

БЕРДЯНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет психолого-педагогічної освіти та мистецтв

Кафедра психології

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

до кваліфікаційної роботи

освітній ступінь бакалавр

на тему:

**ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО
ЗАХИСТУ В СТАРШОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ В УМОВАХ
ВОЄННОГО ЧАСУ**

Виконала здобувачка вищої освіти

4 курсу, 42П групи

спеціальність 053 Психологія

ЧЕМЕРИС Ілона Олександрівна

Керівник: доц. Ірина ЧЕРЕЗОВА

Рецензент: доц. Наталія СЕРДЮК

Запоріжжя-2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАХИСНІ МЕХАНІЗМИ ОСОБИСТОСТІ : ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ	6
1.1.Механізми психологічного захисту як адаптивні реакції особистості.....	6
1.2.Основні види механізмів психологічного захисту особистості.....	11
1.3.Психологічні особливості розвитку особистості в старшому юнацькому віці.....	22
Висновки до першого розділу.....	27
РОЗДІЛ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ ЗАХИСТУ В СТАРШОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ	28
2.1. Опис процедури дослідження та використаних методик.....	28
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	30
2.3. Психокорекційна програма оптимізації формування механізмів психологічного захисту в старшому юнацькому віці.....	39
Висновки до другого розділу.....	72
ВИСНОВКИ	73
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	75
ДОДАТКИ	79

ВСТУП

Актуальність дослідження. Механізми психологічного захисту відіграють особливу роль у становленні й розвитку особистості протягом усього її життя. Захисні психологічні механізми є неусвідомлюваними проявами психіки, спрямованими на мінімізацію негативних переживань, що мають руйнівний вплив на психіку людини.

Сьогодні все населення України перебуває в досить напруженому емоційному стані, що зумовлено війною та її психотравмувальними наслідками (перебування в зоні активних бойових дій та тимчасово окупованих територіях, внутрішнє та зовнішнє переміщення, переживання ситуації невизначеності тощо). В даному контексті проблема механізмів психологічного захисту особистості є вкрай актуальною, оскільки забезпечує ефективне існування людини всупереч життєвим перешкодам та труднощам.

Питання психологічних захистів розроблено та висвітлено в працях як психоаналітиків (Н. Мак-Вільямс, А. Фрейд, З. Фрейд), де цей концепт створено, так і представників інших підходів (G. Vaillant, P. Cramer, M. Bond та ін.). Дослідженню психологічного захисту особистості присвячені роботи Ф. Бассіна, Р. Грановського, Г. Грачова, Л. Гребенникова, Е. Доценко, В. Каменської, Г. Келлермана, Є. Кіршбаума, Х. Конте, Р. Лазаруса, І. Никольської, Р. Плутчика, І. Стойкова, Н. Хаан, В. Штроо та ін.

Усуваючи та послаблюючи негативні та травмувальні впливи на психіку, механізми психологічного захисту водночас знижують активність особистості та стають причиною ускладнень її розвитку, зокрема в старшому юнацькому віці. Використання пасивних форм поведінки може призводити до серйозних труднощів у засвоєнні навчального матеріалу та дезадаптації особистості в цілому.

Об'єкт дослідження - механізми психологічного захисту в старшому юнацькому віці.

Предмет дослідження - особливості прояву механізмів психологічного захисту в старшому юнацькому віці в умовах воєнного часу.

Мета дослідження - теоретичне та емпіричне дослідження особливостей прояву механізмів психологічного захисту в старшому юнацькому віці в умовах воєнного часу.

Завдання дослідження:

- 1) здійснити теоретичний аналіз проблеми механізмів психологічного захисту особистості;
- 2) провести емпіричне дослідження механізмів психологічного захисту в старшому юнацькому віці в умовах воєнного часу;
- 3) розробити психокорекційну програму оптимізації формування механізмів психологічного захисту в старшому юнацькому віці в умовах воєнного часу.

Методи наукового дослідження. Для розв'язання поставлених завдань було використано загальнонаукові методи дослідження (аналіз, синтез, порівняння, систематизація, узагальнення науково-теоретичних та емпіричних даних), методи емпіричного дослідження (методика «Індекс життєвого стилю» (Life Style Index, LSI) Р. Плутчіка - Г. Келлермана, методика вимірювання психологічного захисту (МВПЗ), методика «Захисні механізми особистості» (А. Азбель - Г. Грецова).

Емпірична база дослідження. Дослідження виконувалось на базі Бердянського державного педагогічного університету. У дослідженні брали участь здобувачі першого рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія та 013 Початкова освіта в кількості 44 особи.

Теоретичне значення роботи полягає в поглибленому вивченні теоретичних аспектів проблеми захисних механізмів психіки, виявленні особливостей психологічного захисту в старшому юнацькому віці, обґрунтуванні необхідності визначення детермінант формування захисних механізмів та їх вплив на особистість в умовах війни.

Практичне значення роботи полягає в виявленні особливостей механізмів психологічного захисту в старшому юнацькому віці в умовах воєнного часу. Розроблено психокорекційну програму оптимізації формування

механізмів психологічного захисту в старшому юнацькому віці.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (41 найменування, з них 5 іноземною мовою) і додатків (на 24 сторінках). Загальний обсяг кваліфікаційної роботи – 103 сторінки, з них основного тексту — 74 сторінки. Робота містить 3 рисунки.

ВИСНОВОК

Теоретичний аналіз проблеми та результати проведеного емпіричного дослідження дозволили зробити наступні висновки.

1. Психологічний захист – це неусвідомлюваний процес усунення або послаблення психікою людини неприємних, травмувальних переживань, пов'язаних із внутрішніми та зовнішніми конфліктами, станом тривоги, дискомфорту. Поняття психологічного захисту є одним із найскладніших у психології, що підтверджує наявність досить великої кількості визначень терміну та методів класифікації. Даний психічний феномен був відкритий і описаний Зигмундом Фрейдом та його послідовницею Анною Фрейд. Значний внесок у дослідження даної проблеми був зроблений Р. Плутчик, Е. Еріксон, В. Зливкова, Т. Яценко, Д. Тітренко, Т. Шибутані, У. Райх, Н. Мак-Вільямс, Н. Гошовська, Л. Доценко та інші.

2. У процесі життєдіяльності кожна людина вдається до механізмів психологічного захисту. З практикою застосування та досвідом індивідуально виробляються певні механізми психологічного захисту, що особистість використовує як основні, які забезпечують їй відносну стабільність психіки. Використання психологічного захисту дозволяє зняти емоційну напругу, запобігти дезорганізації поведінки, адаптуватися в стислі терміни до нових соціально-психологічних умов. У моменти переживання стресової ситуації людина може використовувати такі захисті механізми, як витіснення, проєкція, заміщення, сублимація, регресія, ізоляція, раціоналізація, реактивне утворення, компенсація, заперечення. Використання тих чи інших захисних механізмів

може мати як конструктивний, так і деструктивний прояви.

3. Старший юнацький вік має важливу роль у формуванні особистості. У цьому віці можуть виявлятися різні захисні механізми психіки, які допомагають справлятися з внутрішніми конфліктами, стресом та негативними емоціями. Серед типових захисних механізмів, характерних для цього вікового періоду, можна виділити раціоналізацію, проекцію, регресію, заміщення, заперечення, ізоляцію. Ці механізми можуть як допомагати долати труднощі, так і перешкоджати адаптації та вирішенню проблем.

4. На основі проведеного експериментального дослідження встановлено, що в старшому юнацькому віці найчастіше зустрічаються такі механізми психологічних захистів, як регресія (60%), компенсація (15%) та витіснення (15%). Студентство як представники старшого юнацького віку мають потребу в захисних механізмах, адже вони пом'якшують почуття невдачі, усувають тривожність, захищають від психічних травм.

7. На основі проведеного діагностичного дослідження нами було розроблено психокорекційну програму з метою формування конструктивних психологічних механізмів захисту в старшому юнацькому віці. Основне завдання програми полягало в тому, щоб досягти переходу від використання деструктивних захисних механізмів до конструктивних за допомогою використання копінг-стратегій. Програма розрахована на вісім занять тривалістю одна година, форма проведення - групова. Програма сприяє виробленню конструктивних способів вирішення проблем, формуванню свідомого контролю та конструктивних патернів поведінки в складних життєвих ситуаціях.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрушко Я. С. Психологічні захисти в структурі професійної ідентичності майбутнього працівника органів внутрішніх справ : монографія. Львів : ЛьвДУВС, 2016. 276 с.
2. Бакка Ю. В. Детермінанти розвитку особистості в юнацькому віці: гендерний аспект. *Габітус. Секція 3. Психологія особистості*. 2021. № 31. С. 31-35.
3. Барчі Б. В., Митровці В. М. Психологічний самозахист в кризових ситуаціях. *Становлення особистості професіонала у постковідному просторі* : збірник тез доповідей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції (12-13 травня 2022 р., м. Мукачево). Мукачево : Вид-во МДУ, 2022. С. 93-95.
4. Богач О. В. Механізми психологічного захисту як чинник здоров'язбереження студентів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Педагогічні науки»*. 2018. № 152. Т. 2. С. 37-38.
5. Брецько І. І., Бучмей І. І., Козловська Н. В. Соціальна ситуація розвитку в студентському віці. *Становлення особистості професіонала у постковідному просторі* : збірник тез доповідей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції (12-13 травня 2022 р., м. Мукачево). Мукачево : Вид-во МДУ, 2022. С. 28-29.
6. Гончаренко Є. Еволюція механізмів психологічного захисту у студентів-психологів протягом навчання. *Psychological Dimensions of Culture, Economics, Management: Science Journal*. 2016. № IX. С. 28-38.
7. Гончарук Н. М., Онуфрієва Л. А. Особливості формування психологічних захисних механізмів у ситуаціях спілкування в дітей підліткового віку. *Psychological journal. Інститут психології імені Г. С. Костюка*. 2018. № 6 (16). С. 52-66.
8. Гошовська О. Первинні механізми психологічного захисту та вікова динаміка їх застосування : теоретико-емпіричний ракурс. *Проблеми*

- загальної та педагогічної психології*. 2012. Т. 24. Ч. 6. С. 112-119.
9. Грінцова О. М. Психологічні особливості авторського життєвого вибору в юнацькому віці. *Вісник одеського національного університету. Серія «Психологія»*. 2018. Том 23. № 1 (47). С. 43-51.
 10. Депутатов В. О. Механізми психологічного захисту й копінг-стратегії підлітків зі сколіозом : емпіричне дослідження. *Габітус*. 2020. №12. Т. 2.
 11. Джаббарова Л. В. Кривошей К. Ю.Бужинська С. М. Особливості взаємозв'язку акцентуацій характеру із захисними механізмами психіки у процесі професіоналізації студентів-психологів. *Гібітус. Серія. Загальна психологія. Історія психології*. №33. 2022. С. 41-45.
 12. Дорошенко М. І. Вікова психологія : курс лекцій. Бердянськ : БДПУ, 2020. 424 с.
 13. Еріх Фромм. Втеча від свободи / Перекл. з англ. М. Яковлева. Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2018. 288 с.
 14. Льницька Л. А. Прояви копінг-поведінки залежно від механізмів психологічного захисту особистості. *Габітус*. №50. 2023. С. 80-84.
 15. Кирпенко Т. М. Вплив механізмів психологічного самозахисту на особистісні утворення та поведінкові моделі підлітків. *Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2014, С. 198-210.
 16. Кирпенко Т. М. Механізми психологічного самозахисту підлітків : монографія. Сєверодонецьк: СНУ ім. В. Даля, 2017. 176 с.
 17. Кирпенко Т. М. Особливості механізмів психологічного самозахисту підлітків : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.05. Київ, 2015.
 18. Коваленко В. С., Склянська О. В. Дослідження механізмів психологічного захисту та емоційної зрілості студентів психологів. *Габітус. Серія. Психологія особистості*. №37. 2022. С. 133-137.
 19. Кокоріна Ю. Є., Соколова В. Г. Механізми психологічного захисту та їх взаємозв'язок з гендерною ідентичністю у юнацькому віці. *World science: psychology*. Vol.2, October 2018. № 10(38). С. 33-37.

20. Коломієць Л. І., Степова А. С. Психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку з різним рівнем стресостійкості. *Психологічний Часопис*. 2017. № 3 (7). С. 70-81.
21. Кондратюк С. М., Сердечна Л. А. Теоретичне обґрунтування механізмів психологічного захисту особистості. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій, Університету «Україна»*. 2015. №11.
22. Левенець А. Є. Психологічні особливості становлення життєвої перспективи в юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Київ, 2006.
23. Приходько Ю. О., Юрченко В. І. Психологічний словник-довідник : навч. посіб. : 3-тє вид. Київ : Каравела, 2016. 320 с.
24. Психологічні основи сексуальності : матеріали для самопідготовки до семінарських занять для студентів спеціальності «Психологія» / ред. та упор. О. В. Федик. Івано-Франківськ : Плай, 2010. 201 с.
25. Рисинець Т. П. Етимологія категорій «механізми психологічного захисту» та «копінг-стратегії». *Вісник НТУУ «КПІ» : Філософія. Психологія. Педагогіка*. №1. 2012. С. 119-123.
26. Савчин М. В., Василенко. Л. П. Вікова психологія : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2005. 202 с.
27. Сергєєнкова О. П. Загальна психологія. Психологічний захист, його призначення та види. URL: <http://westudents.com.ua/glavy/77439-psihologchniy-zahist-yogo-priznachennya-ta-vidi.html>
28. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 376 с.
29. Столяренко О. Б. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 280 с.
30. Становлення особистості професіонала у постковідному просторі : збірник тез доповідей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції (12-13 травня 2022 р., м. Мукачєво). Мукачєво : Вид-во МДУ,

2022. 199 с.

31. Тітаренко Д. С. Проблема класифікації механізмів психологічного захисту особистості. *Збірник наукових праць. Серія : педагогічні та психологічні науки*. Національна академія Державної прикордонної служби України імені Б. Хмельницького. № 53. Хмельницький : Видавництво НАДПСУ, 2010. С. 225-228.
32. Третьяченко В. В., Кирпенко Т. М. Сучасний термінологічний словник з соціальної психології. Луганськ : «Світлиця», 2009. 140 с.
33. Циганчук Т. Роль механізмів психологічного захисту в структурі емоційного інтелекту. *The pedagogical process: theory and practice (series: psychology)*. 2018. № 3 (62). С. 63-67.
34. Чернова А. Д. Дослідження механізмів психологічних захистів студентів. *Вісник магістратури*. 2019. № 8-2(95). С. 34-36.
35. Шебанова В. І. Проблематика механізмів психологічного захисту. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 12 : Психологічні науки. 2012. Вип. 37. С. 246-249.
URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nchnpu_012_2012_37_67.pdf
36. Шульдик Г. О. Механізми психологічних захистів у студентів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. № 2. С. 10-11.
37. Baril, Megan E., Crouter, Ann C., McHale, Susan M. Processes linking adolescent well-being, marital love, and coparenting. *Journal of Family Psychology*. Vol 21(4), Dec 2007. P. 645-654.
38. Brad Bowins «psychological defense mechanisms: a new perspective». *The American Journal of Psychoanalysis*. Vol. 64, No. 1, March 2004.
39. Freud A. The Ego and the mechanisms of defense. The writings of Anna Freud, Vol.2, London, 1977.
40. Lazarus R. S. Patterns of Adjustment. New York: McGraw-Hill, 1976.
41. Vaillant G. E. Adaptive mental mechanisms. Their role in a positive psychology. *American Psychologist*. 2000. Vol.55. №1. P. 89-98.