

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ МЕХАНІЗМІВ ЗАХИСТУ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

У статті висвітлюється проблема особистісного становлення студентів у процесі професійної підготовки. Наводяться результати емпіричного дослідження особливостей функціонування механізмів психологічного захисту у майбутніх фахівців залежно від рівня розвитку їх соціального інтелекту.

Ключові слова: соціальна адаптація, механізми захисту, соціальний інтелект, копінг-стратегії.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ МЕХАНИЗМОВ ЗАЩИТЫ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

В статье освещена проблема личностного становления студентов-психологов в процессе профессиональной подготовки. Представлены результаты эмпирического исследования особенностей функционирования механизмов психологической защиты у будущих специалистов в зависимости от уровня развития их социального интеллекта.

Ключевые слова: социальная адаптация, механизмы защиты, социальный интеллект, копинг-стратегии.

THE PECULIARITIES OF DISPLAY MECHANISMS DEFENSE OF PSYCHOLOGISTS TO BE

The article discusses the problem of psychology students' development during professional training. It provides the results of empiric study on peculiarities of correlation between mechanisms of defense and the level of social intelligence of future professionals.

Keywords: social adaptation, mechanisms of defense, social intelligence, coping-strategy.

Постановка проблеми. На сучасному етапі політичного, соціально-економічного та культурного розвитку українського суспільства яскраво простежується ускладнення процесу особистісного та професійного становлення фахівця, обумовлене цілим рядом причин. Розглянемо найбільш вагомі з них.

По-перше, переважна більшість населення країни щодня стикається з безліччю нездоланих соціально-економічних проблем, які набули у нашому суспільстві “надзвичайного характеру”. Це безперечно послаблює у громадян відчуття здатності контролювати події, підсилює почуття безвиході, таким чином знищуючи їхню готовність до боротьби з труднощами.

По-друге, зростанню рівня тривожності, фрустрації, психоемоційної напруги сприяють нові вимоги до майбутніх професіоналів, які з року в рік стають більш високими та жорсткими.

По-третє, домінуючими настроями у сучасному суспільстві є песимізм та невпевненість у майбутньому, викликані соціально-стресовими впливами, які найбільш відчутні саме в юності. Слід нагадати, що на цьому віковому етапі систематизуються основні риси світогляду молодих людей, формуються основи свідомої поведінки, здійснюється перше доросле самовизначення: вибір професії й самореалізація особистості.

По-четверте, на старших курсах університету студенти переживають нормативну кризу професійного становлення. На стадії профпідготовки більшість з них відчуває розчарування в майбутній спеціальності. Виникає невдоволення окремими навчальними дисциплінами та сумніви стосовно правильності фахового вибору, знижується інтерес до навчання. Зазвичай криза ревізії та корекції професійного вибору на цьому етапі не переходить до крайньої фази, але породжує у студентів широкий спектр емоційно негативних переживань [6].

Успішному подоланню зазначених перешкод на шляху становлення майбутнього спеціаліста сприяє актуалізація внутрішніх психологічних ресурсів особистості. Особливої ваги при цьому набувають засоби адекватного

реагування на складні та стресові ситуації, найбільш запитаними серед яких вважаються зрілі, усвідомлювані механізми психологічного захисту та розвинутий соціальний інтелект (далі – СІ).

Психологічний захист – це спеціальна система стабілізації особистості, спрямована на охорону свідомості від неприємних, травмуючих переживань. У широкому сенсі цей термін використовується для позначення будь-якої поведінки, яка нейтралізує психологічний дискомфорт. У вузькому сенсі психологічний захист призводить до специфічної зміни змісту свідомості, обумовленої функціонуванням таких механізмів захисту: витіснення, спротив, сублімація, заміщення, реактивне утворення, регресія, проекція, раціоналізація, свідоме мислення, заперечення, придушення, катарсис, відчуження [1; 3]. Дослідження механізмів психологічного захисту широко представлені в роботах А. Адлера, Р. Плутчика, А. Фрейд, З. Фрейда, Е. Фрома, К. Хорні, Р. Грановської, І. Нікольської, О. Саннікової та ін. Переважна більшість вчених вважає однією з провідних функцій механізмів захисту – адаптивну, яка полягає в активному пристосуванні особистості до соціального середовища та збереженні внутрішнього комфорту особи. “У разі ж виникнення внутрішньоособистісного конфлікту захисні механізми послаблюють відчуття фрустрації, врівноважують психіку, підвищують її здатність до пристосовування. Під час надмірно сильних впливів оберігаючий характер захистів виявляється у попередженні дезорганізації поведінки й підтримці нормального психічного статусу особистості”, – зазначає Р. Грановська [1, 118].

Соціальний інтелект сучасні дослідники (М. Амінов, О. Бодальов, О. Власова, В. Куніцина, Л. Лепіхова, О. Михайлова (Альошина), В. Панок, Н. Пов'якель, О. Саннікова, Н. Чепелева та ін.) розглядають як сукупність здібностей, що забезпечують адаптацію особистості у суспільстві, її вбудовування у соціальні, міжособистісні та професійні стосунки, необхідні для ефективної міжособистісної взаємодії, в першу чергу, – представникам комунікативних професій. СІ передбачає розвиток здатності розуміти себе,

свою поведінку, дії оточуючих, розбудовувати ефективну взаємодію та досягати поставлених цілей.

Однією з найважливіших функцій СІ В.М. Куніцина пропонує вважати адаптивну, яка забезпечує адекватність функціонування особи в мінливих соціальних умовах. Особливо яскраво ця функція простежується у поведінці людей з високим рівнем розвитку СІ, які мають “достатній рівень соціальної компетентності – системи знань про соціальну дійсність і себе, системи складних соціальних умінь і навичок взаємодії, сценаріїв поведінки у типових соціальних ситуаціях, що дозволяють швидко і адекватно адаптуватися, приймати рішення, враховуючи кон’юнктуру, яка склалася. Їх свідомість не перевантажена комплексами та бар’єрами психологічного захисту” [4, 480].

Зважаючи на те, що адекватно функціонуючі механізми психологічного захисту та розвинений СІ забезпечують особистості збереження її психічної цілісності в ситуації різних життєвих криз, актуальність вивчення зазначених феноменів не викликає сумнівів.

Метою дослідження є виявлення особливостей функціонування психологічних механізмів захисту у студентів з різним рівнем розвитку СІ.

Методи та методики дослідження. У ході проведення емпіричного дослідження (яке виконувалося в межах написання кваліфікаційної (бакалаврської) роботи під нашим керівництвом у 2009 р.), було використано такі методики: “Дослідження СІ” Дж. Гілфорда та М. Саллівана [5] і “Тест виявлення захисних механізмів LSI” Р. Плутчика [2].

У нашій роботі методика “Дослідження СІ” Дж. Гілфорда та М. Саллівана застосовувалась з наступними цілями: 1) діагностика здатності до пізнання поведінки і прогнозування ефективної діяльності спеціалістів професій типу “людина – людина”; 2) діагностика вміння передбачати сценарії, за якими розвиватиметься діяльність людей; 3) діагностика загального рівня СІ та окремих його складових, спрямованих на пізнання поведінки інших.

Методика Р. Плутчика застосовувалась з метою діагностики здатності студентів до: 1) звільнення від амбівалентних почуттів та дій; 2) запобігання

усвідомленню небажаних змістів ситуацій; 3) скасування тривоги та напруження або пом'якшення незадоволення від певних подій.

Для участі у дослідженні була сформована **вбірка** із студентів III-IV курсів психолого-педагогічного факультету Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка (спеціальність “Психологія. Соціальна психологія”), віком 19-20 років. Вбірка складалась із 50 осіб, серед яких 39 (78%) юнок і 11 (22%) юнаків. Незбалансованість вибірки за статтю пояснюється тим, що переважна більшість студентів цієї спеціальності – особи жіночої статі.

Обговорення результатів. Кількісний аналіз отриманих результатів здійснювався за допомогою пакету математико-статистичних програм SPSS 12.0 for Windows і відбувався у три етапи.

На першому етапі за допомогою частотного розподілу всі досліджувані були поділені на три групи (з низьким, середнім та високим рівнем розвитку СІ), результати кожної групи отримали якісну характеристику. На другому етапі за допомогою аналогічної математичної процедури було з'ясовано, якими захисними механізмами найчастіше користуються представники цих трьох груп. На третьому етапі було виявлено специфічні захисні механізми, притаманні лише студентам з високим та низьким рівнем СІ (порівняння результатів у контрастних групах за t-критерієм Ст'юдента).

Дослідження виявило, що низький рівень розвитку СІ був зафіксований у 15 осіб (30%), середній – у 17 осіб (34%), високий – у 18 осіб (36%).

Юнакам з низьким рівнем СІ притаманні труднощі в розумінні й прогнозуванні поведінки оточуючих, що ускладнює їх стосунки та знижує можливості соціальної адаптації. Але низький рівень СІ може компенсуватися іншими психологічними характеристиками (зокрема, розвинутою емпатією, стилем спілкування, комунікативними навичками), а також може коригуватися у ході активного соціально-психологічного навчання. Психологічними механізмами, якими користуються ці юнаки є: заперечення (73,4%), заміщення (13,3%) і раціоналізація (13,3%). Вибір примітивних захисних механізмів,

ймовірно, пояснюється наявністю труднощів у спілкуванні з оточуючими: якщо це можливо, то такі особи орієнтуються на настанову – не зважати на проблему; якщо це не можливо, то починають шукати раціональне пояснення подіям.

Досліджувані з середнім рівнем СІ вправно орієнтуються у ситуаціях спілкування у діадах, здатні досить точно прогнозувати розвиток подій. Але можуть розгубитися, якщо до ситуації соціальної взаємодії приєднуються мало/незнайомі їм люди, отже їх соціальна адаптація не завжди успішна. Найчастіше застосовують у ситуаціях життєвих ускладнень такі захисні механізми: проекція (76,4%), витіснення (11,8%) і реактивне утворення (11,8%). Як видно, у ситуаціях спілкування, зрозумілих для осіб з середнім рівнем СІ, вони надають перевагу використанню проекції, оскільки це дозволяє їм оволодівати соціальним простором, налагоджувати комунікативні зв'язки з співрозмовниками, реагувати на довколишній світ відповідно до прийнятих правил і норм взаємодії. Якщо ситуація спілкування спричиняє виникнення внутрішнього конфлікту, то такі особи здатні позбавитись від нього шляхом активного усунення із свідомості негативних почуттів і думок (витіснення). У ситуаціях, де можливості реагування обмежені, ці студенти можуть змінити своє негативне ставлення на позитивне, щоб утримати внутрішню рівновагу (реактивне утворення).

Юнаки з високим рівнем СІ здатні отримати максимум інформації про поведінку оточуючих, розуміти мову невербального спілкування, формулювати швидкі й точні судження про людей, успішно прогнозувати їх реакції в конкретних обставинах, виявляти далекоглядність у стосунках з іншими, що сприяє їх успішній соціальній адаптації. Найчастіше користуються механізмами проекції (50%), компенсації (27,8%) і регресії (22,2%). Цим студентам, здатним до навчання, комунікабельним, соціально сміливим, тактовним, доброзичливим притаманне прагнення до психологічної близькості у взаємодії, що й забезпечується проекцією, яка виступає основою для виникнення емпатії. У складних життєвих ситуаціях соціально адаптовані студенти застосовують механізм компенсації, спрямований на зниження інтенсивності прояву

негативних почуттів. Зрідка вони користуються й регресією, яка дозволяє послабити тривожність через відхід від реалістичного мислення.

Порівняння результатів груп студентів з високим та низьким рівнем розвитку СІ за t-критерієм Ст'юдента (Таблиця 1) засвідчило, що кожна група має власну специфіку прояву захисних механізмів.

Таблиця 1

Особливості застосування психологічних механізмів захисту юнаками з високим та низьким рівнем розвитку СІ

№ з/п	Механізм психологічного захисту	Середнє значення у студентів з високим СІ	Середнє значення у студентів з низьким СІ	Sig.	Достовірність різниці за t-критерієм Ст'юдента
1	Витіснення	2,83	3,50	0,181	p=0,05
2	Заперечення	5,11	6,00	0,383	p=0,05
3	Компенсація	5,22	4,50	0,347	p=0,05
4	Реактивне утворення	3,50	4,00	0,196	p=0,05
5	Раціоналізація	6,60	7,30	0,267	p=0,05

Як видно з таблиці 1, зафіксовано статистично значущі відмінності між використанням механізмів захисту студентами двох груп: з низьким та високим рівнем розвитку СІ. Юнакам з високим рівнем СІ більш характерний захисний механізм компенсація (достовірність на рівні 0,05); юнакам з низьким рівнем СІ: витіснення, заперечення, реактивне утворення, раціоналізація (достовірність на рівні 0,05).

Отже, студентам з високим рівнем СІ взагалі притаманна здатність швидко адаптуватись до нових соціальних умов, але, долаючи кризові життєві ситуації вони часто використовують такий захисний механізм як компенсація. Можна припустити, що компенсація допомагає їм впоратись із стресовими станами у тому випадку, коли звичні, стереотипні сценарії поведінки не допомагають здолати їх. Часто імпульсивність, відкритість, соціальна сміливість, товариськість, вміння швидко орієнтуватись у нових обставинах взаємодії допомагають їм полегшити кризову ситуацію. Поряд з тим, не слід забувати, що здатність до компенсаторної поведінки, на думку А. Адлера,

виступає вдалою спробою людини замінити почуття неадекватності у стані конфлікту на адекватні відчуття (через інтелектуальні навички оволодіння несприятливими умовами спілкування або через емоційне приєднання до учасників взаємодії). Власне юнак, здатний до швидкої соціальної адаптації може обрати відповідний варіант компенсаторної поведінки: скористатись внутрішніми резервами чи активізувати міжособистісні зв'язки для виходу із скрутного становища. Зазначені варіанти усунення перешкод у соціальній взаємодії активно застосовуються особами з високим СІ завдяки розвиненим прогностичним здібностям, широкому рольовому поведінковому репертуару та розгалуженим комунікативним зв'язкам.

Студенти з низьким рівнем СІ повільно пристосовуються до нових соціальних ситуацій, а в складних та стресових умовах найчастіше застосовують витіснення (найбільш енергоємний механізм захисту), активно й мотивовано видаляючи неприємну для них інформацію із свідомості. Це дозволяє юнакам мінімізувати негативні переживання (прояви тривоги, страхів) за рахунок їх ігнорування. Поряд з витісненням юнаки зазначеної групи активно використовують заперечення – прагнення уникнути нової інформації, несумісної з існуючими уявленнями про себе як суб'єкта соціальної взаємодії. Цей захисний механізм є різновидом перцептивного захисту, він допомагає людині не помічати неприємних для неї фактів та явищ. Такі особи налаштовані оптимістично й доброзичливо, але знижена самокритичність сприяє виникненню у них внутрішніх конфліктів.

Зважаючи на те, що студентам з низьким рівнем СІ досить складно проаналізувати ситуацію соціальної взаємодії, зорієнтуватись у вербальній та невербальній її складових, то й визначитись із власним ставленням до змісту та учасників комунікацій їм теж важко. Уникнути фрустрації, пов'язаної із станом невизначеності, допомагає застосування реактивного утворення, яке при необхідності сприяє свідомій трансформації емоційного ставлення до суб'єкта взаємодії на протилежне.

Використання раціоналізації як механізму захисту в ситуації виникнення соціальних ускладнень, можна пояснити наявними труднощами у розумінні та прогнозуванні поведінки оточуючих. Виходом із такої ситуації для осіб з низьким рівнем СІ є ретельний аналіз змісту комунікацій та вибір стратегій поведінки, орієнтованих на досягнення соціальної запитаності і поваги. Отримані нами результати певною мірою перетинаються із дослідженнями В.М. Куніциної; вона дійшла висновків про те, що “людям з низьким СІ притаманні сором’язливість, *висока рефлексивність* (курсив – наш), агресивність, висока невротизація особистості та високе психічне виснаження” [4, 472]. Такі студенти демонструють перевагу абстрактного мислення над емоційними переживаннями, часто приписуючи їм “ймовірні”, а не істинні причини, намагаючись раціонально обґрунтувати афективно забарвлені події.

Зазначена специфіка мислення осіб з низьким СІ часто спричиняє такі негативні наслідки, як: розрив взаємин з оточуючими; підвищення схильності до життєвих криз та стресів; систематичне повторення певного життєвого сценарію; нездатність прогнозувати власну й чужу поведінку тощо.

Юнаки цієї групи, завдяки описаним вище механізмам захисту, ригідно й автоматизовано думають про себе та світ, не зважають на реальну ситуацію і згідно з цими орієнтирами вибудовують власне ставлення до оточуючих. Нездатність швидко реагувати на реалії соціальної взаємодії зазвичай призводить до рефлексії минулого досвіду стосовно схожих ситуацій.

Висновки. 1. Психологічний захист – це спеціальна система стабілізації особистості, спрямована на відмежування свідомості від травмуючих переживань, спровокованих внутрішніми та зовнішніми конфліктами, станами тривоги та дискомфорту.

2. СІ – засіб адаптації до соціальної дійсності; важлива когнітивна складова комунікативних здібностей; забезпечує прогнозування розвитку міжособистісних стосунків, “загострює” інтуїцію, підвищує психологічну витривалість; сприяє подоланню несподіваних криз, стресів та ситуацій, які загрожують самоповазі людини.

3. Основною функцією, яку виконують і захисні механізми і СІ є адаптивна, націлена на досягнення особистістю гармонії з собою та іншими, не шкодячи при цьому власній свідомості та зберігаючи її цілісність.

4. Юнаки з низьким рівнем СІ найчастіше використовують такі захисні механізми, як: заміщення, заперечення, раціоналізація; з середнім рівнем СІ – витіснення, реактивне утворення, проекція; з низьким рівнем СІ – регресія, проекція та компенсація.

5. У ситуації утрудненої соціальної взаємодії студенти з високим СІ більш схильні до застосування компенсації, а студенти з низьким СІ: витіснення, заперечення, реактивного утворення та раціоналізації.

Перспективним, на нашу думку, було б вивчення не тільки пасивних стратегій подолання кризових ситуацій (механізмів захисту) у юнаків, але й активних стратегій (копінг-поведінки).

Література

1. Грановская Р.М. Психологическая защита / Р.М. Грановская. – СПб. : Речь, 2007. – 476 с.
2. Домнич Т.М. Опитувальник на вивчення механізмів захисту / Т.М. Домнич // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. – №6. – С. 18-21.
3. Киршбаум Э. Психологическая защита / Э. Киршбаум, А. Еремеева. – СПб. : Питер, 2005. – 176 с.
4. Куницына В.Н. Межличностное общение / В.Н. Куницына, Н.В. Казаринова, В.М. Погольша. – СПб. : Питер, 2003. – 544 с.
5. Михайлова (Алешина) Е.С. Методика исследования социального интеллекта. Адаптация теста Дж. Гилфорда, М. Салливана: Руководство по использованию / Е.С. Михайлова (Алешина). – СПб. : ГП “ИМАТОН”, 1996. – 56 с.
6. Титаренко Т.М. Кризове психологічне консультування / Т.М. Титаренко. – К. : Главник, 2004. – 96 с.

Заявка на участь у III Міжнародній науково-практичній конференції

“Проблеми переживання життєвої кризи”

ПІБ	Ляховець Лариса Олексіївна
Науковий ступінь, вчене звання	канд. психол. наук, доцент
Місце роботи, Посада	Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка, психолого-педагогічний факультет, кафедра загальної та вікової психології, доцент кафедри загальної та вікової психології
Адреса, за якою вислати запрошення (матеріали)	вул. Рокосовського, буд. №37, кв. №88 м. Чернігів 14027
Мобільний телефон	моб. тел. 098 270 99 46
e-mail	vd.pacificus@gmail.com
Запланована форма участі в конференції	публікація матеріалів
Чи потрібно надсилати матеріали конференції поштою	так
Тематичний напрямок роботи на конференції	№3. Криза у професійному становленні особистості
Повна назва теми доповіді	Особливості прояву механізмів захисту у студентів-психологів
Чи потрібне поселення	не потрібне
Номер переказу ПриватБанк	02Р 126 574 069 від 10.03.2011 Сума – 340 грн. (200 грн. – стаття; 120 грн. – реєстраційн. внесок; 20 грн. – пересилка)