

УДК 159.9

## ПРОЯВЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Черемисина Д.С.,

Научный руководитель канд. психол. наук, доцент Костакова И.В.

*Тольяттинский государственный университет*

Современному обществу необходимы люди, способные не только сосуществовать с окружающей средой, но и реализовывать свой внутренний потенциал в ней. Однако большая часть современных молодых людей испытывает трудности в приспособлении и развитии в условиях изменяющейся действительности. Проблема адаптации подростков особенно актуальна в современном обществе, поскольку от нее зависит становление устойчивого ядра ценностных ориентаций каждой личности. В подростковом возрасте формируется так называемое «чувство взрослости», которое при помощи адаптационных механизмов укрепляется и становится более четким в юношеском возрасте.

Изучению проблемы формирования и определения роли защитных механизмов в развитии личности посвящены работы З. Фрейда, К. Хорни, А. Фрейд, Ф. Перлза, А. Маслоу и др. В отечественной психологии исследованием психологических защит у человека занимались В.Н. Мясищев, Е.Л. Доценко, Ф.В. Бассин, Э.И. Киршбаум, Д.Н. Узнадзе, И.М. Никольская, Р.М. Грановская и др.

**Цель исследования:** изучение психологических защит в разные периоды подросткового возраста.

Адаптация является процессом приспособления индивида к условиям среды. В условиях психологического напряжения адаптация человека происходит главным образом посредством двух механизмов: совладающего поведения – оно используется сознательно и направлено на активное изменение ситуации, – и психологической защиты.

Психологическая защита это одно из сложнейших явлений в психологии. Этому подтверждение и наличие достаточно большого количества определений термина и методов классификации, которые предлагают психологи. Главной функцией механизмов психологической защиты является охрана сознания личности от переживаний и психологического дискомфорта.

Изучение механизмов психологической защиты является важным и актуальным для психологической науки, т.к. благодаря этому можно изучить способы борьбы с внешними и внутренними конфликтами личности.

Выделяют первичные и вторичные механизмы психологической защиты. К первичным защитным механизмам относятся: всемогущий контроль, диссоциация, интроекция, отрицание, примитивная идеализация, проективная идентификация, проекция, расщепление Эго, соматизация или конверсия. К вторичным защитным механизмам относятся: аннулирование или возмещение, вытеснение, возмещение, игнорирование, идентификация, изоляция аффекта - удаление эмоциональной составляющей происходящего из сознания, интеллектуализация, компенсация, морализация, отыгрывание, аутоагрессия, раздельное мышление, рационализация, реверсия, регрессия, сексуализация, сублимация (Н. Мак-Вильямс, З.Фрейд, Л.Р. Гребенникова, А.Фрейд)

В данной работе был проведен теоретический анализ понятия механизмов психологических защит в зарубежной и отечественной литературе.

Проведенное теоретическое исследование по данной проблеме позволило сделать вывод, что подростковый возраст является одним из самых важных периодов в

жизни. Успешная адаптация - главный критерий психического здоровья подростка. Процесс психологической адаптации человека происходит непрерывно, поскольку постоянно изменяются социально-экономические условия жизни, политические и морально-этические ориентации, экологическая обстановка. И адаптационные механизмы играют большую роль в жизни человека.

В основу данного исследования была положена гипотеза о том, что проявления механизмов психологической защиты у подростков разных возрастных периодов будут иметь различия.

В *экспериментальном исследовании* использовалась методика: психологическая диагностика «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика.

Среди механизмов психологических защит исследовались: «отрицание», «подавление», «компенсация», «реактивное образование», «интеллектуализация», «регрессия», «проекция» и «замещение».

В исследование принимали ученики 7 и 9 классов Ягодинской средней общеобразовательной школы Ставропольского района Самарской области. Выборка составляла 40 человек.

Подростки 12-13 лет предпочитают для снятия психологического напряжения механизм «отрицания», с помощью которого у социального окружения отрицаются нежелательные, внутренне неприемлемые черты, свойства или негативные чувства к субъекту переживания. Как показывает опыт, «отрицание» как механизм психологической защиты реализуется при конфликтах любого рода и характеризуется внешне отчетливым искажением восприятия действительности.

Так же для снятия своего напряжения подростки этой группы используют механизм «интеллектуализация». Она проявляется в «умственном» способе преодоления конфликтной или фрустрирующей ситуации без переживаний. Подросток пресекает переживания, вызванные неприятной или субъективно неприемлемой ситуацией при помощи логических установок и манипуляций, даже при наличии убедительных доказательств в пользу противоположного.

Подростки 14-15 лет для снятия психологического напряжения используют механизм «проекция», который позволяет переносить собственную неполноценность на других. Направление «проекции» не бывает случайным: чаще она бывает направлена на объекты, действительные свойства которых соответствуют проецируемым характеристикам.

Так же эти подростки используют «отрицание» и «замещение», посредством которых личность либо отрицает некоторые фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства или проявляет посредством разрядки подавленных эмоций (как правило, фрустрационных: враждебности, гнева и т.п.), которые направляются на объекты, представляющие меньшую опасность или более доступные, чем те, что вызвали отрицательные эмоции и чувства.

Анализируя полученные результаты и используя сравнительный анализ выраженности психологических механизмов у подростков разных возрастных групп (12-13 лет и 14-15 лет) с помощью t-критерия Стьюдента, мы пришли к выводу, что ведущими механизмами психологической защиты являются, такие как «проекция»(8,1), «отрицание»(7,85) и «замещение» (6,85).

«Отрицание» результат  $t_{Эмп} = 5.1$ , «проекция»  $t_{Эмп} = 6.3$ , «замещение»  $t_{Эмп} = 5.6$ .

«Отрицание» в сочетании с «проекцией» влияет на то, что не осознаются негативные проявления. Личность отрицает фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства. Действие этого механизма проявляется в отрицании тех аспектов внешней реальности, которые, будучи очевидными для окружающих, тем не менее не принимаются, не признаются самой личностью.

«Вытеснение» является защитным механизмом, сохраняющим психику человека неповрежденной. Вместе с тем травмирующая информация, вытесняясь в бессознательное, продолжает влиять на поведение и психологическое состояние человека.

Необходимость развития способности к социально-психологической адаптации для становления личности в подростковом возрасте заключается в том, что именно в этот возрастной период происходит процесс усвоения человеком определенной системой знаний, норм и ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества. Деадаптация может привести к нарушению развития личности как целостной системы, развитию различных отклонений.

Выявление особенностей социально-психологической адаптации и психологических механизмов в подростковом возрасте дает возможность обоснованного использования полученных результатов для разработки и осуществления психологических мероприятий для оптимизации уровня социально-психологической адаптации у подростков.