

никативных и организаторских способностей среди студентов двух факультетов: факультета психологии и педагогики; факультета татарской и сопоставительной филологии. Для достижения цели исследования была использована «Методика оценки коммуникативных и организаторских способностей личности» В. Синявского и Б. А. Федоришина. Для математической обработки данных был применен критерий t-Стьюдента. Исследование проводилось среди двух групп испытуемых, по 15 человек в каждой группе.

В результате проведенного исследования было выявлено, что у студентов факультета психологии и педагогики коммуникативные способности развиты лучше (ср. знач = 0,6), чем у студентов факультета татарской и сопоставительной филологии (ср. знач = 0,47). Студенты факультета психологии и педагогики обладают более выраженными способностями взаимодействовать с людьми в процессе общения, так как это их профессионально важные качества. Развитию коммуникативных способностей способствуют практические занятия и тренинги. С помощью тренингов студенты приобретают навыки активного слушания, поддержки и демонстрации эмпатии партнеру по общению; у них формируется способность прогнозировать реакции партнера на собственные акты коммуникативных действий.

Сравнительное исследование организаторских способностей показало, что испытуемые обеих групп имеют уровень организаторских способностей ниже среднего. Средние значения равны 0,64 (студенты факультета психологии и педагогики) и 0,59 (студенты факультета татарской и сопоставительной филологии). Статистически значимых различий по данному показателю выявлено не было.

#### МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ПРИ РАЗРЕШЕНИИ ВНУТРИЛИЧНОСТНЫХ КОНФЛИКТОВ

Кузьмина Е.В., Шакурова Н.Р., Минахметова А.З.

*Елабужский институт, филиал  
ФГАОУ ВПО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Елабуга,  
e-mail: lizochka.kuzmina.1993@mail.ru*

В жизни каждого человека случаются конфликты, как внешние, так и внутренние. При том следует отметить, что от внутреннего конфликта нам никуда не деться. Но не стоит бояться ситуации, когда возник внутриличностный конфликт. Потому что это ситуация не только естественная в нашей жизни, но и дает возможность развиваться индивиду как личности, самосовершенствоваться и изменяться к лучшему.

Несмотря на множество научных работ, многочисленных исследований, в настоящее время ученые не пришли к единому представлению о том какие существуют причины возникновения внутриличностного конфликта, механизмах протекания и о путях разрешения.

Работа нацелена на изучение особенностей психологической защиты личности при разрешении внутриличностных конфликтов. Исследование осуществлялось с помощью методики «Индекс жизненного стиля» и тестом на конфликтность Кноблех – Фальконетта.

Согласно результатам, полученным по методике «Индекс жизненного стиля», видно, что большинство опрошенных (35%) используют в качестве механизма защиты реактивные образования. Для них характерно преобразование негативного чувства в позитивное и наоборот. Зачастую это преобразование ненависти в любовь, агрессивность в дружелюбие и т.п.

Ни один участник исследования не использует в жизни интеллектуализацию как механизм защиты при разрешении внутриличностных конфликтов.

Пять процентов опрошенных применяют проекцию и подавление. Опрошенные, использующие механизм защиты проекцию, чувства и действия, неприемлемые для личности, переносят на внешний объект. Таким образом, человек, который отрицает в себе самом какие-то негативные качества, желания и личностные черты, проецирует их на второстепенное лицо. Нередко, чтобы оправдать свою безответственность, человек приписывает безответственное поведение окружающим. Тем самым человек избавляется от внутриличностного конфликта и перекладывает «вину» на другого. При подавлении индивид защищается путем блокировки информации, которая его тревожит.

У 10% опрошенных защитным механизмом внутриличностного конфликта является регрессия, при помощи которого личность в своем поведении, стремясь избежать стрессовой ситуации, переходит на ранние стадии психического развития. Человек, который ощущает на себе состояние фрустрации, стремится избавиться от него путем перехода в ситуацию с более простыми задачами. Т.е. регрессия предполагает плавный переход к тому времени, когда личности было удобно и спокойно.

25% участников опроса, при возникновении внутриличностного конфликта, используют механизм защиты – компенсация. Компенсация – осознанный механизм, который смягчает чувство неполноценности, потери или утраты психической или психофизической.

Тест на конфликтность (Кноблех – Фальконет) оценивает склонность к внутриличностному конфликту по двум шкалам – эгохватание и гармоничность. Среди испытуемых 45% имеют внутреннюю конфликтность. Как правило, такие люди нуждаются в посторонней помощи, нерешительны, несамостоятельны. Четверть испытуемых относятся к шкале гармоничности. Такие люди спокойны, уверены в себе, умеют ставить перед собой задачи и последовательны в своих действиях. Остальная часть участников теста частично относится к эгохватанию, частично к гармоничности.

Корреляционный анализ Пирсона показал, что гармоничное развитие личности характеризуется при проявлении защитных механизмов отрицание (-0,42) и проекция (0,28). Для гармоничного развития личности необходимо осознание и принятие происходящего вокруг и собственные неприемлемые мотивы, желания выдавать за чужие и как следствие отсутствие ответственности за них. И наоборот возникновению внутренней конфликтности приводит принятие происходящего вокруг себя и внутреннее неприемлемое воспринимается через свою призму личности.

Мы рассмотрели основные механизмы психологической защиты. Не стоит забывать, что помимо них существуют и другие механизмы защиты, которые могут быть как конструктивными, так и деструктивными в становлении и развитии личности. Каждый человек, который может применять данные механизмы защиты, имеет устойчивую самооценку и совершенствуется как личность. Следует отметить, что не только психологи активно пользуются этими знаниями. Неосознанно каждый человек применяет механизмы психологической защиты. Эти знания помогут нам в дальнейшем работать со своим подсознанием, а так же контролировать действия психологической защиты относительно себя и других людей.