерналів спосіб реагування на труднощі у різних сферах, а саме пристосування до ситуації, що склалася, звертаючись до інфантильних способів мислення, переживань та поведінки. Це виникає через нездатність адекватно впоратися з труднощами і призводить до викривлення дійсності.

Захисний механізм заміщення має від'ємну кореляцію з інтернальністю у сфері сімейних відносин ( $r=-0,368$ ;  $p\leq 0,01$ ) та тенденцію до від'ємного зв'язку із загальною інтернальністю ( $r=-0,240$ ;  $p\leq 0,070$ ). Особи із загальною екстернальністю та екстернальністю у сфері сімейних відносин вдаються до підміни об'єкта реалізації переживань чи потреб, тим самим послаблюючи психічне напруження, що виникає через неможливість впоратися з вирішен-

ням проблем, що склалися. Така поведінка, з одного боку, пом'якшує стресове навантаження на екстерналів, а з іншого – суперечить можливості адекватного вирішення проблемної ситуації.

Таким чином, результати дослідження дозволяють констатувати переважний прояв екстерналами таких захисних механізмів, як регресія, заміщення, витіснення, реактивне утворення, які дозволяють знизити психологічне напруження у зв'язку з неможливістю контролю та зміни оточуючих обставин.

**Висновки з проведеного дослідження.**

1. Встановлено наявність кореляційного зв'язку між механізмами психологічного захисту особистості та рівнем інтернальності. Статистичний аналіз результатів вказує на значимий від'ємний зв'язок захисного механізму регресії із загальною інтернальністю, інтернальністю у сфері досягнень, невдач та виробничих відносин. Заміщення як захисний механізм негативно корелює із загальною інтернальністю та інтернальністю у сфері сімейних відносин. Захисний механізм реактивного утворення має від'ємну кореляцію з інтернальністю у сфері досягнень, а механізм витіснення з інтернальністю у сфері сімейних відносин. Вказані закономірності визначають перевагу застосування певних механізмів психологічного захисту особами з екстернальним локусом контролю, а саме: регресії, заміщення, витіснення, реактивного утворення. Через інфантильність особистості та брак свідомого контролю над ситуацією екстерналам властиве відгородження від ситуації замість активного прагнення до її вирішення, підміна

об'єкта реалізації переживань чи потреб, звернення до дитячих способів переживань та поведінки та прояв емоцій та поведінки, які є протилежними істинним.

2. Визначено перевагу механізмів психологічного захисту залежно від видів інтернальності. Статистично підтверджено схильність екстерналів до застосування примітивних захисних механізмів регресії, проєкції та реактивного утворення, роль яких – переважно зняття психічної напруги та відповідальності, дистанціювання від проблем. Особистісна позиція осіб з екстернальним локусом контролю щодо уникнення відповідальності за події життя тісно перекликається з відповідними захисними механізмами, що позбавляють особистість переживань у зв'язку з ухиленням від проблем та їх осмисленням. Досліджуваним з високою екстернальністю у сфері сімейних відносин властиві переважно механізми витіснення та заміщення на противагу інтерналам. У сфері міжособистісних відносин у інтерналів спостерігається домінування механізму заперечення, тоді як у екстерналів – регресії.

Актуальним є подальше дослідження локусу контролю у зв'язку із самооцінкою і самовідношенням особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Дмишко О. Детермінанти та психологічні особливості локусу контролю особистості. *Наука і освіта*. 2008. № 8–9. С. 47–51.
2. Кирпенко Т.М. Механізми психологічного самозахисту підлітків : монографія. Сєвєродонецьк : вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. 176 с.
3. Фельдман Ю.І. Валеоустановка в зв'язку з копінг-стратегіями та захисними механізмами особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2017. № 35. С. 411–425.
4. Flammer A., Nakamura Y. An den Grenzen der Kontrolle / Jerusalem M., Hopf D. Selbstwirksamkeit und Motivationsprozesse in Bildungsinstitutionen. Weinheim : Beltz, 2002. S. 83–112.
5. Kähele H., Steffens W. Abwehr und Bewältigung. Mechanismen und Strategien Wie ist eine Integration möglich? *Bewältigung und Abwehr. Beiträge zur Psychologie und Psychotherapie schwerer körperlicher Krankheiten*. Berlin : Springer. 1988. S. 1–50.
6. Kovaleva A., Beierlein C., Kemper C.J., Rammstedt B. Eine Kurzskaala zur Messung von Kontrollüberzeugung: Die Skala Internale-Externale-Kontrollüberzeugung-4 (IE-4). *Working Papers*. Köln : GESIS – Leibniz-Institut für Sozialwissenschaften, 2012. № 19. S. 1–26.