

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»  
Балашовский институт (филиал)

Кафедра педагогики и психологии

**МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ЛИЦ, ПОПАВШИХ  
В ТРУДНУЮ ЖИЗНЕННУЮ СИТУАЦИЮ  
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

Студента 5 курса 55 группы  
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,  
профиля «Практическая психология образования»,  
социально-гуманитарного факультета  
Вестимова Артема Сипхаевича.

Научный руководитель:

доцент педагогики и психологии,  
кандидат психологических наук,  
доцент \_\_\_\_\_

Т.Н. Смотров

Зав. кафедрой педагогики и психологии,  
кандидат психологических наук,  
доцент \_\_\_\_\_

О.В. Карина

**Балашов 2018**

## ВВЕДЕНИЕ

Данная тема представляет собой интерес из-за происходящих на сегодняшний день событий в политической и экономической обстановке в целом в мире, и в нашей стране в частности. Научный интерес к ее изучению обусловлен крайней нестабильностью ситуации развития личности в современном обществе.

Общественно-исторические потрясения, ломка привычных стереотипов жизнедеятельности, вызванная переоценкой ценностей, и возрастание потока агрессивно настроенной информации снижают резистентность (сопротивляемость) личности к деструктивным влияниям.

Изучением и выявлением механизмов психологической защиты занимались такие ученые как: З. Фрейд, А.Фрейд, Н. Мак-Вильямс, К. Холл, И.М. Никольская, Р.М. Грановская и др.

**Цель исследования** - изучение механизмов психологической защиты и социально-психологических характеристик лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию для разработки рекомендаций по конструктивному выходу из стрессовой ситуации.

**Объект исследования** – социально-психологические характеристики людей, попавших в трудную жизненную ситуацию.

**Предмет исследования** – механизмы психологической защиты лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию, как фактор, определяющий их социально-психологические характеристики.

**Гипотеза исследования:** лицам, находящимся в трудной жизненной ситуации, характерны такие типы механизмов психологической защиты как: как отрицание, регрессия, компенсация и такие социально-психологические характеристики как: неадекватная самооценка, замкнутость, неуверенность в себе, стратегия поведения «избегание».

**Задачи исследования:**

- 1) провести теоретический анализ проблемы исследования: рассмотреть понятия «лица, попавшие в трудную жизненную ситуацию», «механизмы психологической защиты»;
- 2) выявить социально-психологические характеристики лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию;
- 3) определить механизмы психологической защиты лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию;

**Методы исследования:**

- теоретические методы: теоретический анализ научных и учебно-методических источников по проблеме исследования, обобщение и систематизация материалов;

- эмпирические методы: психодиагностическое тестирование

- методы обработки эмпирических данных: качественная и количественная обработка результатов исследования, графическое отображение данных, методы математической обработки данных (критерий U Манна-Уитни).

**Методы:** опрос, тестирование, методы математической обработки данных (критерий U-Манна-Уитни).

**Эмпирическая база исследования:** 50 человек, в возрасте от 18 до 22 лет с различным социальным статусом, работающие. Всех испытуемых мы разделили на 2 группы на основе опроса по выявлению трудной жизненной ситуации. В первую группу эмпирической выборки вошло 25 молодых людей, которые посчитали себя, находящимися в трудной жизненной ситуации (отсутствие денег на учебу (9 человек), дети из многодетных семей (5 человек), инвалидность (3 человека), сироты (4 человека), жестокое обращение (2 человека), жертвы насилия (2 человека)); Во вторую группу выборки вошло 25 человек, считающих себя «условно» обычными, без видимых проблем и жизненных затруднений.

**Новизна исследования:** систематизированы научные концепции по проблеме психологических защит личности. Охарактеризовано определение

психологических защит у лиц находящихся в трудной жизненной ситуации.

**Практическая значимость исследования:** результаты практического исследования могут быть применимы в психологическом консультировании специалистами психологических служб, а так же быть полезными для совершенствования психологической помощи людям, находящимся в трудной жизненной ситуации, в качестве научного обоснования при коррекционной и психотерапевтической работе с ними.

### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

В *первой главе* данной представлены были рассмотрены и проанализированы понятие и определение механизмов психологической защиты, лиц попавших в трудную жизненную ситуацию. Рассмотрены виды психологических защит, копинг стратегий.

Механизмы психологической защиты служат для стабилизации личности, направлены на ограждение человеческого сознания от неприятных, причиняющих боль и страдания переживаний сливающимися с внутренними и внешними конфликтами, постоянным состоянием тревоги и дискомфорта.

Психологическая защита связана с изменениями происходящими в системе внутренних ценностей личности, направленных на снижение уровня субъективной значимости переживания для того чтобы привести к минимуму моменты приносящие травмирующие последствия для человеческой личности.

Многие умы психоанализа задумывались над Механизмами защиты психики. По мнению З.Фрейда, все защитные механизмы обладают двумя общими характеристиками:

Блокируют выражения импульсов в сознательном поведении индивида;  
Искажают их так, чтобы изначальная их интенсивность снизилась или отклонилась в сторону.

Беспомощность в решении конфликтов вызывает рост тревоги, напряжения и дискомфорта внутри личности человека. З.Фрейд показал, что в нелегкий для человека момент активизируются специальные

психологические механизмы защиты ограждающие сознание от неприятных приносящих губительные последствия переживаний. При угрозе для целостности личности именно защитные механизмы отвечают за ее адаптацию к реальным условиям.

Расширенно защитой механизмов занималась дочь З.Фрейда - Анна Фрейд. Анна Фрейд указывала на то, что эти механизмы несут в себе больше защитную характеристику, предотвращая распад поведения и поддерживая нормальный психический статус личности.

В настоящее время многие исследователи рассматривают психологические защитные механизмы как процессы интрапсихической адаптации при помощи переработке подсознанием поступающей информации. Здесь принимают участие все функции психики, такие как восприятие, внимание, память, мышление, эмоции и воображение. Но каждый раз большую часть работы по обработке и преодолению негативных переживаний берет на себя какая-то одна из перечисленных функций. Преобладание у человека какого либо из механизмов защиты может влиять на развитие у него ряда черт и акцентуаций личности. А если смотреть с другой стороны, люди с какими либо индивидуально-психологическими свойствами имеют склонность доверять конкретным защитам. Защитный механизм искажающий реальность может нести в себе серьезные личностные нарушения. Ученые провели специфическую сеть взаимосвязей между различными уровнями личности: защитой, эмоциями диспозицией. Из этого делаем вывод, что высоко критичные и подозрительные к окружающим личности, ощущая неполноценность в самих себе, защищаются проекцией. А агрессивная личность, основной из эмоций которой является гнев, ищет помощь в замещении и направляет свою агрессию на более безопасный объект. Пассивная же личность будет защищаться от страха с помощью подавления и вытеснения.

*Во второй главе* для проверки нашей гипотезы о том, что лицам, находящимся в трудной жизненной ситуации, характерны такие типы

механизмов психологической защиты как: как отрицание, регрессия, компенсация и такие социально-психологические характеристики как: неадекватная самооценка, замкнутость, неуверенность в себе, стратегия поведения «избегание», мы использовали описательные методы и критерий U-Манна Уитни.

Лицам, попавшим в трудную жизненную ситуацию, больше характерны такие типы психологической защиты как: отрицание реальности; регрессия; компенсация, чем лицам условно не имеющим жизненных затруднений. В то время, как у лиц, условно не имеющих жизненных затруднений на настоящий момент, характерные механизмы психологической защиты не выявлены.

Мы получили статистически значимые результаты по Тесту Кеттела в группе лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию:

- по фактору А, ориентированному на измерение общительности человека - замкнутость, необщительность, излишняя строгость в оценке людей. Они же скептически настроены, холодны по отношению к окружающим, чем лица условно не имеющие жизненных затруднений;

- по фактору В – «интеллект»– ригидность мышления выше, чем у лиц, условно не имеющих жизненных затруднений;

- по фактору С – «эмоциональная неустойчивость - эмоциональная устойчивость». Т.е. лица, попавшие в трудную жизненную ситуацию, отличаются эмоциональной незрелостью по сравнению с лицами, условно не имеющими жизненных затруднений;

- по фактору О – «уверенность – тревожность» испытуемым свойственны высокая тревожность и неуверенность в себе по сравнению с лицами, условно не имеющими жизненных затруднений;

- по фактору Q3, «низкий самоконтроль - высокий самоконтроль», измеряющего уровень внутреннего контроля поведения и свидетельствующего о неразвитом самоконтроле по сравнению с лицами, условно не имеющими жизненных затруднений. Большинству испытуемых

несвойственны: контроль своих эмоций и поведения, целенаправленность и интегрированность личности;

- по фактору Q4 – «расслабленность – напряженность», т.е. лицам, попавшим в трудную жизненную ситуацию больше свойственны напряженность, фрустрированность больше, чем лицам, условно не имеющим жизненных затруднений;

Лицам попавшим в трудную жизненную ситуацию больше характерна такая стратегия поведения как «избегание», чем лицам условно не имеющим жизненных затруднений.

Все вышеизложенное позволяет заключить, что гипотеза исследования подтверждена.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В своей работе мы изучали механизмы психологической защиты и социально-психологические характеристики лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию для разработки рекомендаций по конструктивному выходу из стрессовой ситуации.

Мы предполагали, что лицам, находящимся в трудной жизненной ситуации, характерны такие типы механизмов психологической защиты как: как отрицание, регрессия, компенсация и такие социально-психологические характеристики как: неадекватная самооценка, замкнутость, неуверенность в себе, стратегия поведения «избегание».

Мы опирались на исследования З. Фрейда, А.Фрейд, Н. Мак-Вильямс, К. Холла, И.М. Никольской, Р.М. Грановской, Б.Д. Карвасарского.

В своей работе мы:

- провели теоретический анализ проблемы исследования: рассмотрели понятия «лица, попавшие в трудную жизненную ситуацию», «механизмы психологической защиты»;

- выявили социально-психологические характеристики лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию;

- определили механизмы психологической защиты лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию;

Для этого мы использовали следующие методы: опрос, тестирование, методы математической обработки данных.

Исследование проходило среди молодежи в г. Балашове. В исследовании приняло участие 50 человек, в возрасте от 18 до 22 лет с различным социальным статусом, работающие. Всех испытуемых мы разделили на 2 группы на основе опроса по выявлению трудной жизненной ситуации. В первую группу эмпирической выборки вошло 25 человек, которые посчитали себя, находящимися в трудной жизненной ситуации (отсутствие денег на учебу (9 человек), дети из многодетных семей (5 человек), инвалидность (3 человека), сироты (4 человека), жестокое обращение (2 человека), жертвы насилия (2 человека)); Во вторую группу выборки вошло 25 человек, считающих себя «условно» обычными, без видимых проблем и жизненных затруднений.

Мы определили, что лицам, попавшим в трудную жизненную ситуацию, больше характерны такие типы психологической защиты как: отрицание реальности; регрессия; компенсация, чем лицам условно не имеющим жизненных затруднений. В то время, как у лиц, условно не имеющих жизненных затруднений на настоящий момент, характерные механизмы психологической защиты не выявлены.

Мы выявили, что для лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию, характерны: замкнутость, необщительность, излишняя строгость в оценке людей. Они же скептически настроены, холодны по отношению к окружающим, чем лица условно не имеющие жизненных затруднений. У них наблюдается ригидность мышления. Они отличаются эмоциональной незрелостью. Им свойственны высокая тревожность и неуверенность в себе по сравнению с лицами, условно не имеющими жизненных затруднений. Большинству лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию несвойственны: контроль своих эмоций и поведения, целенаправленность и



интегрированность личности. Им свойственны напряженность, фрустрированность больше, чем лицам, условно не имеющим жизненных затруднений. Также лицам попавшим в трудную жизненную ситуацию больше характерна такая стратегия поведения как «избегание», чем лицам условно не имеющим жизненных затруднений.

Таким образом, наша гипотеза о том, что лицам, находящимся в трудной жизненной ситуации, характерны такие типы механизмов психологической защиты как: как отрицание, регрессия, компенсация и такие социально-психологические характеристики как: неадекватная самооценка, замкнутость, неуверенность в себе, стратегия поведения «избегание» подтвердилась и является статистически значимой.