

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
Інститут управління, психології та безпеки
Кафедра теоретичної психології

**ВПЛИВ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ НА
ФОРМУВАННЯ САМОСТАВЛЕННЯ ШКОЛЯРІВ**

Кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти 4 курсу,
денної форми навчання,
спеціальності 053 Психологія
Юлії МОРОЗ

Науковий керівник
доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри теоретичної
психології
Зоряна КОВАЛЬЧУК

Рецензент:
кандидат психологічних наук
Ольга ЗАВЕРУХА

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

«___» «_____» 2023 р., протокол № _____
завідувач кафедри _____

доктор психологічних наук, професор
_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**
(підпис)

Львів – 2023

АНОТАЦІЯ

Мороз Юлія Володимирівна. Вплив механізмів психологічного захисту на формування самоствавлення школярів.

Робота присвячена психологічному формуванню самоствавлення школярів та розкриттю розуміння, які саме чинники впливають на цей феномен. У першому розділі розглянуто: феномен самоствавлення школярів; психологічний захист особистості шкільного віку; вплив психологічного захисту на самоствавлення школяра. Структура роботи складається з двох розділів, один з яких – теоретичний. У першому розділі авторка розкрила зміст понять та аспекти вивчення психологічного захисту та його особливостей у школярів. Використовуючи різні методики у другому розділі авторка дослідила зв'язок механізмів психологічного захисту з особливостями самоствавлення у шкільному віці. Підсумки роботи подано у ґрунтовних висновках до кожного розділу.

Ключові слова: особистість шкільного віку, самоствавлення, самооцінка, механізми психологічного захисту.

ANNOTATION

Yulia Volodymyrivna Moroz. The influence of psychological protection mechanisms on the formation of self-esteem of schoolchildren.

The work is devoted to the psychological formation of schoolchildren's self-image and the disclosure of understanding of the factors that influence this phenomenon. The first chapter examines: the phenomenon of self-identification of schoolchildren; psychological protection of the school-age personality; the effect of psychological protection on the self-esteem of the schoolboy. The structure of the work consists of two sections, one of which is theoretical. In the first chapter, the author revealed the content of concepts and aspects of studying psychological protection and its features in schoolchildren. Using various methods, in the second chapter, the author investigated the connection between the mechanisms of psychological protection and the peculiarities of self-esteem at school age. The results of the work are presented in thorough conclusions to each section.

Key words: personality of school age, self-esteem, self-esteem, mechanisms of psychological protection.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ МЕХАНІЗМІВ ЗАХИСТУ НА САМОСТАВЛЕННЯ ШКОЛЯРА.....	7
1.1. Феномен самоствавлення школярів в науковій літературі.....	7
1.2. Психологічний захист особистості шкільного віку.....	14
1.3. Вплив психологічного захисту на самоствавлення школяра.....	20
Висновок до розділу 1.....	24
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ШКОЛЯРІВ.....	26
2.1 Організація та методи дослідження.....	26
2.2 Аналіз результатів дослідження.....	30
2.3 Психологічна програма спрямована на формування конструктивних механізмів психологічного захисту в школярів.....	38
Висновок до розділу 2.....	42
ВИСНОВКИ.....	44
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	46
ДОДАТКИ.....	51

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Психологічний захист – несвідомий психічний механізм, спрямований на мінімізацію негативних переживань людини, що регулює поведінку людини, підвищуючи пристосованість та зрівноважуючи психіку. З іншого боку, він часто постає як перешкода особистісного розвитку [4].

Більшість захисних механізмів формується у ранньому дитинстві, дозволяючи дитині закритися, сховатися від зовнішніх труднощів та небезпек. Основною детермінантою психічного розвитку дитини є відносини в сім'ї, порушення яких часто призводить до дисгармонії емоційного розвитку особистості, патопсихології, гіпертрофії психологічних захистів у дитини. Безперечно, що сімейні умови виховання, соціальне становище сім'ї, рід занять її членів, матеріальне забезпечення та рівень освіти батьків значною мірою визначають рівень психічного здоров'я дитини.

Актуальність та значення дослідження проблеми психологічного захисту учнів пов'язана і з соціально-економічними, що відбуваються на даний момент культурними, політичними змінами у суспільстві, які впливають на процес розвитку особистості та її соціалізації. Соціальні зміни у державі та сім'ї ведуть до зростання емоційного дискомфорту, внутрішньої напруженості в учнів, які відчують як власні труднощі, так і складності близьких та дорослих. У зв'язку з чим зростає інтерес до вивчення формування механізмів психологічних захистів, які сприяють підтримці стабільності та емоційного прийняття учнями себе та свого оточення.

Вивченню проблеми формування та визначенню ролі захисних механізмів у розвитку особистості присвячені роботи А. Маслоу [12], Ф. Перлза [24], З. Фрейда [35] та ін. Велику увагу дослідники приділяють вивченню особливостей самосвідомості у різному віці. Р. Бернсом описані особливості уявлень про себе у дітей та підлітків, школярів, Ф. Райсом у старших підлітків та юнаків.

Авторами вивчалось у контексті різних психологічних феноменів. Питання взаємозв'язку і психологічних захистів представляє дослідницький інтерес у межах проблеми пошуку життєвих ресурсів людини, проблеми опанування стресу.

Мета дослідження: дослідити зв'язок механізмів психологічного захисту з особливостями самоствавлення в шкільному віці.

Об'єкт дослідження: психологічний захист школярів.

Предмет дослідження: зв'язок механізмів психологічного захисту з особливостями самоствавлення в шкільному віці.

Відповідно до об'єкта, предмета та мети дослідження були висунуто такі **завдання:**

1. Вивчити феномен самоствавлення школярів в науковій літературі.
2. Дослідити психологічний захист особистості шкільного віку.
3. Визначити вплив психологічного захисту на самоствавлення школяра.
4. Розробити психологічну програму, спрямовану на формування конструктивних механізмів психологічного захисту в школярів.

Методологічна база дослідження представлена роботами

Нами були використані такі **методи:**

1. Аналіз літератури з проблеми дослідження.
2. Емпіричні методи: тестування (опитувальник «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика; самоактуалізаційний тест (САТ) Л. Я. Гозмана та ін; методика «Визначення рівня тривожності» Ч. Д. Спілбергера, Ю. Л. Ханіна).
3. Методи інтерпретації та опису даних: кількісний та якісний аналіз результатів.

Теоретичне значення роботи спрямоване на розширення та поглиблення уявлення про самоствавлення учнів, а пов'язано з використанням різних видів психологічного захисту з рівнем самоствавлення.

Практична значимість роботи у тому, що систематизовано теоретичний матеріал з проблеми дослідження, який може бути використаний при підготовці студентів до лекційних та семінарських заняттям, при написанні курсових та

кваліфікаційних робіт. Також результати даного дослідження можуть бути використані у консультуванні осіб шкільного віку із різним типом самоствалення з метою розробки їх психологічного супротиву та прогнозування відповіді на психологічні інтервенції.

Структура роботи. кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ТА ЙОГО ОСОБЛИВОСТЕЙ У ШКОЛЯРІВ

1.1. Феномен самоствалення школярів в науковій літературі

Кожна людина віддає перевагу певному захисту, який стає невід'ємною частиною його індивідуального стилю боротьби з труднощами [16]. Під стилем захисту розуміють відносно постійну та індивідуальну систему психотехнічних дій, спрямованих на зняття «внутрішнього» конфлікту. І на розвиток стильових захисних механізмів можуть впливати такі параметри:

- динамічні особливості психіки (наприклад, активність та пасивність як властивість темпераменту);
- особистий досвід успішності задоволення базових потреб (у безпеці, у свободі та автономії, в успіху та ефективності, у визнанні, самовизначення);
- досвід стосунків у батьківській сім'ї як зразок вирішення кризових життєвих ситуацій;
- хронічна психотравматизація особи [16].

Саме поняття психологічного захисту має своє походження з психоаналітичної теорії та її засновника – Зигмунда Фрейда.

Вперше З. Фрейд у своїй роботі «Захисні нейропсихози» самостійно вживає термін «захист», функція якого полягає в ослабленні інтрапсихічного конфлікту (напруги, занепокоєння), зумовленого протиріччям між інстинктивними імпульсами несвідомого та інтеріоризованими вимогами зовнішнього середовища, що виникають у наслідок соціальної взаємодії [35].

З. Фрейд відносив психологічний захист до вторинних психічних процесів, протиставляючи їх до певної міри первинним (уява, сновидіння, мрії). Механізми психологічного захисту виступали як засоби вирішення конфлікту між свідомістю та несвідомим. Згодом, виходячи з розробленої теорії особистості (Воно, Его, Супер-Его), механізми психологічного захисту

розглядалися як функції Его, що відповідають за інтеграцію та адаптацію при загрозі цілісності особистості.

За З. Фрейдом захисні механізми є вродженими, вони запускаються в екстремальній ситуації та виконують функцію «зняття внутрішнього конфлікту» [35].

Розглянемо основні механізми психологічного захисту:

1. Заперечення – механізм, з якого заперечуються ті події, що травмують психіку.

2. Витіснення – блокування негативних, неприємних емоцій за допомогою забування.

3. Регресія – уникнення тривожних переживань через повернення до дитячих, незрілих форм поведінки.

4. Компенсація – спроба заміни об'єкта, що викликає негативні емоції (почуття неповноцінності, втрати, приниження тощо).

5. Проекція – механізм приписування оточуючим різних, власних негативних якостей, думок та переживань іншим, щоб на цьому тлі самому виглядати більш респектабельним.

6. Заміщення – механізм зняття напруги шляхом перенесення агресії з сильнішого об'єкта, що є джерелом гніву, на слабший і доступний об'єкт чи самого себе.

7. Інтелектуалізація – механізм логічної переробки інформації, завдяки якій людина шукає позитивні сторони незадоволеної потреби та заспокоює себе виразами типу.

8. Реактивна освіта – механізм трансформації імпульсів та почуттів, які суб'єкт з тих чи інших причин розцінює як неприйнятні, у тому протилежності [35].

Представники глибинної психології, сходяться у розумінні психологічного захисту як всепроникної та невід'ємної властивості індивіда, дотримувалися різних поглядів на джерела конфліктів, які приводять її в дію.

На відміну від З. Фрейда, який розглядав у джерело внутрішнього конфлікту протидія сил Его і супер-Его:

- К. Юнг пов'язував внутрішній конфлікт з невідповідністю між вимогами довкілля та типологічною установкою індивіда;
- А. Адлер – з комплексом неповноцінності;
- К. Хорні – з несумісними невротичними потребами індивіда;
- Г. Саллівен – з конфліктуєчими вимогами складних міжособистісних зв'язків;
- Е. Еріксон – з психосоціальними кризами ідентичності [38].

Видатні представники зарубіжної психології Ф. Перлз, А. Фрейд, З. Фрейд, Е Фромм, К. Хорні розглядали порятунок від психологічних захистів як основний психотерапевтичний фактор, що сприяє одужанню пацієнтів.

У своїх роботах вони акцентували увагу на тому, як механізми психологічного захисту, спотворюючи реальність, призводять до невротизації особистості, що заважають проявлятися автентичній сутності людини. Це сприяло тому, що у багатьох психологів згодом склалося уявлення про «шкоду» психологічного захисту [34].

Активне неприйняття психоаналізу, що мало місце протягом багатьох років у вітчизняній психології, не дозволило дослідникам зробити помітний внесок у розробку проблеми психологічного захисту. У роботах 50-х-70-х років сам термін «захист» ретельно уникався або підмінювався термінами «психологічний бар'єр», «захисна реакція», «смісловий бар'єр», «компенсаторні механізми».

Автор стверджує, що основним у психологічному захисті є перебудова системи установок, спрямована на усунення надмірної емоційної напруги та запобігання дезорганізації поведінки.

У психологічному словнику психологічний захист сприймається як система регуляторних механізмів, які спрямовані на усунення або зведення до мінімуму негативних, що травмують особу переживань, пов'язаних із внутрішніми чи зовнішніми конфліктами, станами тривоги та дискомфорту.

Б.В. Зейгарник, розглядаючи проблему опосередкування під час аналізу компенсації почуття неповноцінності, що виділяє деструктивні та конструктивні заходи захисту.

Перші пов'язуються з неусвідомленістю їх суб'єктом, а другі – з усвідомленим прийняттям та регуляцією. Неусвідомлений і неконструктивний захист відзначається і у здорової людини у ситуації фрустрації.

Сучасні дослідники схильні розглядати психологічний захист як процес інтрапсихічної адаптації особистості, оскільки вона знімає напруженість, зменшує тривогу та страх. Однак для функціонування захисту на оптимальному рівні потрібно постійне витрачання енергії. Ці витрати можуть бути дуже суттєвими та призводити до появи невротичної симптоматики та порушення працездатності.

Парадокс психологічного захисту полягає у суперечності між прагненням людини зберегти психічну рівновагу і тими втратами, до яких веде надмірне вторгнення захисту. З одного боку, безумовна користь від усіх видів захисту, покликаних знижувати накопичення в центральній нервовій системі людини напруженості, шляхом спотворення вихідної інформації чи відповідної зміни поведінки. З іншою сторони, їх надмірне включення не дозволяє особистості усвідомлювати об'єктивну ситуацію, адекватно та творчо взаємодіяти зі світом. Будь-яка дисфункція системи психологічних захистів у вигляді перенапруги, ригідності, зайвої вибірковості, фіксації на захистах нижнього рівня (Регресія, придушення) призводить до порушень не тільки в психологічній сфері особистості (неврозу), а й соматичної, що проявляється симптомами психосоматичних захворювань. Російський психолог В.А. Штроо розуміє психологічний захист як систему процесів та механізмів, спрямованих на збереження одного разу досягнутого (або відновлення втраченого) позитивного стану суб'єкта. Дане визначення, маючи узагальнений характер, відображає найважливіші елементи психологічного захисту, як цілісного явища. А, саме те, що агентом психологічного захисту є певний суб'єкт (незалежно від рівня розгляду – індивідуальний, груповий, суспільний), предметом – стан суб'єкта,

що оцінюється як позитивне, об'єктом – все, що загрожує порушенням чи перешкоджає відновлення цього стану.

Спосіб і тип засобів захисту, що обираються в даному конкретному випадку складають конкретний захисний механізм. Цілі захисту: ближня – зберегти позитивний стан, дальня – утримати таке стан якомога довше [36].

Ексквізитна ситуація при цьому сприймається як ситуація, у якій відбивається протиріччя зовнішнього і внутрішнього у певний момент розвитку гранично загострене та потрібно його зняття. А спотворення у свою чергу досягається за рахунок індивідуальних змін у перебігу психічних процесів і має нейрофізіологічну основу.

Сучасні дослідники проблеми психологічного захисту розглядають її як індивідуальний репертуар психологічних захисних механізмів, об'єднаних системою внутрішніх та зовнішніх зв'язків з індивідуально-психологічними ознаками та показниками соціально-психологічної адаптації.

Функціональне призначення психологічного захисту виявляється у сприянні інтрапсихічної адаптації особистості за допомогою специфічних неусвідомлюваних механізмів та їх поєднань. Тим самим психологічний захист є відповіддю особи на неузгодженість внутрішніх процесів внаслідок важких життєвих обставин і постає як спосіб рівневого переструктурування, організації елементів та процесів для підтримки стабільності на період часу, необхідний для підготовки активних внутрішніх та зовнішніх змін.

Адаптивна функція психологічних захистів очевидна, але поряд з цим захисні процеси можуть бути і дезадаптивними, коли функціонують надінтенсивно, що веде до наростання тривоги, невротизації особистості, виникнення патохарактерологічних симптомів, що у свою чергу негативно впливає на процес адаптації [33].

Науковці у своїх роботах пишуть про те, що психологічний захист, будучи нормальним механізмом здорової психіки, властива всім людям і її корисний ефект полягає в тому, що людина набуває здатності до здійсненню наміченого плану дій попри можливі проблеми.

Внаслідок можливої шкоди від використання психологічної захисту, багато сучасних психологів і психотерапевтів далеко не завжди враховують важливість захисної поведінки учнів. У соціально-психологічних тренінгах, а також у некваліфікованих фахівців популярна так звана «ламка» захистів.

Проти цього виступає О.Л. Венгер стверджує, що механізми психологічного захисту (навіть невротичні) дозволяють людині хоч якось жити та функціонувати, незважаючи на наявність внутрішнього конфлікту. Руйнуючи їх і не дозволяючи конфлікту, ми тим самим остаточно дезадаптуємо людину, який звернувся до психолога за допомогою.

Також виділяє функції та структуру психологічної захисту. Базовою функцією захисту, на її думку, є позбавлення від тривоги. Похідними функціями є регулятивна та адаптивна. У структурний план психологічний захист включає наступні складники:

- стимул – зовнішній вплив, що порушує внутрішню гармонію особистості; внутрішньо особистісний конфлікт; несвідомі потяги;
- мета – прагнення до відновлення внутрішньо особистісного балансу та його стабілізацію;
- Джерело напруги – певна кількість психічної енергії, яким забезпечено активну форму захисної поведінки;
- об'єкт – те, на що спрямована активність особистості при відповідні форми захисту.

Локалізаційний статус – сфера внутрішнього чи зовнішнього простору особистості, у якому здійснюється захисна поведінка. Психологічну захист характеризує:

- детермінації (причин, що викликають психологічний захист);
- часу (постійний чи ситуативний психологічний захист);
- структурної складності (окремий захисний механізм чи складні комплекси);
- адекватності (Особи або соціуму) [31].

З останніх досліджень феномена психологічного захисту в психології виділяються роботи, у яких психологічний захист є індивідуальним неповторним комплексом різних за своєю природою та функціями захисних реакцій, інтегративне злиття яких формує індивідуальний стиль захисту.

Такими інтегративними параметрами є:

- спільність – ізольованість (спрямованість реакції на взаємодію або на ухилення від взаємодії);
- раціональність – емоційність (обдумування ситуації чи розрядка у почуттях);
- гнучкість – ригідність (широкий репертуар реакцій чи одноманітність реагування);
- креативність – стереотипізація (пошук нестандартних виходів або формальний підхід до ситуації);
- автономність – нормативність (вироблення власних стандартів або використання готових і правил);
- цілісність – дисоційованість (наявність цілісної стратегії або використання ситуаційних тактик).

1.2 Психологічний захист особистості шкільного віку

Шкільний вік – найбільш значущий етап у житті людини, пов'язаний із глибокими змінами умов, що впливають на особистісний розвиток дитини. Існують різні погляди вчених, що описують підлітковий вік. За юність, підлітковий вік, пубертатний період – період життя людини від дитинства до юності у традиційній класифікації (від 11-12 до 14-15 років).

На думку В.А. Крутецького, помітний розвиток у шкільному віці набувають вольові риси характеру – наполегливість, завзятість у досягненні мети, вміння долати перешкоди та труднощі на цьому шляху. Учень здатний як до окремих вольових дій, а й до вольової діяльності.

Провідна діяльність – інтимно-особистісне спілкування (підліткова дружба). Вплив батьків вже обмежений. Думка однолітків зазвичай найбільш значуща, але ціннісні орієнтації, моральні оцінки подій залежать насамперед від сім'ї.

Центральним психологічним новоутворенням цього віку стає почуття дорослості, що виникає в учнів, як форма прояви їхньої самосвідомості, формуються особисті сенси життя. Завдяки цьому з'являються передумови виникнення нових завдань і мотивів подальшої власної діяльності, яка перетворюється на діяльність, спрямовану на майбутнє і набуває у зв'язку з цим Поява особливих форм самосвідомості: «Почуття дорослості» та «Я концепція» (система внутрішньо узгоджених уявлень, образів «Я») [11]. Науковці, у своїх роботах писали про те, що у шкільному віці спостерігається підвищена увага до своїх успіхів та досягнень у процесі навчальної діяльності, продовжує розвиватися теоретико-рефлексивне мислення. Уява, зближуючись з теоретичним мисленням, дає імпульс до творчості (вірші, конструювання), спілкування в різних/великих «референтних групах» істотно впливає на розвиток у творчих здібностей.

У своїх роботах активно розвивають суспільно значущу діяльність, властиву дітям віком від 10 до 15 років, включає такі її види, як трудова, навчальна, суспільно-організаційна, спортивна та художня. В учнів прокидається прагнення брати участь у будь-якій суспільно значущій роботі, з'являються вміння будувати спілкування у різних колективах з урахуванням прийнятих у них норм взаємовідносин, рефлексія на власну поведінку, вміння оцінювати можливості власного «я», тобто, практична свідомість.

Навчальна діяльність – той засіб, завдяки якому учень розподіляє ідеальний зміст, закладений у предметі освоєння. Успіх розглядається у словниках як удача у задуманій справі, вдале досягнення поставленої мети. Таким чином, успішність та неуспішність є емоційним компонентом зовнішнього чи внутрішнього контролю (самоконтролю, самооцінки) у процесі будь-якої діяльності та на її завершальному етапі.

Успішність оволодіння новими видами діяльності великою мірою залежить від відповідності стильових особливостей регуляції та вимог освоюваного виду активності. В учнів із високим рівнем саморегуляції висування та досягнення мети відбувається усвідомлено, вони гнучко та адекватно реагують на зміну умов. За високої мотивації досягнення вони здатні компенсувати вплив особистісних, характерологічних особливостей, що перешкоджають досягненню мети, учень легше опановує нові види активності, впевненіше відчуває себе у незнайомих ситуаціях, тим стабільніші його успіхи у звичних видах діяльності. Успішність навчальної діяльності, що включає у собі продуктивність навчальної праці, що обчислюється як навченість, що визначається на основі відміток за навчання. Успішність пов'язана з інтелектуальною, мотиваційною та емоційно-вольовою сферою особистості, залежить також від індивідуальних психофізіологічних якостей. На думку деяких учених (Бернштейн Н.А., Мерлін Р.С. [20] та ін.) при оцінці успішності діяльності слід враховувати і фізіологічні витрати, необхідні вирішення навчальної задачі.

Існують прямі та непрямі оціночні критерії психофізіологічного аналізу успішності, за допомогою прямих критеріїв можна безпосередньо оцінити результати діяльності. До них відносяться точність і швидкість виконання навчальних прийомів та завдань, що становлять структуру навчальної діяльності; помилки у роботі; продуктивність навчального праці через позначки засвоєння навчального матеріалу [13].

У деяких видів навчальної діяльності відсутні прямі показники її успішності, наприклад, визначення розвитку особистісних характеристик у процесі навчання, універсальність навчальних дій. В цих випадках використовуються непрямі показники, які вимірюються стандартизованими тестами, наприклад тестами на інтелект.

Уявлення про успішність тісно переплетені з поняттями емоційного благополуччя та самооцінки у структурі самосвідомості.

Ознаки емоційного благополуччя за К. Байєром та Л. Шейнбергом можна виділити такі:

1. Позитивна самооцінка та повага до себе.
2. Психосоціальний розвиток, відповідність його віку.
3. Ефективні методи задоволення потреб.
4. Вміння переживати невдачі.
5. Вміння пристосуватися.
6. Розумний ступінь незалежності.
7. Почуття «господаря» життя.
8. Вміння ефективно справлятися зі стресом.
9. Турбота про інших.
10. Якість взаємини з іншими.
11. Здатність кохати.
12. Здатність працювати, навчатися [3].

Для учнів, особливо 8- 10 класів найбільш значущими є 7 базових потреб:

1. Потреба бути відмінним від інших.
2. Потреба у самовивченні та самовизначенні.
3. Потреба мати значущу діяльність у школі та її межами.
4. Потреба у позитивній взаємодії з однолітками та дорослими.
5. Потреба у фізичній активності.
6. Потреба у компетентності та успішності.
7. Потреба у розвитку та стабільності.

Порушення поведінки можуть формуватися на основі спотворення цілком нормальних специфічних реакцій учнів. Так спотворення реакції емансипації можуть призвести до розвитку надмірного прагнення нав'язувати власну думку. На основі реакції групування може виникнути залежність від референтного (тобто значущого) антисоціальної угруповання, на основі реакції розваг можуть сформуватися різні форми хімічної залежності (вживання наркотиків, алкоголю, тютюнопаління).

Трансформація реакції відмови, опозиції, компенсації може призвести до формування специфічних характеристик характеру [3].

Девіантна (та що відхиляється) поведінка в учнів може включати різноманітні антидисциплінарні, антисоціальні, делінквентні (аморальні дії, що не сягають рівня порушень законодавства), протиправні та аутоагресивні (спрямовані на себе) дії. Порушення поведінки за своїм походженням можуть бути обумовлені відхиленнями у розвитку особистості, особливостями фізичного розвитку, умовами виховання та соціального оточення.

Найчастіше не реалізація значимих потреб, почуття незадоволеності, неповноцінності компенсуються за допомогою деструктивних та конструктивних механізмів захисту.

Це може відкрити дорогу для появи та закріплення порушень поведінки, що у специфічній формі компенсують нереалізовані потреби (наприклад, потреби в самоповазі). Конструктивний захист дозволяє свідомо контролювати дії з подолання перешкод та вирішення проблем. Навчитися використовувати конструктивні способи форми захисту можна завдяки спеціальному навчанню, вирішенню моральних ситуацій, удосконаленню механізмів саморегуляції [22].

Виникнення порушень поведінки може залежати від особливостей психологічного будівництва особистості. Так, в учнів нове почуття дорослості, підвищення рівня домагань, емоційна нестійкість опосередковують можливість виникнення конфліктів та відчуття незадоволеності собою. Це може стимулювати звернення до компенсаторного ефекту порушень поведінки. Боротьба за право на самостійність, розвиток світогляду, визначення психосексуальної орієнтації, пошук способів самореалізації та самоствердження також створюють сприятливі умови для поведінки, що відхиляється.

В учнів часто спрацьовує такий захисний механізм, як раціоналізація. Це один із способів впоратися з фрустрацією та тривогою, спотворюючи реальність, і таким чином захистити самооцінку. Наприклад, учень, якому не

вдалось потрапити до класу з математичним ухилом, може переконувати себе в тому, що він насправді не хотів туди потрапити [9].

Першорядне значення в шкільному віці набуває спілкування з однолітками. Спілкуючись із друзями, підлітки активно освоюють норми, цілі, засоби соціальної поведінки, виробляють критерії оцінки себе та інших, спираючись на заповіді «кодексу товариства». Зовнішні прояви поведінки дуже суперечливі. З одного боку, прагнення будь-що здаватися такими ж, як усі, з іншого – бравування власними вадами. Пристрасне бажання мати вірного близького друга співіснує в учнів з гарячковою зміною друзів, здатністю миттєво зачаровуватися і так само швидко розчаровуватися у колишніх друзях на все життя [22].

Учні можуть використовувати такий захисний механізм, як сублімація, тобто, з метою адаптації змінюють свої імпульси таким чином, щоб їх можна було висловлювати за допомогою соціально прийнятних думок чи дій. Одна з найсерйозніших проблем шкільного віку – самотність. Коли молодим людям здається, що вони відкинуті або обділені увагою, коли вони відчують невпевненість у власних силах, вони схильні вважати це самотністю. Схоже, що у юнаків більше подібних проблем, ніж у дівчат, ймовірно в силу тієї ж «чоловічої стриманості», не що дозволяє вільно висловлювати свої почуття [4].

У навчальній діяльності в учнів досить часто включається проекція, покладання провини на когось або щось за свої недоліки чи промахи. Класичний приклад проекції – учень, який не підготувався як слід до контрольної роботи, приписує свою низьку оцінку нечесно проведеної контрольної, шахрайству інших учнів або покладає провину на вчителя через те, що той погано пояснив цю тему [24]. Важливу роль у впливі самооцінки на спілкування у підлітковому віці грає сором'язливість. Згідно з Мартінсом, в учнів підвищена сором'язливість відзначається у зв'язку з тим, що в цей період вони заглиблюються в себе, починають виявляти інтерес до протилежної статі і прагнуть стати членом якоїсь групи. Прояв сором'язливості в різних ситуаціях пов'язані з тривогою щодо соціальної оцінки. Учень боїться опинитися в центрі

уваги, зробити при всіх помилку, побоюється програти в порівнянні з кимось іншим. Сором'язливість обумовлена страхом негативної оцінки з боку оточуючих, бажанням їх схвалення, низькою самооцінкою та побоюванням бути відкинутими. Вона може йти своїм корінням в раннє дитинство – дитину могли дражнити, осуджувати, порівнювати з братами та сестрами. Причиною її може бути стурбованість своєю зовнішністю: вагою, зростом, яким-небудь фізичним дефектом [12].

1.3. Вплив психологічного захисту на самоствавлення школяра

Згідно з даними психологічних досліджень, ставлення особистості до себе чи самоствавлення виникає в результаті активності самосвідомості і стає найважливішою його властивістю. Будь-який акт самосвідомості можна охарактеризувати як взаємодію самопізнання та самоствавлення.

З одного боку, ставлення особистості до себе виникає і формується у процесі самопізнання на різних його рівнях, з іншого – самоствавлення істотно впливає весь процес самопізнання, визначаючи його специфіку, спрямованість та індивідуальний особистісний відтінок.

«Заряд» самоствавлення особистості, тобто, його модальність, впливає на модальність проблем, що переживаються нею, тоді як самі переживання відповідного емоційного «заряду» знаходять вираз у тій чи іншій формі соціального поведінки [15].

Крім того, самоствавлення, сформувавшись, починає грати величезну роль у тому, як людина бере і оцінює інших людей. У той же час деякими дослідниками наголошується найбезпосередніший зв'язок самоствавлення із психологічним захистом особистості.

Психологічний захист відноситься до однієї з основних функцій самоствавлення, серед яких також функція «дзеркало» (відображення себе), самовираження та самореалізації, збереження внутрішньої стабільності та континуальності «Я», саморегуляції та самоконтролю, інтракомунікації [20].

В свою чергу також можна констатувати факт взаємозв'язку самоствавлення та механізмів психологічного захист. Зокрема, у випадку, коли «...людина не може приймати себе таким, яким вона є насправді, основні зусилля спрямовуються швидше на самозахист, а не на самопізнання, а якщо вона зовні впевнена, але уникає ситуацій, де її здібності можуть бути неупереджено перевірені, її свідомо самооцінка виявляється лише захисною бронєю» [19, с. 230].

Психологічний захист спрямовується як проти небажаних думок, почуттів та відчуттів зсередини, так і проти нового небажаного знання ззовні. Іншими словами, все, що загрожує цілісності особистості або будь-якої її частини, відразу починає сприйматися як щось небезпечне, вороже, яке неодмінно має бути усунено. Саме таке усунення всього того, що викликає внутрішній розлад і дискомфорт, і здійснюється за допомогою психологічного захисту, під яким зазвичай прийнято розуміти систему «процесів та механізмів, спрямованих на збереження одного разу досягнутого (або відновлення втраченого) позитивного стану суб'єкта» [27, с. 58].

Таким чином, як переконує нас аналіз психологічної літератури, за допомогою різноманітних психологічних захистів самоствавлення особистості реалізує самопідтримка себе у відносно стабільному стані [12].

Досліджуючи літературу, ми можемо стверджувати, що схильність до використання різних видів психологічного захисту в цілому набагато яскравіше проявляється у дітей із неповної сім'ї. Зокрема, на рівні достовірно значних відмінностей діти з неповних сімей набагато частіше своїх однолітків з повних сімей вдаються до використання регресії (тобто повернення на більш ранню стадію розвитку, до більш примітивних форм поведінки чи мислення), проєкції (несвідомому відкидання власних негативних якостей та припису цих якостей оточуючим) та реактивної освіти (способу боротьби з неприйнятним полюсом свого амбівалентного відношення за рахунок перенесення акценту на прийнятний полюс, тобто. перетворення негативного почуття на позитивне, або навпаки).

Крім того, у них же виявляється більш вираженою та загальна напруженість психологічного захисту. Усе вищенаведене наочно доводить, що учні з неповних сімей частіше використовують такі форми поведінки, які характерні для молодшого віку. Необхідно відзначити, що найчастіше вони використовуються учнями «...для зняття почуття незручності та внутрішньої напруги, перенесення негативних характеристик на будь-кого з оточуючих з метою звільнення Я-концепції від негативних оцінок, а також прагнення перетворювати неможливі для реалізації імпульси на такі, які мають форму прояви потреби прямо протилежного характеру» [22, с. 76].

При цьому психологічний захист використовується ними набагато інтенсивніше, ніж їх однолітками із повних сімей, а це означає, що має місце чітко виражена тенденція спотворення чи заперечення реальності, що, зрозуміло, не може не позначатися на розвитку особистості цих учнів.

Таким чином, щодо характеру взаємозв'язку компонентів самоствавлення та захисних механізмів в учнів ми можемо говорити про таке:

- чим вище «закритість» і «самоконтроль», тим інтенсивніше використовується інтелектуалізація;
- що вищий рівень «віддзеркаленого самоствавлення», то менше прояв таких захистів, як регресія, заміщення, реактивна освіта;
- чим вищий рівень «самоцінності», тим яскравіше виражена схильність до проєкції та реактивної освіти;
- що вищий рівень «самоприйняття», то частіше використовується заперечення і компенсація;
- що вища «самоприв'язаність», тим рідше прояви регресії;
- що вище значення «внутрішньої конфліктності», то частіше спостерігаються витіснення, регресія, заміщення, проєкція, компенсація, реактивна освіта тощо, та вище загальний рівень напруженості психологічних захистів;
- що вище «самообвинувачення», то більше вписувалося прояв регресії, проєкції, реактивної освіти та загальної напруженості психологічних захистів.

Отже, проведене нами дослідження літератури, присвячене вивченню специфіки розвитку самоствалення та проявів захисних механізмів, а також особливостей їх взаємозв'язку у шкільному віці переконливо показує значущість фактора сімейного середовища (а саме, наявності дуального батьківства) для становлення більш позитивного самоствалення дітей та їх більшого психологічного благополуччя, що робить зайвим часте використання психологічного захисту.

Разом з тим, нам вдалося зустріти кілька різних картин кореляційних зв'язків компонентів самоствалення та захисних механізмів в учнів з повних та неповних сімей, які, зокрема, дозволяють констатувати таке:

– по-перше, схильність до використання інтелектуалізації при високих показниках за шкалами фактора «самоповаги» та низьких показниках за шкалами фактору «самоприниження» у тих, хто живе і виховується в повній сім'ї;

– по-друге, потребу у підлітків (і, перш за все, з неповної сім'ї) у багатьох видах психологічного захисту за високої «внутрішньої конфліктності»;

– по-третє, схильність усіх наших піддослідних при «самообвинуваченні» до використання захисту за типом регресії та реактивної освіти, а за наявності яскраво вираженої «самоцінності» до відмови від використання реактивної освіти;

– по-четверте, відсутність, за винятком одного негативного зв'язку між «самоцінністю» та реактивною освітою, у підлітків із повних сімей статистично значних кореляцій між шкалами фактора «аутосимпатії» та різними видами психологічного захисту та, навпаки, наявність значно більшої кількості статистично значимих кореляцій (двох позитивних та трьох негативних) між шкалами фактора «аутосимпатії» та різними захисними механізмами у підлітків з неповних сімей;

– і, нарешті, по-п'яте, позитивний зв'язок «віддзеркаленого самоствалення» з регресією та реактивною освітою в учнів з повної родини та

негативну зв'язок цього компонента самоствалення з регресією, заміщенням та реактивним освітою у їхніх однолітків із неповних сімей.

Таким чином, ми можемо говорити про наявність деяких істотних відмінностей у способах вирішення внутрішніх протиріч в учнів із повних та неповних сімей.

Висновок до розділу 1

Кожна людина надає перевагу певному захисту, який стає невід'ємною частиною його індивідуального стилю боротьби з труднощами [16]. Під стилем захисту розуміють відносно постійну та індивідуальну систему психотехнічних дій, спрямованих на зняття «внутрішнього» конфлікту. І на розвиток захисних механізмів можуть впливати такі параметри:

- динамічні особливості психіки (наприклад, активність та пасивність як властивість темпераменту);
- особистий досвід успішності задоволення базисних потреб (у безпеці, у свободі та автономії, в успіху та ефективності, у визнанні, самовизначення);
- досвід стосунків у батьківській сім'ї, як зразок дозволу кризових життєвих ситуацій;
- хронічна психотравматизація особи [16].

Уявлення про успішність тісно переплетені з поняттями емоційного благополуччя та самооцінки у структурі самосвідомості.

Дослідивши літературу, можна виділити такі ознаки емоційного благополуччя:

1. Позитивна самооцінка та повага до себе.
2. Психосоціальний розвиток, відповідне віком.
3. Ефективні методи задоволення потреб.
4. Вміння переживати невдачі.
5. Вміння пристосуватися.
6. Розумний ступінь незалежності.
7. Почуття «господаря» життя.

8. Вміння ефективно справлятися зі стресом.
9. Турбота про інших.
10. Якість взаємини з іншими.
11. Здатність кохати.
12. Здатність працювати, навчатися [3].

Для учнів, особливо 8- 10 класів ми виділили 7 базових потреб:

1. Потреба бути відмінним від інших.
2. Потреба у самовивченні та самовизначенні.
3. Потреба мати значущу діяльність у школі та її межами.
4. Потреба у позитивній взаємодії з однолітками та дорослими.
5. Потреба у фізичній активності.
6. Потреба у компетентності та успішності.
7. Потреба у розвитку та стабільності.

Розділ 2. Експериментальне дослідження особливостей психологічної захисту школярів

2.1. Організація та методи дослідження

Експериментальне дослідження особливостей психологічного захисту у школярів проводилося на базі ЗОШ № 1. Вибірка представлена учнями 8 «А» класу віком 14-15 років, у кількості 23 осіб.

Оскільки достовірно встановлено наявність зв'язку між формуванням особистісних особливостей дитини та її не тільки батьківською, а й прабатьківською сім'єю [3], а також доведено вплив на дитину моделей поведінки, що демонструються старшими дітьми [8], то до дослідження, поряд з батьками, було включено та інші дорослі члени сім'ї, які безпосередньо беруть участь у процесі виховання дитини: бабусі, дідусі, старші діти.

Заключний етап включав експериментальну частину роботи, яка велася одночасно у двох напрямках:

- обстеження дітей (діагностика системи психологічного захисту та вивчення емоційного ставлення дитини до сімейного кола);
- обстеження батьків та інших дорослих членів сім'ї (діагностика особливостей психологічного захисту та специфіки дитячо-батьківської взаємодії).

Виходячи з цілей та завдань дослідження, був підібраний наступний діагностичний інструментарій:

1. Опитувальник «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, призначений для діагностики механізмів психологічного захисту.
2. Самоактуалізаційний. Методика обрана нами як метод збору емпіричних даних з тієї метою, що вона призначена для дослідження рівня самоактуалізації як вищої потреби людини, яка полягає у прагненні до особистісного зростання, розвитку та самовдосконалення, що, на наш погляд, може також бути компонентом індивідуального життєвого стилю людини.

3. Методика «Визначення рівня тривожності» Ч.Д. Спілбергера, Ю.Л. Ханіна, дозволяє диференційовано вимірювати тривожність і як особистісну властивість, як і стан. Нижче опишемо методики дослідження.

1. Опитувальник «Індекс життєвого стилю» (LSI), описаний 1979 р. на основі психоеволюційної теорії Р. Плутчика та структурної теорії особистості Х. Келлермана, слід визнати найбільш вдалим діагностичним засобом, що дозволяє діагностувати всю систему механізмів психологічного захисту, виявити як провідні, основні механізми, так і оцінити ступінь напруженості кожного.

Дана методика, призначена для діагностики механізмів психологічного захисту «Я» і включає 97 тверджень, що вимагають відповіді на кшталт «вірно – неправильно». Вимірюються вісім видів захисних механізмів: витіснення, заперечення, заміщення, компенсація, реактивна освіта, проекція, інтелектуалізація та регресія. Кожному із цих захисних механізмів відповідають від 10 до 14 тверджень, що описують особистісні реакції людини, що виникають у різних ситуаціях.

Інструкція: Прочитайте такі твердження. Ці твердження описують почуття, які людина зазвичай відчуває, чи дії, які він зазвичай робить. Якщо твердження Вам не відповідає, поставте знак «х» у розділі, позначеному «Ні». Якщо твердження Вам відповідає, поставте знак «х» у розділі «Так» у місці, позначеному круглими дужками.

Обробка результатів: підраховується кількість позитивних відповідей за кожною з 8 шкал (заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проекція, заміщення, інтелектуалізація, реактивна освіта), відповідно до ключа.

Потім бали переводять у проценти. Інтерпретація отриманих даних проводиться у відповідності визначеннями досліджуваних видів механізмів психологічного захисту.

2. Самоактуалізаційний та інших призначений для обстеження дорослих (старше 15–17 років), психічно здорових людей (мається на увазі відсутність вираженої психопатології). Самоактуалізаційний тест складається зі 126

пунктів, кожен з яких включає два судження ціннісного чи поведінкового характеру. Судження не обов'язково є строго альтернативними. Тим не менш, випробуваному пропонується вибрати те з них, яке більшою мірою відповідає його уявленням чи звичним способом поведінки.

САТ вимірює самоактуалізацію за двома базовими та рядами додаткових шкал. Базовими є шкали «Компетентності у часу» (Тс) та «Підтримки» (І). Вони незалежні один від одного і, на відміну від додаткових, немає загальних пунктів. 12 додаткових шкал становлять 6 блоків – по дві у кожному.

Шкали «Ціннісні орієнтації» (SAV) та «Гнучкість поведінки» (Ех) утворюють блок цінностей;

- «Сензитивність» (Fr) і «Спонтанність» (S) – блок почуттів;

- «Самоповага» (Sr) та «Самоприйняття» (Sa) – блок самосприйняття;

- «Уявлення про природу людини» (Nc) та «Синергії» (Sy) – блок концепції людини;

- «Прийняття агресії» (A) та «Контактність» (C) – блок міжособистісної чутливості;

«Пізнавальні потреби» (Cog) і «Креативність» (Cr) – блок відносини до пізнання.

Кожен пункт тесту входить до однієї чи більше додаткових шкал і, як правило, в одну базову. Таким чином, додаткові шкали фактично включені в основні, вони змістовно складаються з тих же пунктів. Подібна структура тесту дозволяє діагностувати велику кількість показників, не збільшуючи у своїй значною мірою обсяг тесту.

Інструкція: Вам пропонується тест-опитувач, кожен пункт якого містить два висловлювання, позначені літерами «а» та «б». Уважно прочитайте кожну пару та позначте на реєстраційному бланку навпроти номери відповідного питання те з них, яке більшою мірою відповідає Вашій точці зору. (Поставте хрестик у квадраті під відповідною літерою). Під час обробки результатів тестування підрахунок «сирих» балів, отриманих випробуванним здійснюється за допомогою ключів до методики. Кожна відповідь обстеженого, що збігається

з варіантом, зазначеним у ключах оцінюється в 1 бал. Потім підраховується сума балів, набраних випробуванням за кожною шкалою. Ці значення наносяться на профільний бланк, після чого будується тестовий профіль обстежуваного, та визначаються його дані у стандартних Т-балах, які дозволяють легко та зручно співвідносити результати різних обстежених осіб, інтерпретувати їх.

3. Методика «Визначення рівня тривожності» Ч.Д. Спілбергера, Ю.Л. Ханіна. Методика діагностики самооцінки тривожності Спілберга – Ханіна є надійним та інформативним способом самооцінки рівня тривожності в даний момент (реактивна тривожність як стан) та особистісної тривожності (як стійка характеристика людини).

Особистісна тривожність характеризує стійку схильність сприймати велике коло ситуацій як загрозливі, реагувати на такі станом тривоги. Реактивна тривожність характеризується напругою, занепокоєнням, нервозністю. Дуже висока реактивна тривожність викликає порушення уваги, іноді порушення тонкої координації. Дуже висока особистісна тривожність прямо корелює з наявністю невротичного конфлікту, з емоційними та невротичними зривами та психосоматичними захворюваннями. Але тривожність не є негативною рисою. Певний рівень тривожності – природна та обов'язкова особливість активної особистості. Методика вимірювання тривожності як особистісної властивості, і як стану розроблено Ч.Д. Спілбергом, була адаптована у російському перекладі Ю.Л. Ханіним.

Нижче представлений опитувальник Спілберга-Ханіна, за допомогою якого визначаються особистісна та ситуаційна тривожність.

Інструкція: Прочитайте уважно кожне з наведених нижче суджень та позначте праворуч у графах цифри, що відповідають вашому вибору із чотирьох альтернатив. Над відповідями на запропоновані судження довго думати не слід. Виберіть ту відповідь, яка найбільше відповідає вашому думці. Тест-опитувач містить дві шкали: шкалу ситуаційної тривожності та шкалу особистісної тривожності. Для першої шкали обрані відповіді відповідають

чотирма альтернативам («Ні, це не так»; «Мабуть, так»; «Вірно»; «Абсолютно вірно»). Для другої шкали відповіді також відповідають чотирьом альтернативам («Ніколи»; «Майже ніколи»; «Часто»; «Майже завжди»).

2.2. Аналіз результатів дослідження.

Отримані результати за даною методикою «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, представлені у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Табл. 2.1. Результати дослідження механізмів психологічного захисту учнів за методикою «Індекс життєвого стилю»

Механізм психологічного захисту	Кількість учасників (%)	
	I група – успішні	II група – неуспішні
Заперечення	17	19
Витиснення	6	4
Регресія	9	2
Компенсація	11	9
Проекція	9	11
Заміщення	22	11
Інтелектуалізація	4	28
Реактивна освіта	31	17

Аналіз результатів, поданих у таблиці 2.1., дозволяє нам зробити висновки, що переважним механізмом психологічного захисту групи учнів, успішних у навчальній діяльності. Вони яскраво проявляються у 31% учнів. Психологічний захист за типом означає, що особистість запобігає виразу неприємних або неприйнятних для неї думок, почуттів чи вчинків шляхом перебільшеного розвитку протилежних прагнень. Іншими словами, відбувається як би трансформація внутрішніх імпульсів і суб'єктивно розуміється їх протилежність. Наприклад, жалість чи турботливість можуть

розглядатися як реактивні утворення по відношенню до несвідомої черствості, жорстокості чи емоційної байдужості. Для успішної навчальної діяльності психологічний захист типу корисний тим, що підліткам будуть властиві такі важливі особисті якості, як ввічливість, люб'язність, респектабельність, прагнення відповідати загальноприйнятим стандартам поведінки, безкорисливість, товариськість, бажання бути прикладом для оточуючих [26].

Другим за частотою використання серед учнів, успішних у навчальній діяльності, є механізм психологічного захисту заміщення, якому віддають перевагу 22% учнів. Цей механізм захисту проявляється в розрядці пригнічених емоцій (як правило, ворожості, гніву), що спрямовуються на об'єкти, що представляють меншу небезпеку або доступніші, ніж ті, що викликали негативні емоції та почуття. Наприклад, відкритий прояв ненависті до людини, який може викликати небажаний конфлікт із ним, переноситься на іншого, більш доступного та безпечного. Психологічний захист за типом заперечення як домінуючий проявляється у 17% опитаних учнів, успішних у навчальній діяльності. Звідси випливає, що їм властиво заперечення тих аспектів зовнішньої реальності, які будучи очевидними для оточуючих, тим не менше, не приймаються, не визнаються ними. Іншими словами, інформація, яка турбує і може призвести до конфлікту, не сприймається. Для особистості, що найчастіше використовує даний механізм захисту характерні такі якості, як товариськість, прагнення бути в центрі уваги, оптимізм, невимушеність, дружелюбність, вміння вселити довіру, впевнена манера триматися на публіці, ввічливість, а також виражені артистичні та художні здібності.

Для 11% учнів, успішних у навчальній діяльності, характерним способом захисту є компенсація. Цей психологічний захист проявляється у спробах знайти відповідну заміну реального або уявного недоліку, дефекту нестерпного почуття іншої якості, найчастіше за допомогою фантазування або присвоєння собі властивостей, переваг, цінностей, поведінкових характеристик іншої особистості. Іншим проявом компенсаторних захисних механізмів у учнів,

може бути ситуація подолання фруструючих обставин через над задоволення в інших сферах.

Проекція як переважний механізм захисту спостерігається у 9% опитаних, успішних у навчальній діяльності. У разі використання проекції неусвідомлювані та неприйнятні для особистості почуття та думки локалізуються зовні, приписується іншим людям і таким чином стають як би вторинними. Наприклад, агресивність нерідко приписується оточуючим, щоб виправдати свою власну агресивність або недобррозичливість, яка проявляється ніби в захисних цілях.

Також у 9% опитаних учнів, успішних у навчальній діяльності, домінуючим механізмом захисту є регресія. Для даних учнів у їхніх поведінкових реакціях характерне прагнення уникнути тривоги шляхом переходу на більш ранні стадії розвитку. Іншими словами, при цій формі захисної реакції особистість, що піддається дії фруструючих факторів, замінює рішення суб'єктивно більш складних завдань щодо більш простих і доступних у сформованих ситуаціях.

Психологічний захист за типом регресії також може сприяти успішній навчальній діяльності. Психологічний захист за типом витіснення як домінуючий спостерігається у 6% учнів, успішних у навчальній діяльності. Підлітки за допомогою даного захисту витісняють із свідомості психотравмуючі обставини чи небажану інформацію, що викликає у них тривогу. Як показують дослідження та клінічний досвід, найчастіше витісняються багато властивостей, особисті якості та вчинки, що не роблять особистість привабливою себе у власних очах та в очах інших, наприклад, заздрість, недобррозичливість, невдячність тощо.

Найменш поширеним механізмом психологічного захисту у опитаних учнів, успішних у навчальній діяльності, спостерігається інтелектуалізація, яку найчастіше використовують лише 4% досліджуваних. Дія даного механізму проявляється у заснованому на фактах надмірному «розумовому» способі подолання конфліктної чи фруструючої ситуації без переживань. Іншими

словами, особистість припиняє переживання, викликані неприємною чи суб'єктивно неприйнятною ситуацією за допомогою логічних установок та маніпуляцій навіть за наявності переконливих доказів на користь протилежного. Особистість з величезним переважанням інтелектуалізації має наступні особливості, що сприяють успішному здійсненню навчальної діяльності: відповідальність, сумлінність, самоконтроль, схильність до аналізу та самоаналізу, передбачливість, дисциплінованість та індивідуалізм [26].

Таким чином, підлітки, успішні у процесі навчальної діяльності, найчастіше вдаються до використання психологічного захисту на кшталт реактивної освіти, а найменш успішні підлітки застосовують механізм інтелектуалізації.

Друга група представлена учнями, які навчаються на «задовільно», цю групу ми визначили як «неуспішні» в процесі навчальної діяльності. Для більшості випробуваних провідних психологічних механізмів захистом є «інтелектуалізація», що виявляється в заснованому на фактах надмірно «розумовому» способі подолання конфліктної або фруструючої ситуації без переживань. При домінуванні даного механізму захисту в учнів спостерігаються такі важливі особистісні якості для успішного здійснення майбутньої навчальної діяльності, як відповідальність, старанність, сумлінність, самоконтроль, схильність до аналізу, ґрунтовність, дисциплінованість та індивідуалізм. Найменша кількість опитаних учнів у важких життєвих ситуаціях вважають за краще використовувати регресію як психологічний захист, якій властиві такі не зовсім сприятливі якості як невміння доводити розпочату справу до кінця, імпульсивність, потреба в контролі, похвалі [26].

Таким чином, на підставі результатів, отриманих за допомогою опитувальника «Індекс життєвого стилю», можна сказати, що у процесі навчання в учнів відбувається формування специфічного психологічного захисту, що є компонентом індивідуального життєвого стилю. Так, у більшості учнів, успішних у навчальній діяльності, провідним психологічним захистом є

реактивне утворення. В учнів, неуспішних у навчальній діяльності, переважним психологічним захистом є інтелектуалізація. Отримані відмінності у прояві психологічних захистів можна пояснити специфікою навчальної діяльності.

Наступною методикою дослідження нами було обрано самоактуалізаційний тест (САТ) у адаптації. Результати дослідження з даної методики представлені нижче у таблиці 2.2. Аналіз результатів за цим тестом дозволяє зробити наступні висновки щодо кількох найбільш значимих для нашого дослідження шкал САТ: високий показник за шкалою «Гнучкість поведінки», що спостерігається у 20% опитаних підлітків, успішних у навчальній діяльності, означає здатність швидко реагувати на ситуацію, що змінюється. Високі показники у 35% підлітків, успішних у навчальній діяльності, за шкалою «Прийняття агресії», свідчать про здатність індивіда приймати своє роздратування, гнів та агресивність як природне виявлення людської природи. Звичайно ж, тут не йдеться про виправдання своєї антисоціальної поведінки.

Таблиця 2.2.

Табл. 2.2. Результати самоактуалізаційного тесту (САТ)

Шкала САТ	Кількість учасників (%)							
	І група – успішні				І група – успішні			
	Н	С	В	П/с	Н	С	В	П/с
Компетентність у часі	46	43	11	0	50	26	24	0
Підтримка	37	43	20	0	48	37	13	2
Ціннісні орієнтації	35	46	19	0	52	35	13	0
Гнучкість поведінки	52	28	20	0	76	15	9	0
Сензитивність	15	59	24	2	26	48	24	2
Спонтанність	24	50	26	0	41	39	20	0

Самоповага	15	29	52	4	39	24	35	2
Самоприйняття	13	44	37	6	15	41	35	9
Уявлення про природу людини	32	44	24	0	33	52	11	4
Прийняття агресії	26	39	35	0	48	33	19	0
Контактність	31,5	31,5	37	0	37	35	28	0
Пізнавальні потреби	42,5	42,5	15	0	52	41	7	0

Таким чином, нами виділені такі найбільш значущі для нашого дослідження шкали методики САТ: «Гнучкість поведінки», «Прийняття агресії» та «Креативність». Результати, отримані підлітками, успішними у навчальній діяльності, за даними шкалами значно різняться з результатами неуспішних підлітків. У підлітків, неуспішних у навчальній діяльності, показники за названими шкалами значно нижчі, ніж у підлітків першої групи.

Як остання методика дослідження нами була обрана методика «Визначення рівня тривожності» Ч. Д. Спілбергера, Ю. Л. Ханіна.

Аналіз отриманих результатів дозволяє нам зробити такі висновки: високі показники за шкалою «Ситуативна тривожність» вийшли у 17% підлітків, успішних у навчальній діяльності, та у 25% учнів, неуспішних у навчальній діяльності, що свідчить про тимчасове переживання почуття тривоги, незадоволеності своєю здатністю відповідати вимогам ситуації, конкретних обставин. Дуже висока ситуативна тривожність може спричинити тимчасове порушення діяльності. 47% дітей підліткового віку, успішних у навчальній діяльності мають середні результати, також як і 55% учнів, неуспішних навчальної діяльності, за даною шкалою, що характеризує більш-менш спокійних підлітків, досить активних та товариських, хоча зустрічаються випадки, коли з'являється занепокоєння, не обґрунтоване сформованими обставинами. У 36% учнів, успішних у навчальній діяльності, та 25% неуспішних учнів, у навчальній діяльності вийшли низькі показники, для них характерний спокій у стресових ситуаціях, а також почуття захищеності та

внутрішнього задоволення. Високі показники за шкалою «Особистісна тривожність» мають 13% учнів, успішних у навчальній діяльності, та 19% неуспішних учнів, у навчальній діяльності їх відрізняє замкнутість і мала товариськість. Як правило, вони безініціативні, що пов'язано з очікуванням невдачі та низькою самооцінкою. Середні показники мають 42% учнів, успішних у навчальній діяльності та 57% учнів, неуспішних у навчальній діяльності, низькі – 35% успішних учнів та 24% учнів, неуспішних у навчальній діяльності, це говорить про те, що такі діти не сприймають кожен життєву ситуацію як загрозову для себе, їх не лякають можливі проблеми.

Що стосується взаємин батьків та дітей, то провівши опитування (Додаток А) можна отримати такі результати табл.2.3.

Табл. 2.3.

Табл. 2.3. Зв'язки між дорослими та дітьми і характеристиками психологічного захисту дітей

Показники дорослих	Інтенсивність								
	заперечення	витіснення	регресія	компенсація	проекція	заміна	низька	норма	висока
Вимоги	-0,23	-0,25	0,13	0,36	-0,23	0,28	-0,24	-0,08	0,31
Строгість	0,08	-0,03	0,11	0,13	-0,20	0,64 **	-0,59 *	0,37	0,14
Контроль	-0,27	-0,05	0,05	-0,10	0,16	0,02	0,03	0,20	-0,25
Емоційна близькість	-0,17	0,23	-0,15	-0,09	0,20	-0,12	0,16	-0,04	-0,10
Прийняття	0,33	0,14	-0,24	0,22	0,01	-0,41	-0,19	0,14	0,02
Співпраця	-0,27	0,31	-0,62 **	-0,57 *	0,13	-0,10	0,45	0,06	-0,48 *
Переживання	-0,35	0,17	0,06	-0,30	0,29	-0,24	0,40	-0,03	-0,34

Таким чином, ми бачимо, що у класі є учні з високим рівнем тривожності, це виявляється у хвилюванні, підвищеному занепокоєнні в різних ситуаціях, поганому сні, а також в очікуванні поганого з боку оточуючих.

Проаналізувавши та порівнявши отримані результати за всіма проведеними методикам, можна сказати, що між учнями виявлено відмінності як у використанні деяких механізмів психологічного захисту та характеристик самоактуалізації, так і у провідному психологічному захисті, що є компонентом індивідуального життєвого стилю. Нами виявлено, що в учнів успішних у навчальній діяльності, відбувається формування специфічного психологічного захисту на кшталт реактивної освіти, що є важливим компонентом індивідуального життєвого стилю. В учнів, неуспішних у навчальній діяльності, специфічним психологічним захистом є інтелектуалізація.

2.3. Психологічна програма спрямовану формування конструктивних механізмів психологічного захисту в школярів.

У ході вивчення особливостей психологічного захисту учнів, була розроблена психологічна програма спрямована на формування конструктивних механізмів психологічного захисту у шкільному віці (додаток А).

Мета програми: формування та розвиток конструктивних механізмів психологічного захисту в учнів. Програма призначена для проведення психологічних занять із учнями 8-х класів. Розроблена програма формування та розвитку конструктивних механізмів психологічного захисту, заснована на розумінні унікальності кожного періоду вікового розвитку, побудована з урахуванням основних можливостей та потреб кожної вікової стадії розвитку. Відомо, що у шкільному віці на перший план виходять проблеми спілкування та самопізнання. Особливого статусу набувають питання взаємодії, оскільки в цьому віці вони тісно пов'язані з саморозумінням, саморегуляцією та способами поведінки учнів. Спілкування життя дітей грає найважливішу роль.

Саме у спілкуванні діти засвоюють систему моральних принципів, типових для суспільства та соціального середовища. У цей віковий період у

спілкуванні складаються та відпрацьовуються стереотипні надалі способи реагування на різні життєві ситуації. Саме цей період є сенситивним для формування конструктивних механізмів психологічного захисту. У роботі з учнями перевага надаватиметься груповій формі проведення психологічних занять. Шкільний вік є дуже сприятливим часом для початку проведення такої роботи. Спілкування з однолітками сприймається учнями як щось дуже важливе і особистісне, проте при цьому у хлопців існує потреба сприятливого, довірчого спілкуванні з дорослими (заснований на прагненні бути дорослими та бути прийнятими як дорослі).

Для більшості дітей, які зазнають труднощів у навчанні та поведінці, характерні часті конфлікти з оточуючими та агресивність. Такі діти не бажають і не вміють визнавати свою провину, вони домінують захисні форми поведінки, вони не здатні конструктивно дозволяти конфлікти, оскільки схильні використовувати малоефективні механізми психологічний захист. Тому розроблена програма покликана сприяти гармонізації відносин учнів з навколишнім середовищем, їх соціалізації, насамперед за рахунок підвищення ефективності у спілкуванні, вироблення гнучких механізмів психологічного захисту та оволодіння навичками саморегуляції, і навіть з допомогою підвищення рівня толерантності. На заняттях учні отримуватимуть знання про те, як спілкуватися, та розрізняти механізми психологічного захисту.

Велика увага на заняттях приділятиметься обговоренню різних ситуацій, груповим дискусіям, рольовому програванню, творчому самовираженню, самоперевірці та групового тестування. На психологічних заняттях учням дуже важливо відчувати повну безпеку та довіру до провідного. Тому психолог має організувати доброзичливу та довірливу атмосферу взаємного спілкування. Крім цього сам ведучий покликаний виступати як зразок, поведінка, яку він демонструє учням.

Сьогодні існує чимало програм та тренінгів для учнів. Аналізуючи зміст різних програм для учнів, можна дійти висновку, що у них недостатньо уваги приділяється питанням культури спілкування та вироблення елементарних

правил ввічливості – повсякденному етикету. Дуже важливо, щоб учні усвідомлювали, що культура поведінки є невід’ємною складовою системи міжособистісного спілкування і, зрештою, є формою прояву поваги до оточуючих. Тому в заняття включені елементи, спрямовані на вироблення у підлітків елементарних правил ввічливості. Через рольове програвання відпрацьовуватимуться навички культури спілкування, засвоюватимуться знання етикету. На заняттях застосували відомі більшості психологів ігри та вправи.

Структура занять традиційна і складається з вступу, основної частини та висновки. У вступі ведучий чи легко повідомити тему заняття, або поставити учням питання по темі, що обговорюється. Основна частина, як правило, містить обговорення та програвання ситуацій за запропонованою темі, а висновок спрямовано на аналіз заняття, самоперевірку і рефлексію. У хлопців на заняттях буде можливість отримати конкретні знання, усвідомити та вирішити свої особисті проблеми, а також виробити адекватну самооцінку та скоригувати свою поведінку. Перед початком роботи (на першому занятті) разом із дітьми встановили правила (групові норми) поведінки на заняттях. Отримані результати дозволяють на основі соціально-психологічної характеристики підлітка припускати, які психологічні механізми захисту він може використовувати у важких ситуаціях. Ці дані корисні для того, щоб своєчасно контролювати та коригувати його поведінку, сприяючи позитивному вирішенню проблем.

Наведемо приклад заняття. **Заняття 1.**

Мета: познайомитися з дітьми та познайомити їх один з одним, ознайомити їх з правилами роботи у групі. «Уявлення».

Давайте познайомимось! Нехай кожен з вас по черзі назве своє ім’я, а також те, як вас називають ваші друзі та рідні. Якщо ж удома вас називають так само, як звучить ваше ім’я, скажіть, як би ви хотіли, щоб вас називали тут. Отже, наприклад, мене звать Світлано, а вдома мене називають Світлик. Наступний!

«Візитки» Тепер для того, щоб нам було простіше спілкуватися, кожен зробить візитку. У вашому розпорядженні на столі олівці, маркери, фломастери. Спробуйте через свої візитки виразити себе, свій характер. На візитівці напишіть, будь ласка, ім'я, яким би ви хотіли, щоб вас називали. «Правила групи». Тепер коли ми трохи познайомилися, я розповім вам про правила роботи в групі.

Правило № 1 – ми поважаємо своїх партнерів зі спілкування, тобто не грубим та не грубим лаємося, слухаємо, не перебиваючи.

Правило №2 – ми спілкуємося за принципом «тут і тепер». Це означає, що ми говоримо про те, що нас хвилює саме зараз і саме тут у нашій групі.

Правило № 3 – щирість у спілкуванні.

Правило № 4 – те, про що ми говоримо у групі – секрет, який не підлягає розголошенню за межами групи.

Правило № 5 – ми оцінюємо не вас самих, а вашу поведінку та дії.

«Ритуал привітання». Ведучий: «Коли збираються кілька людей для будь-якої діяльності, то в У процесі їх роботи з'являються певні дії, які повторюються щоразу. Ці дії називаються ритуалами і допомагають людям почуватися причетними до спільної діяльності та до своєї групи. Ми пропонуємо всім разом вигадати ритуал привітання групи та один одного, з якого розпочинатиметься кожне заняття. Приймаються будь-які пропозиції, які суперечать прийнятим правилам».

«Поміняйтеся місцями» (один стілець прибрати). Далі ми знайомитимемося наступним чином: стоїть у центрі кола (ведучий) пропонує помінятися місцями тим, хто має якусь загальну ознаку. Наприклад, ведучий каже: пересядьте ті, хто має сестри. І при цьому всі, у кого є сестри, мають помінятися місцями. А той, хто в цей час стоїть у центрі, має встигнути зайняти чиесь місце. Той, хто залишиться у центрі кола після того, як усі сядуть, буде ведучим.

«Перетворення». А зараз кожен з вас по черзі «отримуватиме» якийсь представлений предмет із рук свого сусіда. Ваш сусід «передаватиме» його вам

за допомогою одних лише жестів. «Отримавши» цей «предмет», ви повинні будете зробити з ним якусь дію (наприклад, якщо це за вашим поданням, ваза, то поставте в неї квіти). Якщо ви не впевнені, що вашого сусіда ви зрозуміли правильно, нічого страшного – чиніть далі так, як ви зрозуміли, навіть якщо потім виявиться, що ви «отримали» не те, що вам «передав» ваш сусід.

Обговорення. Що вам передали? Що ви зробили з предметом, який вам передали? Чи було легко здогадатися, що вам передають? Чому легко (складно)? Релаксація Хлопцям пропонується поділитися своїми враженнями від заняття.

Висновок до розділу 2

Таким чином, у процесі експериментування визначили найбільш вдалі діагностичні засоби, що дозволяють визначати та перевіряти всю систему механізмів психологічного захисту, характеризувати як провідні, основні механізми, так і оцінювати ступінь напруженості кожного. До них можна віднести наступні: опитувальник «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, призначений для діагностики механізмів психологічного захисту; самоактуалізаційний тест (САТ)– методика обрана нами як метод збору емпіричних даних з тієї метою, що вона призначена для дослідження рівня самоактуалізації як вищої потреби людини, яка полягає у прагненні до особистісного зростання, розвитку та самовдосконалення, що, на наш погляд, може також бути компонентом індивідуального життєвого стилю людини; методика «Визначення рівня тривожності» Ч. Д. Спілбергера, Ю. Л. Ханіна дозволяє диференційовано вимірювати тривожність і як особистісну властивість, і як стан.

Встановили, що для особистості, що найчастіше використовує механізм заміщення та захисту характерні такі якості, як товариськість, прагнення бути в центрі уваги, оптимізм, невимушеність, дружелюбність, вміння вселити довіру,

впевнена манера триматися на публіці, ввічливість, а також виражені артистичні та художні здібності.

Довели, що для успішної навчальної діяльності психологічний захист типу реактивної освіти корисний тим, що підліткам будуть властиві такі важливі особисті якості, як ввічливість, люб'язність, респектабельність, прагнення відповідати загальноприйнятим стандартам поведінки, безкорисливість, товариськість, бажання бути прикладом для оточуючих.

Дія механізму інтелектуалізації проявляється у заснованому на фактах надмірному «розумовому» способі подолання конфліктної чи фруструючої ситуації без переживань. Іншими словами, особистість припиняє переживання, викликані неприємною чи суб'єктивно неприйнятною ситуацією за допомогою логічних установок та маніпуляцій навіть за наявності переконливих доказів на користь протилежного.

Таким чином, можемо стверджувати, що кожна із методик є значущою і сприяє визначенню поведінки та психологічного стану кожної індивідуальності.

ВИСНОВКИ

Проаналізувавши теоретичну літературу, можна охарактеризувати психологічний захист як систему регуляторних механізмів, які спрямовані на усунення або зведення до мінімуму негативних, травмуючих особистісних переживань, пов'язаних з внутрішніми або зовнішніми конфліктами, станами тривоги та дискомфорту. Ставлення особистості до себе або самоствавлення виникає в результаті активності самосвідомості і стає найважливішою її властивістю. Будь-який акт самосвідомості можна охарактеризувати як взаємодія самопізнання та самоствавлення. З одного боку, ставлення особистості до себе виникає і формується у процесі самопізнання на різних рівнях, з іншого – самоствавлення істотно впливають на весь процес самопізнання, визначаючи його специфіку, спрямованість та індивідуальний особистісний відтінок.

«Заряд» самоствавлення особистості, тобто її модальність, впливає на модальність проблем, що переживаються нею, тоді як самі переживання відповідного емоційного «заряду» знаходять вираження в тій чи іншій формі соціальної поведінки. Крім того, сформувавшись, починає відігравати величезну роль у тому, як людина сприймає та оцінює інших людей. У той самий час підкреслюємо безпосередній зв'язок із психологічним захистом особистості.

Нами було вивчено основні механізми психологічного захисту: заперечення, витіснення, регресія, раціоналізація, сублімація, заперечення, аскетизм, компенсація, проекція, заміщення, інтелектуалізація, реактивне утворення. Вивчивши особливості переживання психологічного захисту, ми бачимо, що провідною діяльністю у підлітковому віці є інтимно-особистісне спілкування (підліткова дружба). Підлітку дуже важливо бути успішним в очах однолітків, боячись бути відкинутими, вони схильні відчувати почуття пригніченості та тривоги. Довели, що внаслідок цього спрацьовують механізми психологічного захисту – найбільш характерними у підлітковому віці є:

раціоналізація, сублімація, заперечення, регресія, аскетизм. Проаналізувавши та порівнявши отримані експериментальні результати за всіма проведеними методиками можна сказати, що між підлітками, успішними в процесі навчальної діяльності, та підлітками неуспішними виявлено відмінності як у використанні деяких механізмів психологічного захисту та характеристик самоактуалізації, так і у провідному психологічному захисті, що є компонентом індивідуального життєвого стилю.

Нами виявлено, що у підлітків, успішних у навчальній діяльності, відбувається формування специфічного психологічного захисту за типом реактивної освіти що є важливим компонентом індивідуального життєвого стилю. У підлітків, неуспішних у навчальній діяльності, специфічним психологічним захистом є інтелектуалізація. Це може свідчити, що психологічний захист як компонент індивідуального життєвого стилю підлітків, успішних у навчальній діяльності, своєрідний та відрізняється від психологічного захисту неуспішних підлітків у процесі навчальної діяльності.

Нами було розроблено заняття з використанням психологічної програми, яка спрямована на формування конструктивних механізмів психологічного захисту дітей.

Таким чином, щодо характеру взаємозв'язку компонентів та захисних механізмів у підлітків ми можемо говорити таке:

- що вища «закритість» і «самокерівництво», тим інтенсивніше використовується інтелектуалізація;
- що вищий рівень «самоцінності», тим яскравіше виражена схильність до проєкції;
- що вищий рівень «самоприйняття», тим частіше використовується заперечення та компенсація;
- що вища «самоприв'язаність», тим рідше прояви регресії;
- що вище значення «внутрішньої конфліктності», то частіше спостерігаються витіснення, регресія, заміщення, проєкція, компенсація,

реактивна освіту і ще вище загальний рівень напруженості психологічних захистів.

Вивчивши літературу з даної теми, можна зробити такі висновки:

- по-перше, схильність до використання інтелектуалізації при високих показниках за шкалами фактора «самоповаги» та низьких показників за шкалами чинника «самоприниження» у тих, хто не звертає на себе увагу та не приділяє часу на своє психологічне здоров'я;

- по-друге, необхідність підлітків у багатьох видах психологічного захисту через високу «внутрішню конфліктність»;

- по-третє, схильність усіх наших учасників експерименту при «самообвинуваченні» до використання захисту за типом регресії та реактивної освіти, а за наявності яскраво вираженої «самоцінності» до відмови від використання реактивної освіти;

- по-четверте, відсутність, за винятком одного негативного зв'язку між «самоцінністю» та реактивною освітою, у підлітків статистично значимих кореляцій між шкалами фактора «аутосимпатії» та різними видами психологічного захисту та, навпаки, наявність значно більшої кількості статистично значущих кореляцій (двох позитивних та трьох негативних) між шкалами фактора «аутосимпатії» та різними захисними механізмами;

- і, нарешті, по-п'яте, позитивний зв'язок «відбитих самоствавлення» з регресією та реактивною освітою у підлітків та негативний зв'язок цього компонента самоствавлення з регресією, заміщенням та реактивною освітою у їхніх однолітків.

Таким чином, ми можемо говорити про наявність деяких істотних відмінностей у способах вирішення внутрішніх суперечностей у підлітків при розвитку у них однакових та також дуже різних за змістом самоствавлення.

Отже, шкільний вік сприймається як бурхливий і складний, і натомість досить спокійний. На даному віковому етапі розвиток йде дуже швидким темпом, причому найбільше змін ми бачимо в плані становлення особистості, яка поки що залишається не стабільною, і тому призводить до виникнення

багатьох суперечливих тенденцій у поведінці, потребах, бажаннях, прагненнях, відношенні, рисах характеру. У цьому цілком закономірним вважається те, що з найбільш актуальних у сучасній психології проблем виявляється проблема розвитку самосвідомості (як і окремих його компонентів та аспектів) і «рятує» від внутрішніх протиріч і конфліктів проблема психологічного захисту школярів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксіопсихологія людської деструктивності : від анатомії до профілактики : монографія / за заг. Ред. З.С. Карпенко ; М-во освіти і науки України, ДВНЗ «Прикарп. Нац. Ун-т ім. В. Стефаника». Івано-Франківськ : Супрун В.П., 2016. 220 с.
2. Баклицька О.П. Психодіагностика. Психологічний практикум [Текст] : навч. посібн. / Баклицька О.П., Баклицький І.О., Сірко Р.І., Слободяник В.І. Львів : СПОЛОМ, 2015. 464 с. : іл., табл.
3. Бех І.Д. Особистісно зорієнтоване виховання. К.: ІЗМН, 1998
4. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості : [навч. посібник для студентів] / О. Ф. Бондаренко. Х.: Фоліо, 1996. 37 с.
5. Боришевський М. Й. Психологічні механізми розвитку особистості. Педагогіка і психологія. 1996. № 3. С. 26–32.
6. Бохонкова Ю. О. Психологічні особливості сприйняття підлітком стресової ситуації та адаптація до неї. *Зб. наук. праць: Філософія. Соціологія. Психологія. Івано-Франківськ : ВДВ ЦІТ, 2011. Вип. 16. Ч. 1. С. 121–128.*
7. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи : монографія. Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.
8. Ващенко І. В. Досвід дослідження зв'язку пізнавальної активності підлітків з особливостями міжособистісного спілкування. Харків. держ. пед. ін-т. Харків, 1993. 66 с.
9. Вікова і педагогічна психологія : Навчальний посібник / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, С. О. Ставицька та ін.] К. : Каравела, 2006. 344 с.
10. Вікова психологія / За ред. Костюка Г.С. К.: Радянська школа, 1976.
11. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В. та ін. К.: Просвіта, 2001. 416 с.
12. Галушко Л, Дмитерко Н, Євтушенко І, Максименко О, Педченко О, Туз Л, Усатенко О. Динаміка становлення глибинної психології в Україні. Психологія і суспільство. 2014. № 2. С. 6 – 23.

13. Галян І.М. Ціннісно-смилова саморегуляція особистості: генеза та механізми функціонування : монографія. Дрогобич: В-во «КОЛО», 2016. 402 с.
14. Говорун Т.В., Кікінежді О.М. Гендерна психологія. К.: Видавничий центр «Академія», 2006.
15. Гошовська О. Психозахисне самосприйняття особистості: монографія. Львів : ЛьвДУВС, 2015. 316 с.
16. Гуменюк О. Структурно-функціональне взаємодоповнення складових Яконцепції людини 2005. № 5 (13). С.66-75
17. Заброцький М. М. Вікова психологія : Навчальний посібник / М. М. Заброцький. К. : МАУП, 1998. 92 с.
18. Занюк С.С. Психологія мотивації : навч. посіб. Київ : Либідь, 2002. 304 с.
19. Карпенко Є. Вікова та педагогічна психологія : Актуальні студії сучасних українських учених : навч. посібник. Дрогобич: Посвіт, 2014. 152 с.
20. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії : навч. посібник. Дрогобич : Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2015. 120 с.
21. Карпенко Є. Основи психотренінгу : навч. посібник. Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2015. 78 с.
22. Католик Г.В. Концепція Я дитячого практичного психолога: монографія. Львів : Галицька Видавнича Спілка, 2020. 312 с.
23. Клименко В.В. Психофізіологічні механізми праксису людини: монографія / В. Клименко. К.: Видавничий Дім «Слово», 2013. 640 с.
24. Ковальчук З.Я. Розвиток особистості сутнісна ознака генетичної психології. Педагогіка і психологія професійної освіти, 2012. № 5. С. 126–134.
25. Ковальчук З.Я. Роль самосвідомості науково-педагогічного працівника у взаємодії зі студентами. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна, 2009. Вип. 1. С.123–135.

26. Кокурн О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія. Київ: Міленіум, 2004. 265 с.
27. Кононко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві) : Навч. посіб. для вищ. навч. закладів. К.: Освіта, 1998. 255 с.
28. Корніяка О. М. Психологія комунікативної культури школяра: монографія. Київ : Міленіум, 2006. 336 с.
29. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г. С. Костюк. К. : Рад. школа, 1989. 608 с
30. Кудріна Т.С. Захисні механізми як засіб соціально-психологічної адаптації. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки: Зб. наук. Праць. Київ: Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2003. Вип. 1. С. 77 / 82.*
31. Кутіщенко В.П., Ставицька С.О. Психологія розвитку та вікова психологія: Практикум: навч. посіб. К. : Каравела, 2009. 448 с.
32. Максименко С. Д. Генезис існування особистості. К. : ООО «КММ», 2006. 240 с.
33. Максименко С. Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури. Навчальний посібник для вищої школи. К. : Наукова думка. 1998. 216 с.
34. Максименко С. Д. Психологія особистості: підручник. Київ: ТОВ «КММ», 2007. 296 с
35. Максименко С. Психологія особистості: парадигма життєтворення. Психологія і суспільство. 2006.
36. Матійків І.М. Основи тренерської майстерності : [навч.-метод. посіб.] / Матійків І.М., Якимів А.І., Черняк Т.Г. / за заг. Ред. А.І. Якиміва. Львів: Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.
37. Матійків І.М., Ковальчук З.Я. Професійна майстерність психолога: навч. метод. Посібник. Львів, ЛьвДУВС, 2016. 340 с.

38. Моргун В.Ф. Концепція багатовимірному розвитку особистості та її застосування. Філософська і соціологічна думка. 1992. №2
39. Москаленко В. В. Психологія соціального впливу / В. В. Москаленко. К. : Центр навчальної літератури, 2007. 448 с.
40. Основи практичної психології / В. Панок, Т. Титаренко, та ін. К.: Либідь, 2006.
41. Пилипенко Н.М. Мотиваційні чинники адаптації молодшої людини до ситуації кризи професійного становлення : дис. ... к. психол. н. : 19.00.01 Київ, 2012. 273 с.
42. Поліщук С.А. Методичний довідник з психодіагностики: Навчально-методичний посібник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2009. 442 с.
43. Прокопенко Л.М. Педагогічна психологія. К. 1991. 332 с.
44. Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей / гол. ред. Я. Гошовський. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 328 с.
45. Психологічна енциклопедія [автор – упорядник О. М. Степанов]. К. : «Академвидав», 2006. 424 с
46. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник / Уклад.: М.В.Лемак, В.Ю. Петрище. Вид. 2-ге, виправл. Ужгород : Вид-во О.Гаркуші, 2012. 616 с.
47. Савчин М. В. Вікова психологія : Навчальний посібник / М. В. Савчин, Л. П. Василенко. К. : Академвидав, 2005. 360 с.
48. Скрипченко О. В. Розумовий розвиток молодшого школяра. Київ : Знання, 1971. 48 с.
49. Фрейд А. «Психологія «Я» і захисні механізми.» М: Педагогіка, 1993. 144с.
50. Фрейд А. Психопатологія дитинства. М: NOTA BENE, 2000. 224с
51. Щотка О.П. Вікова психологія дорослої людини: Навч. Видання Ніжин: редакційно видавничий відділ НДПУ, 2001
52. McWilliams N. Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process. N. Y., 2011. 462 p. № 2. С. 67-95.

53. Pellitteri J. The Relationship between Emotional Intelligence and Ego Defense Mechanism. 2002. Vol. 136, no. 2. P. 182-194. <http://dx.doi.org/10.1080/00223980209604149>.
54. Perry J.C. Defense Mechanism Rating Scale. Cambridge (Mass.), 1990. P. 122-130
55. Plutchik R., Kellerman H., Conte H.R. A Structural Theory of Ego Defenses and Emotions // Izard E. (ed.) Emotions in Personality and Psychopathology. N. Y., 1979. P. 229-257
56. The Construct of Alexithymia: Associations with Defense Mechanisms / E. Helmes, P.D. McNeill, R.R. Holden, C. Jackson. Journal of Clinical Psychology. 2008. Vol. 64, no. 3. P. 318-331. <http://dx.doi.org/10.1002/jclp.20461>.
57. Vaillant G.E. Ego Mechanisms of Defense and Personality Psychopathology / Journal of Abnormal Psychology. 1994. Vol. 103, № 1. P. 44-50. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.103.1.44>.
58. Vaillant G.E. Theoretical Hierarchy of Adaptive Ego Mechanisms: a 30- year Follow-up of 30 Men Selected for Psychological Health. Archives of General Psychiatry. 1971. Vol. 24, № 2. P. 107-118.
59. Lazarus R. S. Stress appraisal and coping. New York : Springer, 1984. P. 22-46.

ДОДАТКИ

Додаток А

ОПИТУВАЧ «ВЗАЄМОДІЯ БАТЬКІВ-ДИТИНА» (ВРР) для батьків дошкільнят та молодших школярів

Позначте ступінь Вашої згоди з наступними твердженнями щодо 5-ти бальної системи.

Оцініть твердження окремо для кожної дитини у бланку відповідей. 5 - безсумнівно, так (дуже сильна згода) 4 - загалом, так 3 - і так, і ні 2 - швидше ні, ніж так 1 - ні (абсолютна незгода).

1. Якщо вже я чогось вимагаю від нього (ні), то обов'язково доб'юся цього.

2. Я завжди караю його (її) за погані вчинки.

3. Він(а) сам(а) зазвичай вирішує який одяг одягнути.

4. Мою дитину можна сміливо залишати без нагляду.

5. Син (дочка) може мені розповісти про все, що з ним (нею) відбувається.

6. Думаю, що він(а) нічого не досягне в житті.

7. Я частіше кажу йому про те, що мені в ньому не подобається, ніж подобається.

8. Часто ми спільно справляємось із домашньою роботою. 9. Я постійно турбуюсь за здоров'я дитини.

10. Я відчуваю, що я непослідовний у своїх вимогах.

11. У нашій сім'ї часто трапляються конфлікти.

12. Я б хотів, щоб він виховував своїх дітей так само, як я його.

13. Він рідко робить з першого разу те, про що я прошу.

14. Я його (її) дуже рідко лаю.

15. Я намагаюся контролювати всі його дії та вчинки.

16. Вважаю, що для нього головне – це слухатись мене.

17. Якщо у нього (не) трапляється нещастя, насамперед він(вона) ділиться зі мною.

18. Я не поділяю його (її) захопленнь.
19. Я не вважаю його таким розумним і здібним, як мені хотілося б.
20. Можу визнати свою неправоту і вибачитись перед ним.
21. Я часто думаю, що з моєю дитиною може статися щось жахливе.
22. Мені важко буває передбачити свою поведінку по відношенню до неї.
23. Виховання моєї дитини було б набагато кращим, якби інші члени сім'ї не заважали.
24. Мені подобаються наші з нею стосунки.
25. Вдома він має більше обов'язків, ніж більшість його друзів.
26. Доводиться застосовувати щодо нього (до неї) фізичні покарання.
27. Йому (їй) доводиться чинити так, як я говорю, навіть якщо він (вона) не хоче.
28. Думаю, я краще за нього (її) знаю, що йому (їй) потрібно.
29. Я завжди співчуваю своїй дитині.
30. Мені здається, я його (її) розумію.
31. Я б хотів(ла) в ньому багато чого змінити.
32. При ухваленні сімейних рішень завжди враховують його (її) думку.
33. Думаю, що я тривожна мама (тато).
34. Моя поведінка часто буває для неї (нею) несподіваною.
35. Буває, що коли я караю дитину, мій чоловік (дружина, бабуся тощо) починає дорікати мені за зайву суворість.
36. Вважаю, що загалом правильно виховую свого сина (дочка).
37. Я висуваю до нього багато вимог.
38. За характером я м'яка людина.
39. Я дозволяю йому гуляти одному на подвір'ї будинку.
40. Я прагну захистити його від труднощів і неприємностей життя.
41. Я не допускаю, щоб він помічав мої слабкості та недоліки.
42. Мені подобається його характер.
43. Я часто критикую його (її) по дрібницях.
44. Завжди охоче його (її) вислуховую.

45. Вважаю, що мій обов'язок захистити його від усіляких небезпек.
46. Я караю його за такі вчинки, які роблю сам(а).
47. Буває, я мимоволі налаштовую дитину проти інших членів сім'ї.
48. Я втомлююсь від повсякденного спілкування з нею (з ним).
49. Мені доводиться змушувати його робити те, що він не хоче.
50. Я прощаю йому те, за що інші покарали б.

Додаток Б

ТЕСТ-ОПИТУВАЧ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ Р. ПЛУТЧИКА («LIFE STYLE INDEX»)

1. Я людина, з якою легко порозумітися.
2. Коли я чогось хочу, я не вистачаю терпіння почекати.
3. Завжди була така людина, на яку я хотів би бути схожим.
4. Люди вважають мене стриманою, розважливою людиною.
5. Мені гидкі непристойні фільми.
6. Я рідко пам'ятаю свої сни.
7. Люди, які всюди розпоряджаються, наводять мене на сказ.
8. Іноді в мене виникає бажання пробити стіну кулаком.
9. Мене дуже дратує, коли малюються.
10. У своїх фантазіях завжди головний герой.
11. У мене не дуже гарна пам'ять на обличчя.
12. Я відчуваю деяку незручність, користуючись громадською лазнею.
13. Я завжди уважно вислуховую всі погляди у суперечці.
14. Я легко виходжу з себе, але швидко заспокоююсь.
15. Коли в натовпі хтось штовхає мене, я відчуваю бажання відповісти тим самим.
16. Багато чого в мені захоплює людей.
17. Вирушаючи до поїздки, я обов'язково планую кожну деталь.
18. Іноді без жодної причини на мене нападає впертість.
19. Друзі майже ніколи не підводять мене.
20. Мені траплялося думати про самогубство.

21. Мене ображають непристойні жарти.
22. Я завжди бачу світлі сторони речей.
23. Я ненавиджу недобррозичливих людей.
24. Якщо хтось каже, що я не зможу щось зробити, то я навмисне хочу зробити це, щоб довести його неправоту.
25. Я відчуваю труднощі, згадуючи імена людей.
26. Я схильний до надмірної імпульсивності.
27. Я ненавиджу людей, які домагаються свого, викликаючи до себе жалість.
28. Я ні до кого не належу з упередженням.
29. Іноді мене турбує, що люди подумують, ніби я поводжуся дивно, безглуздо чи смішно.