

## Содержание:

# Введение

Исследование внутриличностных конфликтов очень актуально в наше время. Большинство людей достаточно часто конфликтуют между собой. Конфликты приводят к плохим отношениям, к стрессам, дракам и могут стать причиной войны. У них очень большой диапазон влияния. Ведь что как не противоречия могут сбить человека с толку? Такие противоречия могут возникать не только с окружающими. Зачастую человек может конфликтовать сам с собой, и такой конфликт довольно трудно решить, а порой он даже и не осознаётся. Так как же можно избежать конфликтов с окружающими, если человек не всегда может решить даже собственные внутренние конфликты?

Для начала необходимо определить, что же такое внутриличностный конфликт. Этому понятию можно дать много характеристик, однако самым точным будет следующее описание. *Внутриличностный конфликт* - это состояние, при котором индивид ощущает сильную эмоциональную напряженность, вызванную невозможностью определения стратегии поведения, в связи с наличием противоречащих друг другу устоявшихся целей, мотивов и ценностей индивида.

Таким образом, внутренний конфликт возникает из-за неустойчивости системы ценностей личности, несформированных жизненных приоритетов и целей. Интересно, что не всегда человек может осознавать свои установки на жизнь. Зачастую мы просто не задумываемся об этом, а действуем относительно сиюминутных ощущений. Таким образом, внутренний конфликт может быть еще более не осознан в нашем сознании, хотя его роль в поведении человека нельзя недооценивать.

От чего же возникает внутриличностный конфликт? Это может быть как неудовлетворённость своим статусом, местом работы, отношениями с окружающими, так и непонимание или неполное осознание своих истинных желаний и потребностей.

Внутриличностный конфликт - это еще половина беды для нашей психики. Ведь психика человека очень хрупка и подвержена различным потрясениям, против которых она выстраивает защитные механизмы или психологическую защиту. Это

психический процесс, который направлен на минимизацию отрицательных переживаний и не осознаётся человеком. У психики человека всё должно быть под контролем, всё гармонично и стабильно. Однако в жизни индивида, порой, происходят травмирующие события, которые выбивают его из колеи.

Современное общество подвержено глобальным социальным изменениям, которые предполагают существенную перестройку системы ценностей индивидов. От современного общества требуется умение подстраиваться под изменяющиеся социальные нормы и стандарты. Такие изменения, может, и приносят пользу обществу: оно изменяется, совершенствуется и т.д. Однако эти изменения чаще всего сопровождаются негативными последствиями для психики, если они не находят опоры в его личностно-смысловых образованиях. При таком раскладе нарушается личностная адаптация. Эта дезадаптация может проявляться в форме внутриличностных конфликтов, которые сопровождаются эмоциональной напряжённостью и низкой стрессоустойчивостью.

**Актуальность исследования** внутриличностного конфликта определяется скудным числом исследований этой проблемы. А определение взаимосвязи его с психологической защитой еще меньше. Так же данную проблему в основном изучали зарубежные авторы, а отечественная психология в свою очередь в этой сфере значительно отстаёт.

Преследуя вышеперечисленные мотивы, мы провели исследование, в котором приняли участие 56 человек. В возрасте от 17 до 23 лет. Мужчины в количестве 21 человека и 35 девушек. Все испытуемые являются студентами разных факультетов и направлений. Для установления различий были выделены 4 группы по 2 критериям: по полу (девушки и юноши); по направленности обучения (студенты-психологи и студенты других направленностей).

**Объектом** исследования выступает эмоциональная напряжённость.

**Предметом** исследования является взаимосвязь внутриличностной конфликтности с основными механизмами психологической защиты.

**Целью** исследования является определение взаимосвязи внутриличностных конфликтов с основными механизмами психологической защиты.

**Гипотезой** исследования является предположение о том, что существует статистически значимая связь между внутриличностными конфликтами и основными механизмами психологической защиты.

## Задачи исследования:

- Определить теоретические аспекты изучения внутриличностных конфликтов
- Изучить понятие и сущность внутриличностного конфликта
- Установить роли механизмов защиты в функционировании и разрешении внутриличностных конфликтов
- Эмпирически исследовать взаимосвязь внутриличностной конфликтности с основными механизмами психологической защиты
- Описать ход исследования и проанализировать используемые методики
- Интерпретировать результаты исследования

Информационную базу исследования составили труды современных исследователей, авторов научно-популярных книг, профессоров и т.д. В большей степени мы опирались на труды следующих авторов: Анцупов А.Я. (Конфликтология, 2016); Зеленков М.Ю. (Конфликтология, 2015); Долгова В.И. (Психологическая защита, 2014).

В данной курсовой работе на испытуемых были проведены 3 методики:

1. Методика Уровень соотношения «ценности» и «доступности» Е.Б. Фанталовой (УСЦД)
2. Методика Индекс жизненного стиля Р.Плутчика, Г.Келлермана и Х.Р.Конте (ИЖС) в адаптации Вассермана Л.И., Ерышева О.Ф., Клубовой Е.Б.
3. Методика исследования самоотношения С.Р. Пантелеева (МИС)

Две из них, а именно методики УСЦД и МИС направлены на выявление внутриличностного конфликта, а методика ИЖС на установление наличия и степени выраженности основных механизмов психологической защиты.

Так же для исследовательской части курсовой работы применялись статистические критерии: для установления корреляции - Коэффициент ранговой корреляции Спирмена ( $r_s$ ); а для установления различий - статистический непараметрический критерий Манна-Уитни (U-критерий).

**Практическое значение** полученных данных актуально для психологов-практиков, научных руководителей и любителей психологии. Полученные данные помогут давать более обоснованные выводы относительно последствий или сопутствующих процессов при эмоциональной напряженности индивида. В практике можно использовать приведённые данные, опираясь на достоверность предположения о наличии механизмов защиты при эмоциональной неустойчивости

личности, при характерных внутренних противоречиях, при нарушениях в ценностно-смысловых образованиях и т.д. Соответственно повышается качество психологической помощи и коррекционная работа с клиентом в психологической практике.

Курсовая работа состоит из введения, двух глав – теоретической и эмпирической, которые в свою очередь, подразделены на две параграфа соответственно, заключения, списка использованной литературы и приложений.

## **Глава 1. Теоретические аспекты изучения внутриличностных конфликтов**

### **1.1 Понятие и сущность внутриличностного конфликта**

Внутриличностный конфликт - довольно обширное понятие. Под внутриличностным конфликтом можно понимать различные состояния человека, в зависимости от причин, которые его определяют, от видов, которыми они являются, от характера проявления, особенностей протекания и важности последствий.

Одно из его определений звучит следующим образом. *Внутриличностный конфликт (ВК)* – это конфликт внутри психического мира личности, представляющий собой столкновение её противоположно направленных мотивов (потребностей, интересов, ценностей, целей, идеалов).<sup>[1]</sup> Это состояние психики, при котором она подвержена противоречиям взаимоисключающих мотивов и целей, справиться с которым она не в состоянии. Личность не успевает подстроиться под новые обстоятельства, предыдущие модели поведения устаревают, и происходит своеобразный стресс, который приглушается активизацией механизмов психологической защиты.

Не смотря на то, что внутренние противоречия человека – это неотъемлемая часть его жизни, большая часть исследований в сфере конфликтологии приходится на межличностные конфликты – около 83% работ, и лишь 8% посвящены внутриличностным конфликтам.<sup>[2]</sup> Такие результаты заставляют задуматься о расставлении исследователями приоритетов в развитии конфликтологии.

Интересно, что людям ценно знать причины межличностных конфликтов и пути их решения больше, чем конфликты внутреннего «Я». Хотя большинство ситуаций недопонимания людей друг с другом возникают от того, что субъекты этого конфликта не понимают даже самих себя и не знают, что для них ценнее и чего они хотят.

Определив понятие внутриличностного конфликта необходимо раскрыть его сущность, выделить основные особенности, виды и типы такого конфликта. Так же мы обозначим несколько теорий, которые затрагивали проблему внутреннего конфликта человека и обозначим основные моменты в них.

Итак, ВК отличается от обычного конфликта с окружением несколькими особенностями. Они заставляют воспринимать его как отдельную сферу конфликтологии и принимать его как более значимую часть нашей личности. Выделяется три ключевые особенности:

1. Структура конфликта не стандартная. Субъектом конфликтного взаимодействия и главным носителем конфликта является один и тот же человек. Противоречие протекает без взаимодействия с посторонними лицами. В таком конфликте нельзя перестать контактировать с оппонентом конфликта, такой конфликт не оставляет выбора человеку, и так или иначе его придётся решать.
2. Протекание данного конфликта вызывает более сильные последствия, это достаточно длительный и трудный процесс, сопровождаемый стрессом, тяжёлыми переживаниями, и зачастую вызывает депрессию и невроз. Такое состояние зачастую накапливает негативную энергию в человеке, держит его в напряжении, от чего травмируется как его физическое благосостояние, так и психическое.
3. Латентность такого конфликта позволяет ему оставаться незамеченным. Этот процесс не всегда осознаётся личностью, в связи с чем, приобретаются новые стратегии сокрытия данной проблемы от бессознательного. Это может проявляться в форме: слишком активной жизни, не смотря на усталость; завышенного настроения; излишней агрессивности и т.д. [3]

Данные характеристики создают впечатление чего-то неконтролируемого, неосознанного и негативного. Однако если лучше разобраться в этом вопросе, можно сделать вывод, что эти конфликты сопровождают нас повсюду, и не всегда мы их не осознаём или они наносят нам существенный вред.

Итак, разберёмся в типах внутриличностного конфликта. Как мы уже говорили, в конфликтологии внутриличностный конфликт является очень малоизученной сферой. В связи с этим классификация типов внутренних конфликтов достаточно сильно хромает. И всё же для примерного понимания структуры внутренних конфликтов мы рассмотрим типологию А.И. Шпилова.[\[4\]](#) В данной типологии основой для различения выступает ценностно-мотивационная сфера личности. В ней дифференцируются элементы внутреннего мира человека, которые вступают в конфликт. Такими элементами являются: ценности, мотивы и самооценка.

Ценности человека составляют разнообразные общественные нормы, этические стандарты и устоявшиеся стереотипы поведения в обществе. Это часть человеческой жизни, которая представляется ему как «Я должен».

Мотивы же отражают направленность индивида разного характера. Это могут быть его мечты, интересы, потребности, стремления, и всё, что для человека является элементом «Я хочу».

И последнее, это самооценка человека, которая является настоящей осознаваемой фигурой «Я». Личность оценивает свои качества, способности, возможности. Определяет своё место в обществе и своё влияние на него. Такой компонент внутреннего мира человека характеризуется как «Я есть» в полярном значении «я могу» и «я не могу». Таким образом, А. И. Шпилов и А. Анцупов выделили шесть типов внутриличностного конфликта:[\[5\]](#)

1. *Мотивационный конфликт.* Может проявляться при наличии взаимоисключающих целей индивида. Как пример можно привести желание человека создать семью и посвятить себя детям, и противоречащее ему желание заняться своей карьерой и зарабатывать много денег. Такой конфликт распространён среди целеустремленных людей, чьи стремления порой могут противоречить друг другу.
2. *Нравственный конфликт.* Проявляется при сомнениях в правильности установленных обществом норм и ценностей, при ситуации выбора долга и личных желаний, в ситуации моральных принципов и вынуждающих обстоятельств.
3. *Конфликт нереализованного желания.* Такой конфликт порождает суровая действительность и невозможность реализации своих желаний. Причинами чаще всего являются неудовлетворённость своей внешностью, способностями или анатомическими особенностями индивида.

4. *Ролевой конфликт*. Это противоречие личностных ориентаций внутреннего «Я». В школе человек учится, после 30 строит семью и т.д. Однако принятие своей роли в определённый момент времени может деформироваться, либо сливаться с другой ролью.
5. *Адаптационный конфликт*. Это нарушение равновесия между субъектом и окружающей средой. Нарушение адаптации личности в социуме, в профессиональной деятельности. Требования общества и невозможность их реализации индивидом.
6. *Конфликт неадекватной самооценки*. Среди таких конфликтов можно выделить стремление человека повысить свои притязания, чтобы добиться успеха и понижать эти притязания, для подстраховки в случае неудачи. Расхождение между оценкой своих возможностей и притязаниями приводит к эмоциональной неустойчивости, тревожности и неуверенности.[\[6\]](#)

Определение данных типов даёт нам более полноценную картину о внутриличностном конфликте. Такая классификация имеет не такую давнюю историю, однако предпосылками к этому стали события, начинавшиеся еще в 19 веке, во время развития психоаналитической теории.

Титул первооткрывателя в научном изучении внутриличностного конфликта принадлежит австрийскому учёному Зигмунду Фрейду, который определил биосоциальную и биопсихическую сторону внутреннего конфликта. Он говорил, прежде всего, о постоянном напряжении внутреннего мира человека, о противоречии сознания и бессознательного, о борьбе биологических влечений с морально-этическими нормами и стандартами. В психоанализе внутриличностный конфликт является чуть ли не основополагающей составляющей теории. Так как роль бессознательного во внутреннем конфликте нельзя недооценивать, а в психоанализе почти все основные постулаты затрагивают бессознательную сферу психики. В своей трехкомпонентной структуре личности Фрейд выделяет 3 компонента: Ид – является бессознательными побуждениями человека; Супер-Эго – совокупность морально-этических норм и общественных стандартов личности; Эго – является посредником между сознательным и бессознательным человека.

Исходя из характеристик данных составляющих личности, можно говорить о неизбежных конфликтах между Ид и Супер-Эго. Эти конфликты активируют механизмы психологической защиты.[\[7\]](#)

Наряду с психоаналитическими теориями свой вклад сделали представители гуманистического направления в изучении внутренних конфликтов личности.

Одним из таких представителей является американский психолог - Карл Роджерс. Он говорил о важнейшем компоненте личности, который определяет как его самооценку, так и возникновение ВК. Таким компонентом является «Я-концепция» - это представление личности о самой себе. И такое представление зачастую не сходится с представлением об идеальном образе «Я». Такой диссонанс Роджерс определяет как ВК.

И еще одним теоретиком, чью теорию мы раскроем в ключе ВК - это советский психолог А.Н. Леонтьев. Он создал теорию предметной деятельности, в которой говорил о сущности ВК как о неизбежной составляющей структуры личности, обусловленной её индивидуальными характеристиками. Осуществляя разные виды деятельности, человек существует в различных отношениях, которые определяют его ведущий мотив поведения. Таким образом, эти составляющие постоянно меняются в структуре личности, сознание не успевает «переключаться» и возникает ВК.[\[8\]](#)

Рассмотрев основные как зарубежные, так и отечественные теории можно сделать вывод, что внутриличностный конфликт - это неотъемлемая часть человеческого существования. Он присутствует почти во всех сферах нашей жизни и бывает не только «злокачественным образованием» личности, мешающим её развитию и самореализации, но так же и подталкивает человека к формированию устойчивых морально-этических ценностей, ведущих мотивов и желаний, определения своей роли в обществе и т.д.

## **1.2 Роль механизмов защиты в функционировании и разрешении внутриличностных конфликтов**

В зарубежной и отечественной психологии проблема психологической защиты возникла давно. Под пристальным вниманием находится специфика поведения человека, направленная на ослабление кризисных событий. Так же изучаются причины возникновения МПЗ, ищутся способы их обнаружения.

Современные исследования механизмов психологической защиты тесно связаны с различными характеристиками человека, сопровождающие их. Например, такими являются: тревога, кризисные события, установки человека, наличие у него внутриличностного конфликта, травмирующие события, период адаптации и т.д.



Впервые термин «психологическая защита» был употреблен З. Фрейдом в 1894г. в работе «Защитные нейропсихозы».[9] По его первоначальным представлениям механизмы психологической защиты являются врожденными, и запускаются в экстремальной ситуации, выполняя функцию «снятия внутреннего конфликта» т.е. выступают как средство решения конфликта между сознательным и бессознательным.[10].

Как раньше этот термин не имел определённого значения, и постоянно изменялся, так и в современном понимании психологическая защита у разных авторов понимается по-разному. Изучая МПЗ, исследователи не раз сталкивались с разнообразными определениями, и разногласиями понимания данного термина.

Изучив современную литературу, и определив характер понимания психологической защиты, как способа разрешения внутриличностного конфликта, наиболее точным будет следующее определение. *Психологическая защита* – это специальная регулятивная система стабилизации личности, направленная на устранение или сведение до минимума чувства тревоги, связанного с осознанием конфликта.[11]

История изучения феномена «психологическая защита» довольно обширна и затрагивает почти каждое направление психологии. Многие авторы, так или иначе, признавали определённую роль механизмов защиты в своих теориях и в жизни человека. Первым направлением, которое активно изучало МПЗ и использовало их для объяснения разного рода состояний человека, стало психоаналитическое направление. Главными представителями являются Зигмунд Фрейд и Анна Фрейд. Первое определение защитных механизмов ввела именно Анна Фрейд, и понимала она их как автоматические процессы бессознательного, которые являются деятельностью «Я» и проявляющиеся в ситуации аффектов, которые представляют опасность.[12]

Помимо психоаналитической теории проблему МПЗ изучали и другие как зарубежные, так и отечественные психологи. У разных авторов изучение МПЗ ограничивалось описанием только отдельных механизмов защиты. Кто-то заострял внимание на защитных стратегиях поведения, а другие занимались их классификацией. Объём данной курсовой работы не позволяет нам более обширно раскрыть эту тему. В силу таких обстоятельств более подробно затронем только классификацию Р. Плутчика, чью методику мы используем в данном исследовании.

Р. Плутчик с соавторами Г. Келлерманом и Х. Контом в 1979 году создали модель функционирования МПЗ. Данная модель рассматривает МПЗ как прототипы восьми базисных эмоций. Такими эмоциями являются удивление, ожидание, принятие, отвержение, печаль, радость, страх и гнев. Он выделил восемь основных механизмов психологической защиты, а именно: отрицание, подавление, регрессия, компенсация, проекция, замещение, интеллектуализация, реактивное образование.

Данная теория является одной из самых удачных попыток классификации механизмов защиты и объединения знания о них в единую систему. На основе данной теории был создан опросник «Life Style Index», известный так же как «Индекс жизненного стиля». Подробнее об этом мы познакомимся во второй главе данной работы.[\[13\]](#) Итак, мы дали определение понятию «психологическая защита», изучили его историю и современное понимание, выделили восемь основных МПЗ, которые будут использоваться в данной работе. Теперь необходимо выявить роль МПЗ в функционировании и разрешении внутриличностных конфликтов.

Итак, в данной работе мы понимаем психологическую защиту через призму конфликта. Говоря о конфликте, мы понимаем его как обострённое противоречие, выходящее за рамки «незамеченного», и требующее принятия каких либо действий со стороны психики для его разрешения. Такой процесс реализуется путем активизации механизмов психологической защиты. Постепенное искажение реальных ситуаций, посредством МПЗ, обеспечивает разную степень снятия внутриличностного конфликта, доходя порой до полной блокировки негативной информации во время восприятия.

Как мы уже говорили выше, существует огромное количество выделяемых разными авторами МПЗ, однако, мы будем говорить о восьми, выше указанных. Итак, МПЗ являются основными формами адаптации психики к новым условиям и способом реагирования на стрессовые ситуации. Таким образом, можно выделить две их основные функции: 1) адаптация 2) саморегуляция.

Относительно функции адаптации действует следующая схема. Происходит травмирующая ситуация, включаются МПЗ, психика находится под защитой и стабильно функционирует, в то время как в сфере бессознательного травмирующая ситуация в зависимости от выбранного МЗ переструктурируется и становится либо вытесненной, либо замещается и т.д. Таким образом, психика адаптируется и после этого готова медленно, но верно ослаблять МПЗ и давать

человеку сознательно разрешить эту проблему.

Рассмотрим особенности выделенных МПЗ и приведём примеры их работы. Первым механизмом будет «Отрицание». В ситуации активизации данного механизма информация, поступающая в сознание, отрицается, не воспринимается человеком как истинная, не смотря на внешние доказательства, мнения людей и т.д. Так, например, при обнаружении измены со стороны супруга, человек может эту информацию скрыть данным МЗ и впоследствии воспринимать своего партнёра, не замечая его отрицательные качества, поступки и игнорируя свои негативные переживания относительно него.

Следующий механизм – это «Вытеснение». При помощи данного механизма вытесняются внутренние импульсы человека: его желания, мысли, чувства, скрытые намерения, мечты и т.д. Они могут нести характер неприемлемых действий и желаний для личности, исходя из его моральной сферы. Вызванная тревога блокируется их вытеснением в бессознательное. Зачастую из-за работы данного механизма человек не может вспомнить ключевых деталей каких-то травмирующих событий прошлого, забывает свои переживания на тот момент, не понимает причину своей, как ему кажется немотивированной тревоги. Хотя она может быть результатом эмоциональной напряженности от сохранившегося внутреннего конфликта, который стал результатом той ситуации.

Третий механизм защиты называется «Регрессия». С помощью данного механизма личность старается избегать тревогу путём использования стереотипного поведения. При фрустрирующей ситуации человек предпочитает решение более простых и доступных задач. Конфликт возникает при более развитом поведении и мышлении, когда личность многосторонняя, неординарная, действует наперекор стереотипам. А при регрессии личность избегает новых и неизведанных ситуаций, путём функционирования максимально стереотипно, механизированно и упрощённо.

При работе еще одного механизма, а именно «Компенсации» личность ищет замену неудовлетворяющим составляющим своей жизни. Порой это может воспроизводиться в форме фантазий, без реальной компенсации. Определённые недостатки человека могут компенсироваться излишней развитостью других способностей. Ребёнок, которого обижают в школе другие, физически более развитые дети, будет компенсировать свои недостатки при помощи интеллектуальных способностей. Он будет учиться лучше всех, тем самым заменяя свой недостаток новым достоинством.

Следующим механизмом является «Проекция». В основе данного механизма лежит процесс, в результате которого неприемлемые для человека качества, намерения приписываются другим людям, становясь, таким образом, вторичными, не относящимися к субъекту качествами. Так, человек может полностью приписать окружению свои негативные стороны личности и отрицать их у себя, либо же может делать то же самое и оправдывать у себя их наличие за счёт сравнения с другими. Например, лицемерный человек может обвинять всех и каждого в лицемерии, оставаясь при этом как бы ни при чём. Либо же может приписать это качество своему окружению и не чувствовать себя единственно плохим.

Шестым механизмом является «Замещение». При действии этого механизма подавленные эмоции направляются на более доступные объекты окружения. Так, если на работе на человека накричал босс, а он промолчал в силу их различий по профессиональному статусу, то позже эти подавленные эмоции будут выплеснуты на подчинённых этого человека, на его детей, незначимого человека или любого, кто представляет меньшую «опасность».

Предпоследним механизмом будет «Интеллектуализация». Зачастую его обозначают как «рационализация». В опроснике Плутчика эти два понятия объединены. Действие этого механизма проявляется в «умственном» способе разрешения конфликта. Субъект использует логические установки и манипуляции в свою пользу, даже при наличии противоречащих им доказательств. Часто придумываются псевдоразумные причины, для объяснения или защиты своих действий или переживаний, для сохранения самоуважения. Интересно, что при таком способе ухода от ВК личность очень умело, оправдывает любые ситуации.

И последний защитный механизм, носящий название «Реактивные образования» очень схож с понятием «Гиперкомпенсация». Он характеризуется трансформацией неприемлемых мыслей и чувств в полную противоположность им. Например, человек чувствует, что он очень жадный, агрессивный и безразличный. При работе реактивных образований личность формирует в себе излишнюю миролюбивость, внимательность к окружению и щедрость.[\[14\]](#)

Итак, определив характер влияния механизмов психологической защиты на личность, на её поведение и мироощущение, можно сделать несколько основных выводов. Во-первых, механизмы защиты играют огромную роль в сохранении стабильности психики. Они могут искажать восприятие субъекта; подменять его истинные переживания, мысли и чувства; видоизменять его представление о внешней действительности и многое другое. Во-вторых, их активизация

происходит на фоне формирования или активного влияния внутриличностного конфликта на психику человека. Мы однозначно определили их роль в функционировании ВК, понимая их как способ его разрешения посредством различных манипуляций в отношении сознания. Однако способ их разрешения нельзя назвать однозначно конструктивным. Так как решение внутренних человеческих противоречий происходит не путём его сознательной работы, а с помощью различных уловок бессознательного.

## **Глава 2. Эмпирическое исследование взаимосвязи внутриличностной конфликтности и основных механизмов психологической защиты**

### **2.1 Ход исследования, характеристика используемых методик**

Целью данного исследования является определение взаимосвязи между внутриличностным конфликтом (ВК) и основными механизмами психологической защиты (ОМПЗ). Гипотезой в свою очередь является подтверждение данной взаимосвязи. Объектом исследования выступает эмоциональная напряжённость, а предметом исследования является взаимосвязь внутриличностной конфликтности с основными механизмами психологической защиты. В рамках исследования были проведены 3 методики:

1. Методика Уровень соотношения «ценности» и «доступности» Е.Б. Фанталовой (УСЦД)
2. Методика Индекс жизненного стиля Р.Плутчика, Г.Келлермана и Х.Р.Конте (ИЖС) в адаптации Вассермана Л.И., Ерышева О.Ф., Клубовой Е.Б.
3. Методика исследования самоотношения С.Р. Пантелеева (МИС)

Среди этих трёх методик две из них, а именно УСЦД и МИС, выявляют наличие и степень выраженности внутреннего конфликта. А результаты по методике ИЖС показывают силу действия восьми основных психологических защит.

Все методики были переведены в стандартизированную шкалу – стэны. Что даёт возможность сравнивать их значения, которые находятся в диапазоне от 1 до 10.

При стандартизации результатов тестов было использовано нелинейное преобразование. При использовании разных формул стандартизации было выявлено, что выборка испытуемых в данном исследовании не соответствует нормальному распределению.

Так же одной из задач исследования является установить взаимозаменяемость методик по выявлению внутреннего конфликта. В методике МИС только одна шкала определяет внутренний конфликт, и именно её мы будем коррелировать с результатами по методике УСЦД с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Этот же статистический критерий использовался для обнаружения статистически значимой корреляцией между показателями методики ИЖС и методиками УСЦД и МИС соответственно.

Помимо основной задачи исследования мы так же имеем несколько дополнительных исследовательских задач: установить различия между группами юношей и девушек по проведённым методикам; установить различия между группами студентов-психологов и студентов других направленностей. Данные задачи мы будем решать с помощью статистического непараметрического критерия Манна-Уитни.

Оговорив все основные задачи исследования и их компоненты необходимо охарактеризовать исследуемую выборку. В исследовании приняли участие 56 человек. Возраст испытуемых был примерно одинаковым, это люди в возрасте от 17 до 23 лет. Все испытуемые являются студентами, и были подразделены на две основные группы: студенты, обучающиеся по направлению «психология» (40 испытуемых) и студенты других направленностей (16 испытуемых). Так же выборка подразделяется на две подгруппы, а именно на девушек в количестве 35 человек и юношей в количестве 21 человека. Такая группа была сформирована на основе их доступности к тестированию, и не сильного разброса в возрасте.

Для правильной интерпретации результатов, полученных по используемым методикам необходимо определить их теоретические основы, характер стимульного материала, выделенные шкалы и остальные необходимые их составляющие.

Первая методика, которая была проведена в данном исследовании, определяет выраженность внутриличностного конфликта. Это методика Уровень соотношения «ценности» и «доступности» Е.Б. Фанталовой (УСЦД).

Испытуемым предлагается двенадцать понятий, которые обозначают человеческие ценности. Перед ними стояла задача попарно сравнить между собой эти понятия-ценности. Сравнение проходило в два этапа: сравнение по большей ценности для испытуемого и сравнение по большей доступности. Ответы заносились в специальные бланки ответов. Стимульный материал и бланки для ответов были взяты из монографии автора методики[\[15\]](#), и представлены в Приложении 1.

В основе методики лежит положение о том, что в сознании человека существует две «плоскости». Одна состоит из ведущих ценностей человека, его будущих целей и мотивов, наиболее ценных параметров жизни. А вторая «плоскость» состоит из того, что в данный момент доступно человеку, того, что находится в его «зоне лёгкой досягаемости». Соотношение этих плоскостей в мотивационно-личностной сфере человека и определяет его внутреннюю конфликтность. Данные детерминанты не являются полярными характеристиками, они определяются как взаимосвязанные, изменяющиеся в процессе жизнедеятельности относительно внешних обстоятельств, составляющих человека.

Основным психометрическим параметром методики является показатель «Ценность-Доступность». Он указывает на состояние внутреннего конфликта. Разрыв между потребностью в достижении определённых значимых для личности задач, объектов и потребностей, и между доступностью в реализации этого желания, будет количественно выверен с помощью данной методики. [\[16\]](#)

При интерпретации результатов методики возможна как индивидуальная работа, так и работа в рамках общего исследования. В рамках общего исследования мы рассматриваем только показатель дезинтеграции личности (R), который свидетельствует об уровне внутренней конфликтности. Однако есть возможность выявить конфликтность в определённой жизненной сфере, для чего необходим индивидуальный подход. В данном исследовании мы этого делать не будем, так как это не соответствует поставленным задачам исследования.

Следующая методика, которую мы использовали в данном исследовании, называется Методика Исследования самоотношения С.Р. Пантелеева (МИС).

Испытуемым предлагалось ответить на 110 вопросов, используя 2 варианта ответов: «да» и «нет». Стимульный материал методики и бланк ответов были взяты из работы автора методики[\[17\]](#).

Данная методика направлена на выявление структуры самоотношения личности и содержит в себе 9 шкал: честность, самоуверенность, саморуководство,

отражённое самоотношение, самооценność, самопринятие, самопривязанность, внутренняя конфликтность, самообвинение.

Девять шкал соответствуют различным представлениям личности о важности и смысле «Я», его понимании себя как субъекта общества, самоуважении, симпатии к самому себе и т.д.

В данном исследовании мы берём во внимание только 2 шкалы: внутренняя конфликтность и самообвинение. Выбраны они на основе характеристик, которые приписываются испытуемому относительно количества набранных баллов.

При высоких баллах по шкале «Внутренняя конфликтность» можно говорить о наличии внутренних противоречий, сомнений, тенденции к самобичеванию и других показателей внутренней дезинтеграции личности. Основываясь на этом, мы предполагаем взаимосвязь высоких показателей по данной шкале с выявленными МПЗ в методике ИЖС.

Так же, дополнительной шкалой для выяснения этой взаимосвязи служит шкала «Самообвинение». Она отражает выраженность отрицательных эмоций в сторону своего «Я». Такая установка личности зачастую приводит к активизации МПЗ, так как личность стремится защитить собственное «Я» от развивающегося внутреннего эмоционального напряжения. В связи с этим данная шкала так же является интересным показателем для изучения.

Данный многомерный опросник был создан С.Р. Пантлеевым в 1989 году. [\[18\]](#) В основе понимания самоотношения лежит концепция самосознания В.В. Столина, который выделил три измерения самоотношения: симпатия, близость, уважение. [\[19\]](#)

И последней методикой, используемой в данной курсовой работе, является методика «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика, Г. Келлермана и Х.Р. Конте (ИЖС) в адаптации Вассермана Л.И., Ерышева О.Ф., Клубовой Е.Б.

Первый вариант методики был разработан американским профессором психологии Р. Плутчиком в соавторстве с Г. Келлерманом и Х.Р. Контом в 1979 году. До создания этой методики изучение МПЗ было крайне затруднено и доступно только с помощью проективных и клинических методов. Такие методы не позволяли объективно интерпретировать результаты и ограничивали широту изучения МПЗ.



Существует несколько вариантов адаптации этой методики, но в данной работе мы используем одну из последних (2005 год). Стимульный материал методики был взят из наиболее позднего издания (2017 год) [\[20\]](#).

Испытуемым предлагалось ответить на 97 вопросов, имея 2 варианта ответа: «да» и «нет». Вопросы распределены по восьми шкалам и соответствуют восьми основным механизмам психологической защиты (ОМПЗ): отрицание, вытеснение, замещение, компенсация, проекция, регрессия, интеллектуализация, реактивные образования.[\[21\]](#)

В первой главе данной работы, разбирая классификацию Р. Плутчика, мы рассмотрели данные механизмы, описали поведение человека под влиянием этих механизмов, привели актуальные примеры. Поэтому в данной главе раскрывать суть данных шкал мы не будем.

## **2.2 Результаты исследования, их интерпретация**

В данной части приведены результаты, полученные в ходе проведённого диагностического исследования, и их последующая статистическая обработка. Результаты по методикам и данные их первичной статистики представлены в: Приложении 2 (МИС), Приложении 3 (УСЦД), Приложении 4 (ИЖС). Сырые данные, по методике УСЦД, размещены в Приложении 5. По методикам ИЖС и МИС был проведён автоматический расчет результатов.[\[22\]](#) [\[23\]](#) По методике ИЖС имеются баллы в процентилях, представленные в Приложении 6.

По результатам первичной статистики мы можем сделать вывод, что результаты по данной выборке не подчиняются нормальному распределению. А значит, к такому роду результатам будут применены непараметрические методы статистики.

Для первой части исследования были выделены две группы среди 56 участников исследования по половым различиям. Их составляют группы: девушек (35 человек) и юношей (21 человек). Были проведены статистические процедуры с использованием непараметрического критерия Манна-Уитни (U-критерий). Основной целью являлось обнаружить различия между данными группами по проведённым методикам. Результаты расчёта критерия Манна-Уитни по выделенным группам представлены в Таблице 1.

### **Таблица 1**

**Различия между группами юношей и девушек по показателям проведённых методик: УСЦД, МИС, ИЖС (n = 56)**

№	Показатели (критерии оценки)	Сумма рангов девушек	Сумма рангов юношей	Критерий Манна-Уитни $U_{эмп}$
---	---------------------------------	-------------------------	------------------------	--------------------------------

**УСЦД**

1	R	992	604	362
---	---	-----	-----	-----

**ИЖС**

2	Отрицание	991	605	361
3	Подавление	840.5	755.5	<b>210.5**</b>
4	Регрессия	1170	426	<b>195**</b>
6	Компенсация	1067	529	298
7	Проекция	1092	504	273
8	Замещение	979.5	616.5	349.5
9	Интеллектуализация	950.5	645.5	320.5
10	Реактивные образования	1076	520	289

**МИС**

11	Открытость-замкнутость	1049.5	546.5	315.5
12	Самоуверенность	974.5	621.5	344.5
13	Саморуководство	1002.5	593.5	362.5
14	Отражённое самоотношение	1054	542	311
15	Самоценность	1101.5	494.5	<b>263.5*</b>
16	Самопринятие	1112	484	<b>253*</b>
17	Самопривязанность	983	613	353
18	Внутренняя конфликтность	987	609	357
19	Самообвинение	926	670	296

\*\* $U_{кр} \leq 229$  ( $p \leq 0.01$ ), \* $U_{кр} \leq 269$  ( $p \leq 0.05$ )

Как мы можем видеть из таблицы, существуют статистически значимые различия между юношами и девушками по данным методикам. А именно высокие результаты принадлежат методике ИЖС. По шкалам «Подавление» и «Регрессия» значения находятся в зоне значимости. Исходя из этих результатов, мы можем предположить, что между юношами и девушками есть существенные различия в применении МПЗ. А именно: девушки чаще подвержены активизации данных механизмов.

Относительно МПЗ «Регрессия» можно предположить, что девушки подвержены данному механизму за счёт неравноправия полов. Действует стереотип о том, что девушки являются слабым полом. Поэтому при появлении внутреннего конфликта

активизируется именно этот МПЗ. Так как он направлен на использование более ранних, менее зрелых образцов поведения, что допустимо для «слабого» пола. Девушки чувствуют себя менее значимыми относительно мужчин, полагаются на них и дают волю своим действиям, ведут себя как дети.

Использование следующего механизма ПЗ «Подавление» можно объяснить с точки зрения влияния общества на девушек. Существует множество стереотипов, которым подвержены девушки. Они должны быть скромными, верными, хорошими мамами, не иметь неординарное мышление, вести себя «подобающе». Поэтому девушкам характерно скрывать свои истинные чувства, мысли и желания, если они не соответствуют требованиям общества. Молодые же люди подвержены этому в меньшей степени.

По методике МИС были обнаружены значимые различия по двум шкалам. Однако эти шкалы не характеризуют внутренние конфликты личности. Они не актуальны для данного исследования, поэтому их мы рассматривать не будем. Сделаем вывод лишь о том, что по данной методике статистически значимых различий по внутриличностным конфликтам получено не было. Данные результаты наглядно представлены в виде диаграммы в Приложении 7.

Следующей задачей исследования является определение различий между студентами разных направлений. Были выделены две группы среди 56 участников исследования по направленности обучения в Вузах. Их составляют группы: студентов-психологов (40 человек) и студентов других направленностей (16 человек). Были проведены статистические процедуры с использованием статистического непараметрического критерия Манна-Уитни (U-критерий). Основной задачей было обнаружить различия между данными группами по проведённым методикам. Результаты расчёта критерия Манна-Уитни по данной группе представлены в Таблице 2.

## **Таблица 2**

### **Различия между группами студентов-психологов и студентов-не психологов по показателям проведённых тестов**

<b>№</b>	<b>Показатели (критерии оценки)</b>	<b>Сумма рангов студентов- психологов</b>	<b>Сумма рангов студентов-не психологов</b>	<b>Критерий Манна-Уитни <b>U</b>  <b>эмп</b></b>
----------	---	---	---	--

УСЦД

1 R	1050	546	230
-----	------	-----	-----

ИЖС

2 Отрицание	1234	362	<b>226*</b>
-------------	------	-----	-------------

3 Подавление	1096	500	276
--------------	------	-----	-----

4 Регрессия	1145	451	315
-------------	------	-----	-----

6 Компенсация	1208	388	252
---------------	------	-----	-----

7 Проекция	1158.5	437.5	301.5
------------	--------	-------	-------

8 Замещение	1164	432	296
-------------	------	-----	-----

9 Интеллектуализация	1143	453	317
----------------------	------	-----	-----

10 Реактивные образования	1102.5	493.5	282.5
------------------------------	--------	-------	-------

МИС

11 Открытость- замкнутость	1105.5	490.5	285.5
-------------------------------	--------	-------	-------

12 Самоуверенность	1170	426	290
--------------------	------	-----	-----

13 Саморуководство	1238.5	357.5	<b>221.5*</b>
14 Отражённое самоотношение	1154	442	306
15 Самоценность	1252.5	343.5	<b>207.5*</b>
16 Самопринятие	1220	376	240
17 Самопривязанность	1143.5	452.5	316.5
18 Внутренняя конфликтность	1204	392	256
19 Самообвинение	1188	408	272

\*\* $U_{кр} \leq 191$  ( $p \leq 0.01$ ), \* $U_{кр} \leq 228$  ( $p \leq 0.05$ )

Как мы можем видеть из таблицы, существуют различия между студентами-психологами и студентами других направлений по данным методикам. По методикам получены результаты, находящиеся в зоне неопределённости, однако всё равно показывающие существенные различия. Такие результаты были получены по методике ИЖС по шкале «Отрицание», а именно студенты-психологи чаще подвержены работе данного МПЗ.

Характер и причины полученных результатов не очевиден. Но можно предположить, что у студентов-психологов должна быть более развита толерантность к другим людям, развито умение абстрагироваться от неприемлемых для психики событий и фактов. Либо же, применение такого МПЗ обусловлено тем, что студенты-психологи, изучая личность, общество и получая другие знания психологии, не воспринимают травмирующую их информацию и используют МПЗ «Отрицание».

И по методике МИС по двум шкалам: «Саморуководство» и «Самоценность» студенты-психологи так же показали более высокие результаты. Но, как

указывалось выше, данные результаты мы рассматривать не будем. Результаты наглядно представлены в виде диаграммы в Приложении 8.

Определив значимые различия между выделенными группами, объяснив их возможные причины и направленность различий, мы выполнили первую главную задачу данного исследования. Следующим шагом будет подтверждение или опровержение гипотезы данного исследования. А именно выявление взаимосвязи между ВК и ОМПЗ. Для этого мы будем использовать корреляционный анализ на основе ранговой корреляции Спирмена ( $r_s$ ). Результаты корреляции по методикам ИЖС и УСЦД представлены в Таблице 3.

### Таблица 3

#### Взаимосвязь между показателями методики ИЖС и методики УСЦД

##### ИЖС

№

ОТРИЦ. ПОДАВ. РЕГРЕС. КОМПЕНС. ПРОЕКЦ. ЗАМЕЩ. ИНТЕЛ. РЕАКТ. ОБР.

1 УСЦД

**0.309\***

\*\* $r_s \geq 0.35$  ( $p \leq 0.01$ ), \* $r_s \geq 0.27$  ( $p \leq 0.05$ )

Как мы можем видеть из таблицы, между методикой УСЦД, направленной на выявление внутриличностного конфликта и методикой ИЖС, выявляющей степень выраженности ОМПЗ была получена корреляция со шкалой методики ИЖС «Регрессия». Что говорит о взаимосвязи ВК с механизмом защиты регрессия.

Такую корреляцию можно объяснить с точки зрения высокой эмоциональной напряженности при ВК. Человек ощущает внутренние противоречия, находится в конфликте с собой, но не в состоянии эти конфликты решить. Разочарованность в своих силах, ощущение беспомощности порождает поведение более ранних стадий, поведение ребёнка. Активизируется именно этот МПЗ, скорее всего, по причинам ощущения гарантии безопасности и защиты. А именно этого требует психика при ВК.

Так же был проведён корреляционный анализ по методикам ИЖС и МИС, с использованием только двух её шкал: внутренний конфликт и самообвинение.

Результаты, полученные в ходе данной процедуры, представлены в Таблице 4.

**Таблица 4**

**Взаимосвязь между показателями методики ИЖС и методики МИС**

		<b>ИЖС</b>				<b>РЕАКТ. ОБР.</b>
<b>№</b>		<b>ОТРИЦ.</b>	<b>ПОДАВ. РЕГРЕС.</b>	<b>КОМПЕНС.</b>	<b>ПРОЕКЦ. ЗАМЕЩ. ИНТЕЛ</b>	
<b>1</b>	<b>МИС ВНУТР. КОНФЛ.</b>	<b>0.375**</b>	<b>0.301*</b>	<b>0.446**</b>	<b>0.468**</b>	
<b>2</b>	<b>САМООБВИНЕНИЕ</b>				<b>0.416**</b>	

\*\* $r_s \geq 0.35$  ( $p \leq 0.01$ ), \* $r_s \geq 0.27$  ( $p \leq 0.05$ )

Проанализировав таблицу, мы можем выделить несколько интересующих нас статистически значимых корреляций. Существует корреляция между шкалой методики МИС «Внутренний конфликт» с несколькими МПЗ, из методики ИЖС, а именно с: регрессией, компенсацией, проекцией, замещением. Это говорит о том, что существует взаимосвязь между наличием внутреннего конфликта у человека и работой его активизированных МПЗ, перечисленных выше. А именно при работе МЗ ослабляется внутренняя напряжённость человека за счёт различных моделей поведения: при направлении внутренней агрессии на посторонних людей – механизм «Замещение»; с помощью приписывания своих отрицательных качеств окружению – механизм «Проекция»; с помощью замены неудовлетворяющих качеств развитием других – механизм «Компенсация»; и характерное поведение низкого уровня – механизм «Регрессия». Таким образом, среди данной выборки значимая взаимосвязь прослеживается между ВК и именно этими МПЗ.

Так же обнаружена корреляция между шкалой «самообвинение» и механизмом защиты «Замещение». Такую взаимосвязь можно объяснить следующим образом. Личность активно направляет негативные эмоции в сторону своего «Я», она недовольна собой, винит во всём себя одного, занимается активным самобичеванием. Такое отношение вызывает стресс у психики, в процессе чего она



включает МПЗ, а именно «Замещение». Таким образом, перенаправляет негативные эмоции на более доступные объекты окружения, защищая, тем самым, себя от травмирования.

И последней задачей данной работы было определение взаимозаменяемости методик УСЦД и МИС. Корреляций обнаружено не было. Это говорит о том, что их нельзя использовать как взаимозаменяемые методики и что они показывают разные результаты. Можно предположить, что данные методики не являются взаимозаменяемыми в силу разных концепций, положенных в основу этих методик. В методике УСЦД основной причиной внутреннего конфликта является дезинтеграция личности в мотивационно-личностной сфере, в не состыковке ценностей личности и их доступности. А в методике МИС вопросы направлены в большей степени на противоречивость внутренних составляющих личности.

## **Заключение**

Целью данной курсовой работы является определение взаимосвязи между внутриличностными конфликтами с основными механизмами психологической защиты. В ходе работы мы осуществили все поставленные задачи. Была изучена современная литература по данной проблеме. Полностью раскрыта тема внутриличностного конфликта, выделены его типы, особенности и характер структуры. Так же была раскрыта тема основных механизмов защиты, выделены их причины, разобрана классификация.

Так же было проведено исследование, осуществлённое по трём методикам: Методика Уровень соотношения «ценности» и «доступности» Е.Б. Фанталовой (УСЦД); Методика Индекс жизненного стиля Р.Плутчика, Г.Келлермана и Х.Р.Конте (ИЖС) в адаптации Вассермана Л.И., Ерышева О.Ф., Клубовой Е.Б; Методика исследования самоотношения С.Р. Пантелеева (МИС).

По данным результатам были осуществлены несколько задач исследования: определение взаимосвязи между ВК и ОМПЗ; установление различий между выделенными группами (по полу, и по направленности обучения); определение взаимозаменяемости методик УСЦД и МИС.

Подводя итог к данной работе, необходимо выделить основные выводы и результаты, полученные в ходе данного исследования.

Во-первых, мы обнаружили, что методики УСЦД и МИС не являются взаимозаменяемыми, скорее всего, за счёт различного характера изучения внутриличностного конфликта.

Во-вторых, была получена корреляция между методикой УСЦД, а именно показателем, характеризующим внутриличностный конфликт личности, и механизмом защиты «Регрессия» из методики ИЖС. Что свидетельствует об их взаимосвязи.

В-третьих, была получена корреляция между методикой МИС, и её двумя шкалами (внутренний конфликт и самообвинение) с методикой ИЖС по четырём шкалам: регрессия, компенсация, проекция, замещение. Соответственно существует взаимосвязь между наличием внутреннего конфликта у человека и работой у него некоторых МПЗ.

В-четвёртых, были обнаружены различия между группами юношей и девушек по методике ИЖС, непосредственно по шкалам «Подавление» и «Регрессия». По данным шкалам высокие показатели принадлежат группе девушек.

В-пятых, были обнаружены различия между группами студентов-психологов и студентов других направлений. Высокие показатели принадлежат студентам-психологам по шкале «Отрицание».

Полученные знания будут актуальны при изучении данной взаимосвязи, при выявлении индивидуальных особенностей студентов-психологов. Так же данные результаты привносят вклад в развитие психологии, конфликтологии, в изучение особенностей протекания внутриличностных конфликтов и специфики возникновения основных механизмов психологической защиты.

## **Список использованной литературы**

1. Анцупов А.Я. Конфликтология в схемах и комментариях: учебное пособие / А.Я. Анцупов С.В. Баклановский - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва: Проспект, 2016. - 336 с.
2. Вассерман Л.И. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля / Л. И. Вассерман, О. Ф. Ерышев, Е. Б. Клубова. - СПб.: Издательство: СПб НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005. - 50 с.

3. Гуревич П.С. Практическая психология для всех: Клинический психоанализ / П.С. Гуревич - М.: Директ-Медиа, 2013. - 464 с.
4. Гусев, С.А. Переживание событий в ситуации потери и поиска работы: учебное пособие / С.А. Гусев. - М.; Берлин, 2017. - 248.
5. Долгова В.И., Кондратьева О.А. Психологическая защита / монография. - М.: Издательство Перо, 2014. - 160 с.
6. Емельянов С.М. Практикум по конфликтологии. - 3-е изд., перераб. и доп. - СПб., 2009. - 384 с.
7. Зеленков М.Ю. Конфликтология: Учебник / М.Ю. Зеленков. - М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2015. - 324 с.
8. Котенёва А.В. Психологическая защита личности / А.В. Котенёва - М.: МГГУ, 2013. - 562 с.
9. Мак-Вильямс Н. Формулирование психоаналитического случая / Н. Мак-Вильямс - М.: Класс, 2015. - 328 с.
10. Никольская И.М. Психологическая защита у детей / И.М. Никольская, Р.М. Грановская - СПб.: Речь, 2010. - 352 с.
11. Овсянникова Е.А. Конфликтология / Е.А. Овсянникова, А.А. Серебрякова - М.: ФЛИНТА, 2015. - 360 с.
12. Пантилеев С.Р., Столин В. В. Методика исследования самоотношения // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. — 2003. — № 1. — С. 77-81.
13. Романова Е.С. Психодиагностика: учебное пособие / Е.С. Романова. — 3-е изд., доп. — М.: КНОРУС, 2011. — 336 с.
14. Соловьева А.В. Психологическая защита в подростковом возрасте [Электронный ресурс]: сущность, содержание, причины: монография / А.В. Соловьева. — М.: ФЛИНТА, 2013. — 184 с.
15. Столин В.В. Самосознание личности. - М.: Издательство Московского Университета, 1983. - 284 с.
16. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта: монография / Е.Б. Фанталова - М.-Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 72 с.
17. Фрейд, А. Эго и механизмы защиты / А. Фрейд - М.: Институт гуманитарных исследований, 2016. - 133 с.
18. Холмс П. Внутренний мир снаружи. Теория объективных отношений и психодрама. 2016. - 232 с.
19. Цветков В.Л. Психология конфликта. От теории к практике: учеб. Пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Юриспруденция» / В.Л. Цветков. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 183 с.

20. Настольная книга практического психолога / Сост. С.Т. Посохова, С.Л. Соловьева. - М.: АСТ: Хранитель; СПб.: Сова, 2008. - 671 с.
21. Конфликтология сфер социальной жизни : учебное пособие / под ред. С.А. Сергеева, А.Л. Салагаева; М-во образ. и науки России, Казан. нац. исслед. технол. ун-т. - Казань: Изд-во КНИТУ, 2014. - 468 с.
22. Конфликтология: учебник для студентов вузов, обучающихся по специальностям экономики и управления и гуманитарно-социальным специальностям / под ред. В.П. Ратникова. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 543 с.

## Приложение

### Приложение 1

*Инструкция:* К заполнению приступайте только после того, как прочтете инструкцию до конца!

Перед вами список из 12 понятий, каждое из которых означает одну из общечеловеческих ценностей:

1. **Активная, деятельная жизнь**
2. **Здоровье (физическое и психическое здоровье)**
3. **Интересная работа**
4. **Красота природы и искусства**
5. **Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком)**
6. **Материально-обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений)**
7. **Наличие хороших и верных друзей**
8. **Уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений)**
9. **Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, а также интеллектуальное развитие)**
10. **Свобода как независимость в поступках и действиях**
11. **Счастливая семейная жизнь**
12. **Творчество (возможность творческой деятельности)**

Вам предстоит сравнить все эти понятия-ценности попарно между собой на специальном бланке. Следует провести два сравнения (по двум разным критериям).

### ***Далее смотри бланк:***

На бланке две матрицы. В них записаны пары цифр, каждой цифре соответствует ценность, которая стоит под этим номером в списке. Заполнение начинайте с матрицы №1.

Сравнения в первой матрице производятся на основании того, что представленные в этом списке ценности имеют для Вас разную значимость, разную степень привлекательности. Вы смотрите каждую пару и выбирайте из двух ценностей ту, которая кажется Вам более важной в этой паре. Её Вы обводите в кружок.

*Пример: Вам дана пара 2 3. Под цифрой 2 обозначено здоровье, под цифрой 3 – интересная работа. Если Вы обвели 2, то это означает, что здоровье для Вас важнее, чем интересная работа.*

**Обводить можно только одну цифру из пары! Пропускать пары нельзя!**

Отвечать старайтесь быстро, **первым впечатлением**. Закончив первую матрицу, переходите ко второй.

В ней сравнение производится на основании того, что некоторые из представленных ценностей являются для Вас более доступными, легче достижимыми в жизни по сравнению с остальными. Вы выбираете из пары ту ценность, которая легче достижима для Вас.

*Пример: Пара 2 3. Если Вы обвели 3, то это означает, что интересная работа более доступна для Вас, чем наличие хорошего здоровья.*

### **ПРИСТУПАЙТЕ К ЗАПОЛНЕНИЮ.**

**ФИО:** \_\_\_\_\_

**Возраст:** \_\_\_\_\_ **Пол:** \_\_\_\_\_ **Социальный статус:** \_\_\_\_\_

**Семейное положение:** \_\_\_\_\_ **Дата:** \_\_\_\_\_

#### **МАТРИЦА №1**

Сравните понятия на основе *большой значимости, большей привлекательности.*

1 2 2 3 3 4 4 5 5 6 6 7 7 8 8 9 9 10 10 11 11 12

1 3 2 4 3 5 4 6 5 7 6 8 7 9 8 10 9 11 10 12

1 4 2 5 3 6 4 7 5 8 6 9 7 10 8 11 9 12

1 5 2 6 3 7 4 8 5 9 6 10 7 11 8 12

1 6 2 7 3 8 4 9 5 10 6 11 7 12

1 7 2 8 3 9 4 10 5 11 6 12

1 8 2 9 3 10 4 11 5 12

1 9 2 10 3 11 4 12

1 10 2 11 3 12

1 11 2 12

1 12

## МАТРИЦА № 2

Теперь сравните понятия на основе *более легкой достижимости, большей доступности.*

1 2 2 3 3 4 4 5 5 6 6 7 7 8 8 9 9 10 10 11 11 12

1 3 2 4 3 5 4 6 5 7 6 8 7 9 8 10 9 11 10 12

1 4 2 5 3 6 4 7 5 8 6 9 7 10 8 11 9 12

1 5 2 6 3 7 4 8 5 9 6 10 7 11 8 12

1 6 2 7 3 8 4 9 5 10 6 11 7 12

1 7 2 8 3 9 4 10 5 11 6 12

1 8 2 9 3 10 4 11 5 12

1 9 2 10 3 11 4 12

1 10 2 11 3 12

1 11 2 12

1 12

## Приложение 2

### Результаты испытуемых (n = 56) по методике МИС

№	Инициалы	Пол(1- ж,2-м)	Возраст	Направление (1 - ст. психолог, 2 - ст.др.напр.)	РЕЗУЛЬТАТЫ			
					ЧЕЛОВЕЧЕСТВО	САМОУВЕРЕННОСТЬ	САМОЦЕННОСТЬ	
1	НВИ	2	19	1	6	4	5	8
2	СС	1	21	1	6	3	10	6

<b>3</b>	ПНИ	2	20	1	6	4	6	3
<b>4</b>	ЛМИ	2	19	1	5	8	9	5
<b>5</b>	ГАА	1	19	1	6	3	2	5
<b>6</b>	МКП	1	17	1	5	8	2	5
<b>7</b>	АИА	2	19	1	6	9	10	5
<b>8</b>	СМА	2	18	1	6	9	9	4
<b>9</b>	СФС	1	18	1	5	8	7	8
<b>10</b>	ХДЭ	2	19	1	5	9	6	7
<b>11</b>	ТОА	1	20	1	6	9	10	8
<b>12</b>	ААА	1	18	1	7	5	7	8
<b>13</b>	ААМ	1	19	1	5	9	8	7
<b>14</b>	ГЕМ	1	19	1	6	8	5	5
<b>15</b>	ХЭ	1	18	1	7	9	9	8
<b>16</b>	ГЛА	1	18	1	5	8	8	4
<b>17</b>	КМИ	2	18	1	8	80	7	6



<b>18 ПНА</b>	2	18	1	6	8	8	6
<b>19 ГМА</b>	1	21	1	6	5	5	6
<b>20 ТГ</b>	2	20	1	6	8	10	5
<b>21 ГАИ</b>	1	18	1	6	5	9	9
<b>22 ГАА</b>	1	19	1	5	8	10	5
<b>23 ИМ</b>	2	23	1	6	5	7	5
<b>24 СДИ</b>	1	21	1	7	5	7	6
<b>25 ФАИ</b>	1	18	1	5	5	8	8
<b>26 ЛО</b>	1	18	1	6	5	9	9
<b>27 СМН</b>	2	19	1	4	4	5	4
<b>28 СКА</b>	2	19	1	4	5	6	9
<b>29 ЖДД</b>	1	19	1	6	10	10	7
<b>30 ИЛ</b>	1	20	1	7	5	9	5
<b>31 ЛА</b>	1	20	1	5	5	8	7
<b>32 РХВ</b>	1	20	1	8	9	10	7

<b>33</b> ЛРА	2	20	1	8	<del>8</del>	5	6
<b>34</b> ЯАА	1	22	1	5	<del>5</del>	10	7
<b>35</b> КМА	1	20	1	6	<del>8</del>	6	9
<b>36</b> КЮВ	1	20	1	4	<del>8</del>	7	5
<b>37</b> СПИ	1	19	1	7	<del>8</del>	9	4
<b>38</b> МАК	1	19	1	3	<del>8</del>	9	9
<b>39</b> КАИ	1	19	1	5	<del>5</del>	9	7
<b>40</b> ПАС	2	19	2	6	<del>8</del>	7	8
<b>41</b> ВЕА	1	19	2	6	<del>8</del>	10	6
<b>42</b> СВС	1	19	2	6	<del>8</del>	7	7
<b>43</b> СЛС	1	19	2	6	<del>8</del>	6	5
<b>44</b> ПЛС	1	18	2	8	<del>8</del>	5	5
<b>45</b> ЮМР	2	19	2	6	<del>8</del>	7	5
<b>46</b> МИС	2	19	2	7	<del>7</del>	7	3
<b>47</b> ТОС	2	20	2	5	<del>5</del>	4	4

<b>48</b> ПМЮ	2	20	2	5	5	4	5
<b>49</b> СРМ	2	19	1	5	5	5	3
<b>50</b> СП	2	19	2	4	5	7	5
<b>51</b> ИСМ	1	19	2	4	6	7	9
<b>52</b> МЮГ	1	19	2	6	5	4	2
<b>53</b> ЕАИ	2	19	2	5	6	7	8
<b>54</b> ШНВ	1	19	2	6	5	7	5
<b>55</b> ДС	1	20	2	9	5	8	6
<b>56</b> ДАД	1	18	2	8	5	6	4
<b>Среднее</b>		19.2	1.3	5.8	5.9	7.2	6
<b>Станд. Откл.</b>		1.1	0.5	1.2	1.0	2.1	1
<b>Мода</b>		19	1	6	5	7	5
<b>Медиана</b>		19.0	1.0	6.0	5	7	6

### Приложение 3

**Результаты испытуемых (n = 56) по методике УСЦД**

<b>№</b>	<b>Инициалы</b>	<b>Пол(1- ж,2-м)</b>	<b>Возраст</b>	<b>Направление (1 - ст.-психолог, 2 - ст.др.напр..)</b>	<b>УСЦД (R)</b>
<b>1</b>	<b>НВИ</b>	<b>2</b>	<b>19</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
<b>2</b>	<b>СС</b>	<b>1</b>	<b>21</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
<b>3</b>	<b>ПНИ</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
<b>4</b>	<b>ЛМИ</b>	<b>2</b>	<b>19</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>5</b>	<b>ГАА</b>	<b>1</b>	<b>19</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
<b>6</b>	<b>МКП</b>	<b>1</b>	<b>17</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>7</b>	<b>АИА</b>	<b>2</b>	<b>19</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
<b>8</b>	<b>СМА</b>	<b>2</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
<b>9</b>	<b>СФС</b>	<b>1</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>10</b>	<b>ХДЭ</b>	<b>2</b>	<b>19</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
<b>11</b>	<b>ТОА</b>	<b>1</b>	<b>20</b>	<b>1</b>	<b>6</b>
<b>12</b>	<b>ААА</b>	<b>1</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>7</b>
<b>13</b>	<b>ААМ</b>	<b>1</b>	<b>19</b>	<b>1</b>	<b>5</b>

<b>14</b>	<b>ГЕМ</b>	1	19	1	6
<b>15</b>	<b>ХЭ</b>	1	18	1	7
<b>16</b>	<b>ГЛА</b>	1	18	1	5
<b>17</b>	<b>КМИ</b>	2	18	1	8
<b>18</b>	<b>ПНА</b>	2	18	1	6
<b>19</b>	<b>ГМА</b>	1	21	1	6
<b>20</b>	<b>ТГ</b>	2	20	1	6
<b>21</b>	<b>ГАИ</b>	1	18	1	6
<b>22</b>	<b>ГАА</b>	1	19	1	5
<b>23</b>	<b>ИМ</b>	2	23	1	6
<b>24</b>	<b>СДИ</b>	1	21	1	7
<b>25</b>	<b>ФАИ</b>	1	18	1	5
<b>26</b>	<b>ЛО</b>	1	18	1	6
<b>27</b>	<b>СМН</b>	2	19	1	4
<b>28</b>	<b>СКА</b>	2	19	1	4

<b>29</b> ЖДД	1	19	1	6
<b>30</b> ИЛ	1	20	1	7
<b>31</b> ЛА	1	20	1	5
<b>32</b> РХВ	1	20	1	8
<b>33</b> ЛРА	2	20	1	8
<b>34</b> ЯАА	1	22	1	5
<b>35</b> КМА	1	20	1	6
<b>36</b> КЮВ	1	20	1	4
<b>37</b> СПИ	1	19	1	7
<b>38</b> МАК	1	19	1	3
<b>39</b> КАИ	1	19	1	5
<b>40</b> ПАС	2	19	2	6
<b>41</b> ВЕА	1	19	2	6
<b>42</b> СВС	1	19	2	6
<b>43</b> СЛС	1	19	2	6

<b>44</b> ПЛС	1	18	2	8
<b>45</b> ЮМР	2	19	2	6
<b>46</b> МИС	2	19	2	7
<b>47</b> ТОС	2	20	2	5
<b>48</b> ПМЮ	2	20	2	5
<b>49</b> СРМ	2	19	1	5
<b>50</b> СП	2	19	2	4
<b>51</b> ИСМ	1	19	2	4
<b>52</b> МЮГ	1	19	2	6
<b>53</b> ЕАИ	2	19	2	5
<b>54</b> ШНВ	1	19	2	6
<b>55</b> ДС	1	20	2	9
<b>56</b> ДАД	1	18	2	8
<b>Среднее</b>		19.2	1.3	5.8
<b>Станд. Откл.</b>		1.1	0.5	1.2

<b>Мода</b>	19	1	6
<b>Медиана</b>	19.0	1.0	6.0

#### Приложение 4

#### Результаты испытуемых (n = 56) по методике ИЖС

№	Инициалы	Пол(1- ж,2-м)	Возраст	Направление (1 - ст.- психолог, 2 - ст.др.напр.)	ОТРИЦАНИЕ ПОДАВЛЕНИЯ КОМПЕНСАЦИИ			
					7	6	4	
<b>1</b>	НВИ	2	19	1	7	6	4	7
<b>2</b>	СС	1	21	1	7	5	6	6
<b>3</b>	ПНИ	2	20	1	10	7	5	9
<b>4</b>	ЛМИ	2	19	1	7	4	8	8
<b>5</b>	ГАА	1	19	1	7	8	8	7
<b>6</b>	МКП	1	17	1	7	9	9	8
<b>7</b>	АИА	2	19	1	10	9	6	7
<b>8</b>	СМА	2	18	1	9	5	1	6
<b>9</b>	СФС	1	18	1	7	5	9	10



<b>10</b> ХДЭ	2	19	1	8	10	7	6
<b>11</b> ТОА	1	20	1	9	8	8	9
<b>12</b> ААА	1	18	1	5	8	5	5
<b>13</b> ААМ	1	19	1	9	4	7	9
<b>14</b> ГЕМ	1	19	1	5	7	9	9
<b>15</b> ХЭ	1	18	1	10	6	5	5
<b>16</b> ГЛА	1	18	1	7	6	1	6
<b>17</b> КМИ	2	18	1	10	7	6	8
<b>18</b> ПНА	2	18	1	9	8	4	4
<b>19</b> ГМА	1	21	1	10	8	9	8
<b>20</b> ТГ	2	20	1	10	7	4	9
<b>21</b> ГАИ	1	18	1	9	6	5	5
<b>22</b> ГАА	1	19	1	6	5	9	9
<b>23</b> ИМ	2	23	1	8	8	8	9
<b>24</b> СДИ	1	21	1	7	4	6	7

<b>25</b> ФАИ	1	18	1	5	7 9	10
<b>26</b> ЛО	1	18	1	8	10 7	8
<b>27</b> СМН	2	19	1	7	10 9	8
<b>28</b> СКА	2	19	1	7	9 7	8
<b>29</b> ЖДД	1	19	1	7	6 10	9
<b>30</b> ИЛ	1	20	1	10	5 9	10
<b>31</b> ЛА	1	20	1	5	7 9	9
<b>32</b> РХВ	1	20	1	10	5 4	6
<b>33</b> ЛРА	2	20	1	7	9 8	8
<b>34</b> ЯАА	1	22	1	5	6 8	8
<b>35</b> КМА	1	20	1	10	8 10	7
<b>36</b> КЮВ	1	20	1	10	4 9	6
<b>37</b> СПИ	1	19	1	7	3 6	7
<b>38</b> МАК	1	19	1	5	6 9	8
<b>39</b> КАИ	1	19	1	5	6 10	7

<b>40</b> ПАС	2	19	2	9	8	7	9
<b>41</b> ВЕА	1	19	2	7	4	9	7
<b>42</b> СВС	1	19	2	10	7	9	10
<b>43</b> СЛС	1	19	2	7	8	7	9
<b>44</b> ПЛС	1	18	2	7	4	7	6
<b>45</b> ЮМР	2	19	2	5	7	7	6
<b>46</b> МИС	2	19	2	5	7	4	5
<b>47</b> ТОС	2	20	2	5	8	7	4
<b>48</b> ПМЮ	2	20	2	7	6	4	9
<b>49</b> СРМ	2	19	1	4	10	7	5
<b>50</b> СП	2	19	2	5	9	7	4
<b>51</b> ИСМ	1	19	2	7	8	9	10
<b>52</b> МЮГ	1	19	2	3	8	7	7
<b>53</b> ЕАИ	2	19	2	6	8	8	6
<b>54</b> ШНВ	1	19	2	5	6	9	5

<b>55 ДС</b>	1	20	2	9	8 6	5
<b>56 ДАД</b>	1	18	2	9	8 8	7
<b>Среднее</b>		19.2	1.3	7.3	6.9 7.1	7.3
<b>Станд. Откл.</b>		1.1	0.5	1.9	1.8 2.1	1.7
<b>Мода</b>		19	1	7	8 9	9
<b>Медиана</b>		19.0	1.0	7	7 7	7

## Приложение 5

**Таблица сырых баллов испытуемых (n = 56) и их перевод в стэны по методике УСЦД**

**Таблица перевода сырых баллов (R) в стэны**

Стэны            1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

Сырые баллы 0-6 7-14 15-22 23-29 30-36 37-44 45-51 52-59 60-68 69-72

**Сырые баллы испытуемых (N = 56)**

<b>1</b>	17	<b>15</b>	15	<b>29</b>	43	<b>43</b>	43
<b>2</b>	24	<b>16</b>	16	<b>30</b>	34	<b>44</b>	44
<b>3</b>	28	<b>17</b>	17	<b>31</b>	43	<b>45</b>	45



1-3                      4-7                      8-16                      17-31   32-50   51-70   71-84   85-97   98-100

**Баллы испытуемых в процентилях (N = 56)**

Шкалы/№ испытуемого	ОТРИЦАНИЕ ПОДАВЛЕНИЕ РЕГРЕССИВНОСТЬ ПОВЫШЕННАЯ РЕАКТИВНЫЕ ОБРАЗОВАНИЯ										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
<b>1</b>	84	63	19	78	72	99	92	91			
<b>2</b>	79	42	53	63	6	65	17	7			
<b>3</b>	98	76	35	97	27	86	76	97			
<b>4</b>	84	25	88	88	46	98	59	29			
<b>5</b>	84	92	85	78	72	97	87	76			
<b>6</b>	84	97	96	88	72	99	17	29			
<b>7</b>	98	97	53	78	7	48	87	61			
<b>8</b>	97	42	2	63	20	65	97	91			
<b>9</b>	79	42	96	99	96	77	76	91			
<b>10</b>	90	98	80	63	20	97	87	7			
<b>11</b>	97	92	88	95	46	86	76	19			

<b>12</b>	39	92	35	37	46	7787	76
<b>13</b>	97	25	80	95	72	9887	99
<b>14</b>	50	76	96	97	27	9776	61
<b>15</b>	99	63	35	37	6	4897	19
<b>16</b>	79	63	2	63	36	4859	76
<b>17</b>	99	76	53	88	1	4876	19
<b>18</b>	97	92	19	20	12	7797	29
<b>19</b>	99	92	97	88	72	9942	29
<b>20</b>	98	76	19	97	46	8699	76
<b>21</b>	97	63	35	37	12	3787	91
<b>22</b>	61	42	96	95	90	8676	91
<b>23</b>	90	87	88	95	64	9892	76
<b>24</b>	79	25	53	78	6	7792	7
<b>25</b>	50	76	97	99	72	9992	19
<b>26</b>	90	98	80	88	64	9992	76

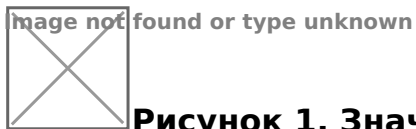
<b>27</b>	79	98	97	88	12	9392	29
<b>28</b>	84	97	80	88	20	9328	29
<b>29</b>	84	63	99	95	72	9376	99
<b>30</b>	99	42	96	99	27	9942	29
<b>31</b>	50	76	96	97	46	6517	61
<b>32</b>	99	42	19	63	6	6576	61
<b>33</b>	79	97	85	88	90	9959	29
<b>34</b>	50	63	88	88	64	6517	91
<b>35</b>	98	92	99	78	20	866	76
<b>36</b>	98	25	96	63	72	8692	99
<b>37</b>	84	8	53	78	6	6599	29
<b>38</b>	50	63	97	88	72	9728	61
<b>39</b>	39	63	99	78	99	9887	99
<b>40</b>	97	92	80	97	27	8676	29
<b>41</b>	84	25	97	78	36	9987	91



<b>42</b>	98	76	97	99	72	9392	97
<b>43</b>	84	87	80	95	46	4876	91
<b>44</b>	84	25	70	63	96	9799	61
<b>45</b>	50	76	80	63	6	4828	61
<b>46</b>	50	76	19	37	36	9987	19
<b>47</b>	39	87	80	20	27	6559	19
<b>48</b>	84	63	19	95	72	4899	97
<b>49</b>	27	99	70	37	36	7776	91
<b>50</b>	50	97	70	20	46	9976	29
<b>51</b>	84	87	97	99	72	7797	99
<b>52</b>	13	92	80	78	7	7728	97
<b>53</b>	61	92	88	63	27	9959	91
<b>54</b>	50	63	97	37	46	9328	76
<b>55</b>	97	87	53	37	6	7742	29
<b>56</b>	97	92	88	78	27	7792	29

## Приложение 7

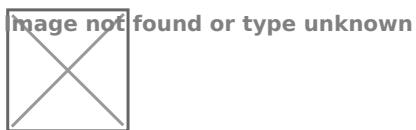
### Диаграмма 1



**Рисунок 1. Значимые различия по методикам между группами юношей и девушек**

## Приложение 8

### Диаграмма 2



**Рисунок 2. Значимые различия по методикам между группами студентов-психологов и студентов других направлений**

1. Цветков В.Л. Психология конфликта. От теории к практике: учеб. Пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Юриспруденция» / В.Л. Цветков. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – С. 118 [↑](#)
2. Анцупов А.Я. Конфликтология в схемах и комментариях : учебное пособие / А.Я. Анцупов С.В. Баклановский - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва: Проспект, 2016. – С. 25 [↑](#)
3. Конфликтология сфер социальной жизни : учебное пособие / под ред. С.А. Сергеева, А.Л. Салагаева; М-во образ. и науки России, Казан. нац. исслед. технол. ун-т. - Казань: Изд-во КНИТУ, 2014. – С. 101 [↑](#)
4. Зеленков М.Ю. Конфликтология: Учебник / М.Ю. Зеленков. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2015. – С. 107 [↑](#)
5. Зеленков М.Ю. Конфликтология: Учебник / М.Ю. Зеленков. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2015. – С. 108 [↑](#)

6. Зеленков М.Ю. Конфликтология: Учебник / М.Ю. Зеленков. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2015. – С. 108 [↑](#)
7. Красильников И.А. Внутриличностный конфликт и психологическая адаптация. - Саратов: Изд-во Сарат. ун-та, 2006. – С. 52 [↑](#)
8. Конфликтология: учебник для студентов вузов, обучающихся по специальностям экономики и управления и гуманитарно-социальным специальностям / под ред. В.П. Ратникова. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – С. 132-138 [↑](#)
9. Долгова В.И., Кондратьева О.А. Психологическая защита / монография. – М.: Издательство Перо, 2014. – С. 5 [↑](#)
10. Никольская И.М. Психологическая защита у детей / И.М. Никольская, Р.М. Грановская - СПб.: Речь, 2010. – С. 12 [↑](#)
11. Гусев, С.А. Переживание событий в ситуации потери и поиска работы: учебное пособие / С.А. Гусев. – М.; Берлин, 2017. – С. 77 [↑](#)
12. Долгова В.И., Кондратьева О.А. Психологическая защита / монография. – М.: Издательство Перо, 2014. – С. 6 [↑](#)
13. Долгова В.И., Кондратьева О.А. Психологическая защита / монография. – М.: Издательство Перо, 2014. – С. 15 [↑](#)
14. Конфликтология сфер социальной жизни : учебное пособие / под ред. С.А. Сергеева, А.Л. Салагаева; М-во образ. и науки России, Казан. нац. исслед. технол. ун-т. - Казань : Изд-во КНИТУ, 2014. – С. 108 [↑](#)
15. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта: монография / Е.Б. Фанталова - М.-Берлин: Директ-Медиа, 2015. – С. 35 [↑](#)

16. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта: монография / Е.Б. Фанталова - М.-Берлин: Директ-Медиа, 2015. - с. 16 [↑](#)
17. Пантилеев С. Р., Столин В. В. Методика исследования самоотношения // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. — 2003. — № 1. — С. 77-81. [↑](#)
18. Настольная книга практического психолога / Сост. С.Т. Посохова, С.Л. Соловьева. - М.: АСТ: Хранитель; СПб.: Сова, 2008. - С. 141-157 [↑](#)
19. Столин В.В. Самосознание личности. -- М.: Издательство Московского Университета, 1983. - Глава 2. [↑](#)
20. Гусев, С.А. Переживание событий в ситуации потери и поиска работы: учебное пособие / С.А. Гусев. - М.; Берлин, 2017. - С. 117 [↑](#)
21. Вассерман Л. И. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля/ Л. И. Вассерман, О. Ф. Ерышев, Е. Б. Клубова. - СПб.: Издательство: СПб НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005. - С.23 - 28 [↑](#)
22. Методика МИС: <http://psyttests.org/personal/mis.html> [↑](#)
23. Методика ИЖС: <http://psyttests.org/coping/lisi.html> [↑](#)