



Научно-исследовательский журнал «International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 3 / 2025, Vol. 8, Iss. 3 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

УДК 159.9.07

<sup>1</sup> Фалеева С.И.,

<sup>1</sup> Елисеева Ж.М.,

<sup>1</sup> Пензенский государственный университет им. В.Г. Белинского

## Механизмы психологической защиты у спасателей МЧС

**Аннотация:** в статье представлены полученные в ходе теоретико-методологического анализа психологических и социологических подходов данные в области изучения механизмов психологической защиты у спасателей МЧС. Раскрыто понятие «механизмы психологической защиты», описаны виды механизмов психологической защиты у спасателей МЧС и особенности их проявления. Объектом исследования является личностная и межличностная сфера спасателей МЧС, предметом – механизмы психологической защиты спасателей МЧС. Целью исследования послужило изучение механизмов психологической защиты спасателей МЧС. С учетом цели исследования предполагается обозначить решение следующих задач: проанализировать источники по проблеме изучения механизмов психологической защиты; провести эмпирическое исследование на изучение механизмов психологической защиты спасателей МЧС; выявить особенности механизмов психологической защиты у спасателей МЧС; выявить различия в проявлении механизмов психологической защиты у спасателей МЧС с разным стажем работы; разработать рекомендации по применению конструктивных механизмов психологической защиты. Сформулированы выводы по результатам психологической диагностики механизмов психологической защиты у спасателей МЧС с разным стажем работы. Статья представляет интерес для студентов психологических ВУЗов, психологов МЧС, а также психологов подразделений полиции и военных частей.

**Ключевые слова:** спасатели МЧС, механизмы психологической защиты, виды механизмов психологической защиты у сотрудников МЧС, психологическая диагностика, механизмы психологической защиты в общении

**Для цитирования:** Фалеева С.И., Елисеева Ж.М. Механизмы психологической защиты у спасателей МЧС // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 3. С. 132 – 137.

Поступила в редакцию: 9 января 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 6 марта 2025 г.; Принята к публикации: 28 апреля 2025 г.

<sup>1</sup> Faleeva S.I.,

<sup>1</sup> Eliseeva Zh.M.,

<sup>1</sup> Penza State University named after V.G. Belinsky

## Mechanisms of psychological protection for rescuers of the Ministry of Emergency Situations

**Abstract:** the article presents the theoretical and methodological analysis of psychological and sociological approaches obtained in the field of studying the mechanisms of psychological protection among rescuers of the Ministry of Emergencies. The concept of “mechanisms of psychological protection” is disclosed, the types of psychological defense mechanisms in rescuers of the Ministry of Emergencies and the features of their manifestation are described. The object of the study is the personal and interpersonal sphere of rescuers of the Ministry of Emergencies, the subject is the mechanisms of psychological protection of rescuers of the Ministry of Emergencies. The purpose of the study was the study of the mechanisms of psychological protection of rescuers of the Ministry of Emergencies. Given the purpose of the study, it is supposed to indicate the solution of the following tasks: to ana-

lyze sources on the problem of studying psychological defense mechanisms; conduct an empirical study on the study of the mechanisms of psychological protection of rescuers of the Ministry of Emergencies; identify the features of the mechanisms of psychological protection in rescuers of the Ministry of Emergencies; identify differences in the manifestation of psychological defense mechanisms in rescuers of the Ministry of Emergencies with different experience; Develop recommendations on the use of constructive psychological defense mechanisms. The conclusions were formulated based on the results of psychological diagnosis of psychological defense mechanisms among rescuers of the Ministry of Emergencies with various work experience. The article is of interest to students of psychological universities, psychologists of the Ministry of Emergencies, as well as psychologists of police and military units.

**Keywords:** rescuers of the Ministry of Emergencies, psychological defense mechanisms, types of psychological defense mechanisms among employees of the Ministry of Emergencies, psychological diagnostics, and psychological defense mechanisms in communication

**For citation:** Faleeva S.I., Eliseeva Zh.M. Mechanisms of psychological protection for rescuers of the Ministry of Emergency Situations. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (3). P. 132 – 137.

The article was submitted: January 9, 2025; Approved after reviewing: March 6, 2025; Accepted for publication: April 28, 2025

### Введение

Проблема изучения механизмов психологической защиты в различных профессиях с давних времен привлекали внимание психологов. Актуальность проблемы исследования определяется тем, что профессиональная деятельность сотрудников пожарно-спасательных служб МЧС протекает в стрессовых для организма и психики условиях. Воздействие стрессогенных факторов влияет как на физиологическое состояние, так и на эмоциональное благополучие сотрудников. В связи с этим возникает потребность в изучении механизмов психологической защиты сотрудников пожарно-спасательной службы МЧС.

Впервые термин «психологическая защита» был употреблен З. Фрейдом в 1894 г. Позже этот термин был оставлен автором и впоследствии заменен термином «вытеснение». Защита регулирует поведение человека и, по мнению З. Фрейда, определяет отношения в конфликте между сознанием и бессознательным [1].

Защитные механизмы психики представляют собой автоматические реакции на воздействие, которые помогают человеку справиться с негативными или травматическими ситуациями, не осознавая их [2].

В современной психологической литературе выделяют некоторые виды механизмов психологической защиты: идентификация с агрессором, вытеснение, проекция, вымещение, сублимация, компенсация, формирование реакции, обесценивание, отрицание, регрессия, рационализация, инверсия, всемогущий контроль, юмор, отыгрывание [3, 4].

В настоящее время наиболее популярна теоретическая модель механизмов защиты,

предложенная еще в 1979 году и связанная с сотрудниками МЧС:

1. Защита от несанкционированной модификации содержания (отрицание, вытеснение, рационализация, изоляция, замещение).

2. Электростатическая защита от негативных эмоций (физические проявления тревоги, сублимация).

3. Защиты манипулятивного типа (регрессия, творческое воображение, внутреннее выражение нерешенных проблем через физические или психические симптомы болезни) [5, 6].

По мнению исследователей, защитные механизмы помогают работникам МЧС преодолеть негативные психологические переживания, сохраняя при этом здоровое самооценку, оптимистичное видение себя и мира, что является важным для успешного выполнения профессиональных обязанностей [7]. Главная цель этих механизмов – обеспечение психологического благополучия и целостности личности [8].

Целью исследования послужило изучение механизмов психологической защиты спасателей МЧС.

### Материалы и методы исследований

Для изучения механизмов психологической защиты у спасателей МЧС проведено эмпирическое исследование на базе Главного управления МЧС России по Пензенской области г. Пензы. Целью нашего исследования стало изучение механизмов психологической защиты у спасателей МЧС. Объектом выступили личностная и межличностная сфера спасателей, а предметом – механизмы психологической защиты личности спасателей МЧС. В исследовании приняли участие 30 спасателей службы МЧС. В результате анализа

психологической литературы были подобраны диагностические методики для изучения механизмов психологической защиты: тест-опросник механизмов психологической защиты «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х.Р. Конте, адаптация Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников; методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда; методика диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении В.В. Бойко.

Для оценки достоверности полученных результатов был использован метод статистической обработки данных – U-критерий Манна-Уитни [9].

В качестве гипотезы выступили предположения:

$H_0$  – не существуют различия в механизмах психологической защиты среди спасателей МЧС с разным стажем работы.

$H_1$  – существуют различия в механизмах психологической защиты среди спасателей МЧС с разным стажем работы.

На первом этапе работы осуществлен анализ данных [10], полученных с помощью теста-опросника механизмов психологической защиты «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х. Р. Конте, адаптация Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников. По результатам диагностики можно сделать вывод, что у спасателей МЧС, стаж работы которых составляет до 3-х лет, преобладает такой вид психологической защиты как отрицание (3 человека – 21%) и замещение (3 человека – 21%). Что касается спасателей, чей стаж более 3-х лет, то шкала интеллектуализации (5 человек – 31%) преобладает над другими шкалами.

Далее осуществлено исследование социально-психологической адаптации спасателей МЧС с помощью методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р.

Даймонда. По результатам данной методики можно сделать вывод, что спасатели МЧС, чей стаж работы до 3-х лет подвергаются социально-психологической адаптации к работе (3 человека – 21%). 3 человека (21%) принимают других людей, стараясь влиться в профессиональный коллектив и профессиональную деятельность. Также спасатели МЧС со стажем работы до 3-х лет больше подвергаются рефлексии, самопознанию и сравнению себя с другими (3 человека – 21%). Что касается спасателей, чей стаж превышает 3 года службы, то для них важна эмоциональная комфортность (4 человека – 25%) во время выполнения профессиональной деятельности.

В заключении был произведен анализ по методике диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении В.В. Бойко. Исходя из результатов по данной методике, можно подвести итог, что большинство спасателей МЧС со стажем до 3-х лет выбирают стратегию психологической защиты – миролюбие (8 человек – 57%). Что касается спасателей, чей стаж более 3-х лет, то половина опрошенных в качестве доминирующей стратегии психологической защиты выбирают избегание (8 человек – 50%).

#### Результаты и обсуждения

После была осуществлена оценка достоверности полученных результатов с помощью U – критерия Манна-Уитни. Данный критерий позволил выявить различия по механизмам психологической защиты между спасателями МЧС с разным стажем работы.

По результатам теста-опросника механизмов психологической защиты «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х.Р. Конте, адаптация Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников выявили различия по шкалам проявления механизмов психологической защиты у спасателей МЧС. Результаты представлены в табл. 1.

Таблица 1

Данные межгрупповых различий по шкалам проявления механизмов психологической защиты по тесту-опроснику «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х.Р. Конте, адаптация Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников с помощью U – критерия Манна-Уитни.

Table 1

Data of intergroup differences on the scales of the manifestations of psychological protection mechanisms for the questionnaire “Life style index” R. Plutchik, G. Kellerman, H.R. Conte, Adaptation of E.S. Romanov, L.R. Grebennikov with the help of the Mann-Whitney U-test.

Регуляторные шкалы / Полученное значение по регуляторным шкалам	Суммы рангов		U <sub>эмп</sub>
	Гр. 1	Гр. 2	
Отрицание	261	169	68*
Вытеснение	215	173	105
Регрессия	191	201	159
Компенсация	172	163	157

Продолжение таблицы 1  
Continuation of Table 1

Проекция	216	177	152
Замещение	254,5	248,5	74,5
Интеллектуализация	278	258	51**
Раективное образование	218	215	111

Примечание: Гр. 1 – спасатели МЧС со стажем работы до 3-х лет, Гр. 2 – спасатели МЧС со стажем работы более 3-х лет; \*\* при  $p \leq 0,01$  (56), \* при  $p \leq 0,05$  (71).

Note: Group 1 – EMERCOM rescuers with up to 3 years of work experience, Group 2 – EMERCOM rescuers with more than 3 years of work experience; \*\* at  $p \leq 0.01$  (56), \* at  $p \leq 0.05$  (71).

В соответствии с данными табл. 1, различия по шкалам «отрицание» и «интеллектуализация» значимы. Они говорят о том, что у спасателей со стажем работы более 3-х лет происходит эмоциональное притупление в ходе выполнения своей профессиональной деятельности. Именно поэтому показатели по шкале «интеллектуализация» у них

в 5 раз выше, чем показатели у спасателей со стажем работы до 3-х лет.

По результатам методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда выявили различия по проявлению адаптационного поведения в коллективе. Результаты представлены в табл. 2.

Таблица 2

Данные межгрупповых различий по проявлению адаптационного поведения в коллективе по методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда с помощью U – критерия Манна-Уитни.

Table 2

Data of intergroup differences in the manifestation of adaptive behavior in the team according to the methodology for the diagnosis of socio-psychological adaptation of K. Rogers and R. Diamond with the help of the Mann-Whitney U-test.

Регуляторные шкалы / Полученное значение по регуляторным шкалам	Суммы рангов		U <sub>эмп</sub>
	Гр. 1	Гр. 2	
Адаптация	280,5	263,5	48,5**
Принятие других	235,5	218,5	93,5
Интернальность	261	283	77
Самовосприятие	268,5	293,5	66,5*
Эмоциональная комфортность	274	259	55**
Стремление к доминированию	197,5	212,5	147,5

Примечание: Гр. 1 – спасатели МЧС со стажем работы до 3-х лет, Гр. 2 – спасатели МЧС со стажем работы более 3-х лет; \*\* при  $p \leq 0,01$  (56), \* при  $p \leq 0,05$  (71).

Note: Group 1 – EMERCOM rescuers with up to 3 years of work experience, Group 2 – EMERCOM rescuers with more than 3 years of work experience; \*\* at  $p \leq 0.01$  (56), \* at  $p \leq 0.05$  (71).

В соответствии с данными табл. 2, различия по шкалам «адаптация», «самовосприятие» и «эмоциональная комфортность» значимы. Это говорит о том, спасатели МЧС со стажем работы до 3-х лет вначале своей профессиональной деятельности проходят адаптационный процесс, в результате которого включаются определенные механизмы психологической защиты. Что касается спасате-

лей, чей стаж работы превышает 3-х летний период, то они отдают предпочтение эмоциональной комфортности.

По методике диагностики доминирующей стратегии психологической защиты В.В. Бойко были выявлены различия по стратегии защиты во время общения. Результаты представлены в табл. 3.

Таблица 3

Данные межгрупповых различий по стратегии защиты во время общения по методике диагностики доминирующей стратегии психологической защиты В.В. Бойко с помощью U – критерия Манна-Уитни.

Table 3

Data of intergroup differences in the defense strategy during communication by the methodology of diagnosing the dominant psychological defense strategy V.V. Boyko with the help of the Mann-Whitney U-test.

Регуляторные шкалы / Полученное значение по регуляторным шкалам	Суммы рангов		U <sub>эмп</sub>
	Гр. 1	Гр. 2	
Стратегия «Миролюбие»	259	290	70*
Стратегия «Избегание»	276,5	242,5	52,5**
Стратегия «Агрессия»	261,5	274	86

Примечание: Гр. 1 – спасатели МЧС со стажем работы до 3-х лет, Гр. 2 – спасатели МЧС со стажем работы более 3-х лет; \*\* при  $p \leq 0,01$  (56), \* при  $p \leq 0,05$  (71).

Note: Group 1 – EMERCOM rescuers with up to 3 years of work experience, Group 2 – EMERCOM rescuers with more than 3 years of work experience; \*\* at  $p \leq 0.01$  (56), \* at  $p \leq 0.05$  (71).

В соответствии с данными табл. 3, различия по стратегиям «миролюбие» и «избегание» значимы. Что касается стратегии «избегание», то показатели у спасателей со стажем работы более 3-х лет почти в 3 раза выше, чем показатели по этой же стратегии у спасателей, чей стаж не превышает 3-х лет. Это подтверждает вышеизложенный факт о том, что в процессе своей профессиональной деятельности спасатели пожарно-спасательных служб учатся контролировать свои эмоциональные ресурсы, а также научаются разграничивать на что стоит их тратить свои, а на что нет.

По стратегии «миролюбие» выявлены различий

на 5%-ом уровне математического анализа. Это говорит о том, что сотрудники со стажем работы менее 3-х лет более уступчивы и готовы идти на компромисс, нежели спасатели со стажем работы более 3-х лет.

#### Выводы

По итогам подсчетов  $H_{эмп} < H_{кр}$ , применяется гипотеза  $H_1$ , что свидетельствует о различиях в механизмах психологической защиты среди спасателей МЧС с разным стажем работы, что влияет на эффективность выполнения их профессиональной деятельности.

#### Список источников

1. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. М.: Педагогика-Пресс, 1993. 144 с.
2. Сенкевич Л.В., Донцова Д.А. Механизмы психологической защиты личности. Воронеж: Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2014. 158 с.
3. Субботина Л.Ю. Психологическая защита: учебное пособие для вузов. М.: Издательство Юрайт, 2022. 195 с.
4. Луева М.В. Защитные механизмы личности как предпосылка в развитии механизма совладания в представлениях зарубежных и отечественных психологов // Московский педагогический государственный университет. 2014. № 35. С. 35 – 45.
5. Деларю В.В. Защитные механизмы личности: учебно-методическое пособие. Волгоград: ВолгГМУ, 2020. 112 с.
6. Михайлов Л.А., Шатрова О.В. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях. СПб.: Питер, 2019. 256 с.
7. Шленков А.В., Зайкин Р.Г. Навыки саморегуляции психических состояний как важное профессиональное качество спасателей // Национальная психологическая энциклопедия. 2016. № 3. С. 75 – 82.
8. Латыпова М.Н. Отличительные особенности психологических защитных механизмов и механизмов совладающего поведения человека в стрессовых ситуациях // БашГУ. 2021. № 12-3 (14). С. 180 – 188.
9. Ермолаев О.Ю. Математическая статистика для психологов. М.: Флинта, 2020. 216 с.
10. Абрамова Г.С. Практическая психология: учебное пособие. М.: Прометей, 2018. 541 с.

#### References

1. Freud A. Psychology of the Self and Defense Mechanisms. Moscow: Pedagogy-Press, 1993. 144 p.
2. Senkevich L.V., Dontsova D.A. Mechanisms of Psychological Defense of the Personality. Voronezh: Publishing and Printing Center "Scientific Book", 2014. 158 p.

3. Subbotina L.Yu. Psychological Defense: A Textbook for Universities. Moscow: Yurait Publishing House, 2022. 195 p.
4. Lueva M.V. Defense Mechanisms of the Personality as a Prerequisite for the Development of the Coping Mechanism in the Views of Foreign and Domestic Psychologists. Moscow State Pedagogical University. 2014. No. 35. P. 35 – 45.
5. Delaryu V.V. Defense Mechanisms of the Personality: A Teaching Aid. Volgograd: VolGMU, 2020. 112 p.
6. Mikhailov L.A., Shatrova O.V. Psychological defense in emergency situations. SPb.: Piter, 2019. 256 p.
7. Shlenkov A.V., Zaykin R.G. Self-regulation skills of mental states as an important professional quality of rescuers. National Psychological Encyclopedia. 2016. No. 3. P. 75 – 82.
8. Latypova M.N. Distinctive features of psychological defense mechanisms and mechanisms of human coping behavior in stressful situations. BashSU. 2021. No. 12-3 (14). P. 180 – 188.
9. Ermolaev O.Yu. Mathematical statistics for psychologists. M.: Flinta, 2020. 216 p.
10. Abramova G.S. Practical Psychology: a tutorial. M.: Prometheus, 2018. 541 p.

### **Информация об авторах**

**Фалеева С.И.**, Пензенский государственный университет им. В.Г. Белинского, [malyaffka2001@mail.ru](mailto:malyaffka2001@mail.ru)  
**Елисеева Ж.М.**, кандидат психологических наук, доцент, Пензенский государственный университет им. В.Г. Белинского

© Фалеева С.И., Елисеева Ж.М., 2025