

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Балашовский институт (филиал)

Кафедра педагогики и психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ И
САМООЦЕНКИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 51 группы
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Лаптевой Елены Станиславовны

Научный руководитель

Доцент кафедры педагогики и психологии,

кандидат педагогических наук,

доцент _____

М.А. Лученкова

(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии

кандидат психологических наук,

доцент _____

О.В. Карина

(подпись, дата)

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Подростковый возраст характеризуется выраженной психологической нестабильностью, дисгармоничным фоном оценивания собственного Я, амбивалентностью восприятия значимого окружения. Это обстоятельство связано с тем, что подростки находятся в ситуации возрастного кризиса становления личности.

Подростки склонны к нереалистичному оцениванию собственного потенциала, что частотно способствует включению в поле выраженной социальной неуспешности. Переживание неуспеха сопряжено с попытками защитить собственное Эго от стресса, тревожности и других негативных состояний. Основной формой совладающего поведения выступает выбор взрослеющей личности наиболее приемлемых для подростка механизмов психологической защиты.

Следует отметить, что фактор самооценки играет существенную роль в выборе механизмов психологической защиты, так как он отражает не только манифестируемые, но и латентные устремления подростка, его контур понимания трудной ситуации. Иными словами, чем ниже выражен уровень самооценки, тем чаще подростки используют неконструктивные стратегии поведения, неэффективные механизмы психологической защиты.

В научной практике проблемой самооценки, выбора механизмов психологической защиты и сопутствующих феноменов в разное время занимались: Ф.В. Бассин, Ф.Е. Василюк, которые исследовали эксклюзивную ситуацию в процессе жизнедеятельности человека; Д.Н. Узнадзе, Т. Шибутани охарактеризовали социальные установки личности; Г. Селье и его последователи описали проявление стресса; В.В. Столин, С.Р. Пантелеев рассмотрели самооценку и формирование Образа Я в онтогенезе; Р. Плутчик, разработавший теорию Эго-защит и охарактеризовавший основные механизмы психологической защиты личности.

Однако, несмотря на обширность обращения ученых к изучаемой проблеме, потребность в углубленных исследовательских действиях все еще существенно выражена и является актуальной.

Цель исследования: выявить взаимосвязь механизмов психологической защиты и самооценки в подростковом возрасте.

Объект исследования: механизмы психологической защиты и самооценка подростков.

Предмет исследования: особенности взаимосвязи механизмов психологической защиты и самооценки в подростковом возрасте.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь механизмов психологической защиты и самооценки в подростковом возрасте.

Задачи исследования:

1. Теоретический анализ проблемы взаимосвязи механизмов психологической защиты и самооценки в подростковом возрасте в научных источниках.

2. Характеристика основных возрастных особенностей подросткового возраста.

3. Анализ особенности самооценки в подростковом возрасте.

4. Эмпирически доказать существование взаимосвязи механизмов психологической защиты и самооценки в подростковом возрасте.

Методологическая основа исследования: научные идеи З. Фрейда, Ф.В. Бассина, Б.Д. Карвасарского, Р.М. Грановской и других; научные идеи Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, И.С. Кона, А.И. Липкиной, В.В. Столина, Е.С. Шороховой и др.

Методы исследования: анализ, синтез, обобщение, диагностический.

Методики исследования: опросник Плутчика–Келлермана–Конте, ориентированный на диагностику механизмов психологической защиты; тест-опросник «Диагностика уровня самооценки» С.В. Ковалева, математический метод корреляционный анализ Пирсона.

Эксперимент осуществлялся на случайной выборке в форме интернет-тестирования. Выборка составила 30 респондентов подростков в возрасте 13-14 лет.

Теоретическая и практическая значимость исследования: результаты работы могут быть использованы в воспитательном процессе образовательных организаций для работы с подростками. Кроме того, выводы, представленные в работе, могут быть использованы специалистами психологами для разработок психологических рекомендаций, нацеленных на гармонизацию самооценки подростков.

Структура работы: введение, две главы, выводы по главам, заключение, список использованных источников, приложение.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе нашего исследования представлен теоретический анализ проблемы взаимосвязи механизмов психологической защиты и самооценки в подростковом возрасте.

В ходе теоретического анализа научных источников, освещающих изучаемую проблему, были сделаны следующие выводы:

1. Понятие «механизмы психологической защиты» трактуется учеными как способы совладающего поведения личности в ситуации стресса, неопределенности.

2. Существуют три уровня организации психологической защиты человека:

- социальный, происходит в обществе;
- социально-групповой, осуществляется в малых группах;
- индивидуально-личностный, восприятие стресса самим человеком.

3. Выделяют девять основных форм психологической защиты: вытеснение, замещение, рационализация, проекция, реактивное образование, сублимация, регрессия и отрицание.

4. Феномен «самооценка» в психологической практике трактуется как система представлений о значимости собственной личности,

индивидуальных качествах и ресурсах, а также особенностях социального контактирования в социальном пространстве взаимодействий.

5. Существуют множественные трактовки видов самооценки. К базовым и наиболее популярным относятся: высокая, средняя (адекватная) и низкая самооценки.

6. Ведущая деятельность в подростковом периоде является интимно-личностное общение.

7. Психическим новообразованием в подростковом возрасте является обретение чувства взрослости.

8. Социальной ситуацией в подростковом возрасте является бурное психофизиологическое изменение организма подростка, влекущее за собой изменения в эмоциональном, когнитивном и поведенческом статусах взрослеющей личности.

Во второй главе представлены результаты эмпирического исследования проблемы взаимосвязи механизмов психологической защиты и самооценки в подростковом возрасте.

Диагностика, обработка методик и интерпретация результатов проводились с соблюдением конфиденциальности персональных данных согласно Федеральному Закону от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных».

Были получены следующие результаты по опроснику Плутчика – Келлермана – Конте, ориентированного на диагностику механизмов психологической защиты:

1. Механизм психологической защиты «вытеснение»:

20% респондентов имеют высокий уровень (6 человек), а 80% - низкий уровень (24 человека). Подростки, использующие этот механизм защиты, свои чувства, желания, мысли вытесняют в бессознательное и, тем самым, актуализирует другие механизмы защиты. Действие данного механизма отражается на эмоциональных проявлениях подростков, на психо-вегетативных проявлениях.

2. Механизм психологической защиты «отрицание»:

37% (11 человек) респондентов имеют высокий уровень, а 63% (19 человек) - низкий уровень. Для подросткового возраста этот механизм характерен, так как, находясь в кризисе, подростки находятся в некотором фрустрирующем состоянии, которое актуализирует тревожность, отрицание реальности, противоречивости поведения. Информация или ситуация, которая приводит к конфликтности, не воспринимается. В таком состоянии подростки могут быть внушаемы, доверчивы и легко вступать в различные субкультуры. Преобладание такого механизма способствует тому, что подросток отрицает у значимого своего окружения нежелательные черты, негативные чувства. В целом, преобладает искажение восприятия действительности.

3. Механизм психологической защиты «регрессия»:

30% (9 человек) набрали высокий уровень, а 70% (21 человек) - низкий уровень. Такой механизм психологической защиты позволяет личности перейти на более ранние стадии развития. Защитная реакция подростка, особенно в кризисный период, позволяет найти более легкие пути выхода из сложной ситуации, которые не приносят личности каких-то результатов. Так, например, дезадаптация в кругу со сверстниками приводит к тому, что подростки чаще начинают общаться с детьми младше их и в этом общении они пытаются самоутвердиться, используя не зрелые формы поведения.

4. Механизм психологической защиты «компенсация»:

47% (14 человек) набрали высокий уровень, а 53% (16 человек) - низкий уровень. Механизм психологической защиты «компенсация» позволяет подростку найти замену какого-то реального или вымышленного недостатка, чаще всего за счет фантазий, присвоения себе определенных свойств, достоинств, поведенческих характеристик. При решении конфликтной ситуации, для повышения своей самооценки, подростки прибегают к этому механизму. Например, при низкой успеваемости, подростки имеют успехи в

спорте и потому все свое внимание они сосредотачивают на спорте и упускают свои пробелы в знаниях по учебным дисциплинам.

5. Механизм психологической защиты «проекция»:

40% (12 человек) набрали высокий уровень, 60% (18 человек) - низкий уровень. Механизм психологической защиты «проекция» позволяет неосознаваемые и неприемлемые для личности чувства и мысли локализовать в своем поведении. Эти чувства, как правило, приписываются другим людям или ситуациям. Так, проявляя агрессивность в отношении своих родителей, подростки обвиняют их в том, что они часто ругаются, враждебно к ним относятся и т.д. Они не замечают своих действий, носящих конфликтный характер. Ситуации, которые приписывают положительные качества другим, встречаются реже, так как в основном, в подростковом возрасте, преобладает конфликтность с окружающими и с самим собой.

6. Механизм психологической защиты «замещение»:

27% респондентов (8 человек) имеют высокий уровень, 63% (22 человека) - низкий уровень. Механизм психологической защиты «замещение» способствует подавлению чувств и эмоций к одному человеку и выплеск этих эмоций на другого человека. Подросток, который не может возразить своим родителям, проявляет агрессию в отношении своих сверстников или педагогов. Этот механизм позволяет разрешить эмоциональное напряжение, но не решить внутриличностное противоречие. Подростки совершают импульсивные, бессмысленные действия, не приводящие к конкретному результату, но снимающие внутреннее напряжение. Механизм психологической защиты «интеллектуализация» выражен у 20% респондентов (6 человек). У остальных респондентов, в большинстве, он не выражен

7. Механизм психологической защиты «интеллектуализация»:

Данный механизм свидетельствует о том, что в подростковом возрасте минимизируются переживания, вызванные неприятной ситуацией, и с помощью логических умозаключений личность доказывает себе

рациональность своих действий. Такой механизм может быть выражен при прокрастинации, когда подростки бездействуют, проявляют пассивную жизненную позицию и при этом оправдывают себя различными придуманными убеждениями. Личность таким поведением уходит от своих импульсов, эмоций в рациональный мир, где нет места чувствам.

8. Механизм психологической защиты «реактивное образование»:

Данный механизм выражен у 7% (2 человек). 93% респондентам этот механизм не свойственен. Чаще всего, этот механизм преобладает у лиц, которые подвержены душевным переживаниям. Выраженные неприятные мысли или чувства предотвращаются за счет того, что подростки начинают преувеличивать противоположные стремления. В таком состоянии подростки могут транслировать эмоциональное безразличие к проблемам окружающих, или жестокость по отношению к тому, кто просит помощи. Такой механизм, возможно, проявляется в сложных жизненных ситуациях, где подросток подвергается психологической травме (жестокое обращение, социальное сиротство и т.д.).

Таким образом, можно отметить, что в основном подростки используют следующие механизмы психологической защиты: «отрицание», «регрессию», «компенсацию», «проекцию». Исходя из кризиса подросткового возраста, эти механизмы способствуют разрешать противоречия кризиса и находить оптимальное психологическое состояние.

По результатам методики В.С. Ковалева на диагностику самооценки респондентов были получены следующие результаты:

Мы установили, что 53% респондента (16 человек) имеют высокий уровень самооценки. Это свидетельствует о том, что подростки реалистично оценивают и воспринимают происходящие события, понимают свои внутренние переживания и переживания окружающих. Скорее всего, с таким уровнем самооценки, подростки прибегают к механизмам психологической защиты для поддержания внутреннего состояния, но при этом они осознают истинную причину своих проблем.

33% респондентов (10 человек) имеют средний уровень самооценки. В такой ситуации подростки не всегда реалистично оценивают ситуацию, где-то могут обвинять себя в проблемах и поэтому, для нормализации своего внутреннего состояния используют механизмы психологической защиты. Но, в этом случае, механизмы могут закрепиться в поведении подростков, так как преобладает недооценивания себя.

14% респондентов (4 человека) имеют низкий уровень самооценки. Подростки не видят в себе положительных черт, себя считают хуже других, оправдывают различные сложности в ущерб себе, возвышая при этом других. Используемые механизмы защиты применяются для гармонизации своего внутреннего состояния и оправдания себя, поэтому механизмы защиты могут закрепиться на бессознательном уровне и будут мешать реалистичному восприятию действительности.

Для того чтобы установить как взаимосвязана самооценка с механизмами психологической защиты, мы обработали данные методом математической статистики – корреляционным анализом Пирсона.

Были получены следующие значимые взаимосвязи:

1. Чем выше самооценка, тем чаще подростки избирают механизмы психологической защиты: отрицание, вытеснение ($r_s=0.656$, при $p \leq 0,01$; $r_s=0.516$, при $p \leq 0,05$).

Вероятно, данные показатели связаны с тем, что подростки с высокой самооценкой склонны к нереалистичному восприятию трудностей и скорее готовы отрицать объективные проблемы, чем конструктивно подходить к их разрешению. Их самонадеянность может приводить к ситуации неуспеха. В то же время, высокая самооценка может способствовать быстрому вытеснению неудачи и не способствовать выраженному переживанию индивидуальной неуспешности.

2. Чем адекватнее (средняя) самооценка тем, чаще подростки избирают механизмы психологической защиты: интеллектуализация, замещение, компенсация ($r_s=0.638$, при $p \leq 0,01$; $r_s=0.628$, при $p \leq 0,01$;

$r_s=0.549$, при $p \leq 0,01$).

То есть подростки с адекватной самооценкой склонны к поиску сильных, оправдательных аргументов для защиты собственного Эго. Они подвергают анализу причинно-следственную связь в ситуации трудностей и настроены на выбор конструктивных стратегий реагирования. Кроме того, данной группе респондентов свойственно сублимирование недостижимого и выбор реалистичного объекта для реализации потребностей.

3. Чем ниже самооценка, тем чаще подростки избирают механизмы психологической защиты: регрессия, реактивное образование, проекция ($r_s=0.688$, при $p \leq 0,01$; $r_s=0.535$, при $p \leq 0,01$; $r_s=0.592$, при $p \leq 0,01$).

То есть подростки данной группы в ситуации трудностей склонны к инфантильному поведению, снижению уровня ответственности для защиты собственного сознания от проблемы, субъективно воспринимаемой, как неразрешимой. Они ориентированы на приписывание партнерам и событиям удобный для их понимания контекст бытийности.

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1. В основном подростки в своем поведении используют такие механизмы психологической защиты, как «отрицание», «регрессия», «компенсация», «проекция». Исходя из кризиса подросткового возраста, эти механизмы способствуют разрешению противоречия кризиса и нахождению оптимальное психологическое состояние.

2. Большинство респондентов имеют высокий уровень самооценки. Это свидетельствует о том, что подростки реалистично оценивают и воспринимают происходящие события, понимают свои внутренние переживания и переживания окружающих.

3. Доказана взаимосвязь механизмов психологической защиты и самооценки у подростков.

4. Выявлены взаимосвязи между показателями: чем выше самооценка, тем чаще подростки избирают механизмы психологической защиты: отрицание, вытеснение; чем адекватнее (средняя) самооценка тем,

чаще подростки избирают механизмы психологической защиты: интеллектуализация, замещение, компенсация; чем ниже самооценка, тем чаще подростки избирают механизмы психологической защиты: регрессия, реактивное образование, проекция.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический анализ проблемы взаимосвязи механизмов психологической защиты и самооценки позволил сделать вывод о том, что понятие «механизмы психологической защиты» трактуется учеными как способы совладающего поведения личности в ситуации стресса, неопределенности.

В научной литературе систематизированы различные концепции по формам психологических защит. В основном принято различать девять основных форм психологической защиты: вытеснение, замещение, рационализация, проекция, реактивное образование, сублимация, регрессия и отрицание.

Понятие «самооценка» рассматривается нами как система представлений о значимости собственной личности, индивидуальных качествах и ресурсах, а так же особенностях социального контактирования в социальном пространстве взаимодействий.

Проведенное эмпирическое исследование показало, что, в основном, подростки в своем поведении используют такие механизмы психологической защиты, как «отрицание», «регрессия», «компенсация», «проекция». Исходя из кризиса подросткового возраста, эти механизмы способствуют разрешать противоречия кризиса и находить оптимальное психологическое состояние.

Было установлено, что большинство респондентов имеют высокий уровень самооценки. Это свидетельствует о том, что подростки реалистично оценивают и воспринимают происходящие события, понимают свои внутренние переживания и переживания окружающих.

Выявлены взаимосвязи между показателями: чем выше самооценка, тем чаще подростки избирают механизмы психологической защиты: отрицание,

вытеснение; чем адекватнее (средняя) самооценка тем, чаще подростки избирают механизмы психологической защиты: интеллектуализация, замещение, компенсация; чем ниже самооценка, тем чаще подростки избирают механизмы психологической защиты: регрессия, реактивное образование, проекция.

Таким образом, цель, задачи достигнуты. Гипотеза о том, что существует взаимосвязь механизмов психологической защиты и самооценки в подростковом возрасте подтвердилась.