

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

**РОЛЬ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ В  
ФОРМИРОВАНИИ КОМПОНЕНТОВ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ  
ОРИЕНТАЦИЙ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ**  
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 341 группы  
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,  
профиля «Практическая психология образования»,  
психолого-педагогического факультета  
Мешковой Оксаны Юрьевны

Научный руководитель  
зав. кафедрой педагогики и психологии,  
кандидат психологических наук,  
доцент \_\_\_\_\_ О.В. Карина  
(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии  
кандидат психологических наук,  
доцент \_\_\_\_\_ О.В. Карина  
(подпись, дата)

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Поиск смысла жизни длится на протяжении всего жизненного пути человека, при этом он характеризуется динамикой в зависимости от возрастных и личностных особенностей. Сформированность смысложизненных ориентаций обуславливает определение пути дальнейшего развития личности, а также достижения успеха в повседневной жизни, учебной или профессиональной деятельности. Формирование предпосылок и начала развития компонентов смысложизненных ориентаций выпадает на период старшего школьного возраста. В этот период активно происходит становление осознанного мировоззрения, осуществляется переоценка восприятия себя и окружающего мира и т.д. При этом в старшем школьном возрасте свойственная юношеская рефлексия связывает построение смысла жизни с внешними обстоятельствами и чувствами, а значит более подвержено воздействию внешних факторов. Все это в той или иной мере оказывает различное влияние на отношение молодых людей к своей жизни и дальнейшему ее планированию.

Именно поэтому особое значение в процессе поиска смысла жизни играют механизмы психологической защиты. С помощью них молодые люди бессознательно оберегают себя от травмирующих ситуаций, которые могут нанести значительный вред их Я-концепции личности. Но при этом механизмы психологической защиты влияют на искажение восприятия в сознании самого себя, мотивов и причин своего поведения, что затрудняет процесс конструктивного разрешения проблем особенно в старшем школьном возрасте, когда у молодых людей нет достаточного жизненного опыта для этого. То есть, предпочитаемые особенности поведения и эмоционального реагирования в стрессовых ситуациях влияют не только на их разрешение, но и на принятие жизненно важных решений.

Актуальность данной проблемы выражается в том, что благодаря учету особенностей механизмов психологической защиты и компонентов

смыслоразностных ориентаций старших школьников, можно не только способствовать эффективному личностному становлению, но и важными для этого возраста целесообразности и профессиональному самоопределению.

Малоизученность и отсутствие четкого эмпирического обоснования, обуславливает возникновение потребности в эмпирическом изучении проблемы механизмов психологической защиты и компонентов смыслоразностных ориентаций в старшем школьном возрасте.

**Цель исследования:** изучить проблему механизмов психологической защиты и компонентов смыслоразностных ориентаций в старшем школьном возрасте.

**Объект исследования:** компоненты смыслоразностных ориентаций и механизмы психологической защиты.

**Предмет исследования:** роль механизмов психологической защиты в формировании компонентов смыслоразностных ориентаций в старшем школьном возрасте.

**Гипотеза исследования:** механизмы психологической защиты взаимосвязаны с компонентами смыслоразностных ориентаций в старшем школьном возрасте.

**Задачи исследования:**

- Охарактеризовать понятие «механизмы психологической защиты»;
- Теоретически проанализировать проблему формирования компонентов смыслоразностных ориентаций в отечественной и зарубежной психологии;
- Проанализировать современные исследования по проблеме механизмов психологической защиты и компонентов смыслоразностных ориентаций старшеклассников;
- Разработать методологический аппарат исследования;

- Эмпирически выявить проявление компонентов смысложизненных ориентаций и механизмов психологической защиты старших школьников;
- Рассмотреть особенности компонентов смысложизненных ориентаций и механизмов психологической защиты у юношей и девушек старшего школьного возраста;
- Установить роль механизмов психологической защиты в формировании компонентов смысложизненных ориентаций;
- Разработать программу по формированию компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте.

**Методологическая база исследования:** Теоретико-методологической основой исследования стали, сформулированные ведущими отечественными и зарубежными психологами, работы по проблеме механизмов психологической защиты (З. Фрейд, А. Фрейд, Э. Фромм, С. Будасси и др.) и компонентов смысложизненных ориентаций (В. Франкл, А. Адлер, Д.А. Леонтьев, В.С. Мухина и др.).

В соответствии с целью исследования и избранным методологическим подходом комплексно применялись **методы:**

- Метод анализа научных источников.
- Обобщение и интерпретация полученных результатов.
- Обработка данных методами математической статистики с помощью компьютерной программы SPSS 13,0: критерий Хи-квадрат Пирсона, критерий U-Манна Уитни, корреляционный анализ Пирсона.
- Диагностические **методики:** «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Тест уверенности в себе» В.Г. Ромека, «Индекс жизненного стиля» Плутчика-Келлермана-Конте (в адаптации У.Б. Клубова).

**Выборка исследования:** всего в исследовании приняло участие 30 респондентов (16 юношей и 14 девушек) в социальной сети VK, в возрасте от 16 до 17 лет общеобразовательных организаций г. Балашова, Саратовской области.

**Теоретическая значимость работы:** Полученные результаты будут способствовать расширению и систематизации имеющегося научного опыта по проблеме механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте.

**Практическая значимость работы:** Результаты проведенного исследования можно использовать при диагностировании и разработке программ по усовершенствованию образовательного процесса и личностного становления старших школьников с учетом доминирующих механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций.

**Структура работы:** Работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников, приложения.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

**В первой главе** «Теоретический анализ проблемы механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте» раскрываются следующие пункты:

### **1.1 Характеристика механизмов психологической защиты**

Термин «защита» был введен З. Фрейдом в 1894 году, который понимался как ослабление напряжения, обусловленного противоречием между бессознательным и требованиями внешней среды, возникающим в результате социального взаимодействия. Проблема психологической защиты в дальнейшем активно стала рассматриваться зарубежными и отечественными учеными в подходах (динамический, системный, субъектно-деятельностный, интегративный), а также в концепциях и теориях различных школ (школа неофрейдизма, системные и психодинамические школы, отечественная психологическая школа). Исследованием механизмов психологической защиты занимались: А. Фрейд, Э.Фромм, В. Штороо, Ф.В. Басин, Р.М. Грановская, И.Д. Стойков, Э.И. Киришбаум и др.

**1.2 Проблема формирования компонентов смысложизненных ориентаций в отечественной и зарубежной психологии**

Постижение смысла своего существования является существенной проблемой, изучением которой занимались с древних времен. Смысл жизни К. Роджерс рассматривал, как процесс самореализации человека на протяжении всей жизни, конечным результатом которого является становление полноценно функционирующей личности. Г.А. Вайзер отмечал, что старший школьный возраст - это период активного поиска оптимального смысла жизни, основными препятствиями которого являются: недостаточность жизненного опыта и знаний; отсутствие специальной подготовки к выбору смысложизненных и ценностных ориентаций. Также исследованием компонентов смысложизненных ориентаций занимались: А. Маслоу, В. Франкл, А. Адлер, В.Э. Чудновский, В.С. Мухина, И.С. Кон и др.

### **1.3 Анализ современных исследований по проблеме механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте**

В нынешнее время проблема механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте активно исследуется, но малоизученна. Многие авторы занимаются рассмотрением данных понятий по отдельности, подробно описывая особенности их проявления и формирования. Но в процессе становления личности и профессионального самоопределения старших школьников уделяется особое внимание как раз таки развитию компонентов смысложизненных ориентаций и навыков конструктивного использования механизмов психологической защиты. Современными исследователями, занимающимися изучением данной проблематики, являются: Ю.Е. Болотин, Т.Б. Позднякова, С.С Носов, А.А. Филькина, О.В. Карина, Т.Е. Федосеева, М.Н. Дудина, Т.А. Попова и др.

Таким образом, поиск смысла жизни старшеклассников связан с формированием мировоззрения, активной волевой регуляцией, личностных ценностей, а также выработкой смысловых стратегий поведения и взаимоотношения с окружающими. Смысложизненные ориентации в

старшем школьном возрасте активно формируются, но при этом характеризуются неоднородностью и противоречивостью, из-за чего молодые люди при принятии жизненно важных решений, постановке целей и выборе ценностей подвержены влиянию внешних факторов. Именно поэтому в этом процессе особую роль играет умение конструктивно использовать механизмы психологической защиты, которые в свою очередь из-за отсутствия необходимого жизненного опыта старших школьников могут навредить становлению личности.

**Во второй главе «Эмпирическое исследование проблемы механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте»** раскрываются следующие пункты:

### **2.1 Методологический аппарат исследования**

В данном пункте содержится следующая информация: методы исследования, диагностический инструментарий исследования, исследовательская выборка.

### **2.2 Анализ и интерпретация данных**

По методике «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева показатель общей осмысленности жизни респондентов имеет 11% низкий, 52% средний и 37% высокий уровень, что говорит о психологическом благополучии и адаптивности личности старших школьников. Также мы можем отметить, что значимой разницы между показателями шкал нет, т.е. формирование смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте происходит равномерно.

По методике «Тест уверенности в себе» В.Г. Ромека респонденты по шкалам «уверенность в себе» и «социальная смелость» имеют средний уровень (82% и 64%), а по шкале «инициатива» (56%) низкий уровень. Это говорит о том, что старшие школьники обладают умением контролировать свое поведенческое реагирование в сложных ситуациях, а также обладают адекватной оценкой своих способностей. Но при этом, у старших школьников выражена пассивность при построении межличностных

отношений, которая выражается в отсутствии или слабом проявлении инициативы в общении, заинтересованности в социальном взаимодействии.

По методике «Индекс жизненного стиля» Плутчика-Келлермана-Конте (в адаптации У.Б. Клубова) общая напряженность психологических защит респондентов имеет низкий (40%) и средний (58%) уровень. Это говорит об умении старшими школьниками конструктивно использовать механизмы психологической защиты, что позволяет им не только реально воспринимать происходящие события, но и защищать свою психику от воздействия внешних негативных факторов.

С помощью критерия Хи-квадрат Пирсона по методике «Индекс жизненного стиля» Плутчика-Келлермана-Конте (в адаптации У.Б. Клубова), мы установили, что использование психологического механизма замещения не рассматривается молодыми людьми старшего школьного возраста как конструктивный способ защиты от стрессовых событий ( $p=0,042$ ).

С помощью критерия U-Манна Уитни, по методике «Индекс жизненного стиля» Плутчика-Келлермана-Конте (в адаптации У.Б. Клубова) мы установили, что по шкалам «регрессия» ( $U_{\text{эпир.}} = 0,028$ ), «отрицание» ( $U_{\text{эпир.}} = 0,017$ ), «проекция» ( $U_{\text{эпир.}} = 0,003$ ), «гиперкомпенсация» ( $U_{\text{эпир.}} = 0,003$ ), «общее напряжение» ( $U_{\text{эпир.}} = 0,001$ ) у девушек показатели выше, чем у юношей. Это свидетельствует о том, что существуют половые различия в выраженности проявления механизмов психологической защиты и свойственной специфики. Также при рассмотрении особенностей компонентов смысложизненных ориентаций отдельно у юношей и девушек по шкалам методик «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева и «Тест уверенности в себе» В.Г. Ромека. с помощью данного критерия не было выявлено статистически значимой разницы.

С помощью корреляционного анализа Пирсона нами были установлены взаимосвязи между шкалами:

- чем выше преобладает уровень по шкале «замещение», тем ниже уровень по шкале «процесс жизни» ( $r_s = - 0.489$ , при  $p \leq 0,05$ );



- чем выше преобладает уровень по шкале «вытеснение», тем ниже уровень по шкале «результативность жизни» ( $r_s = - 0.570$ , при  $p \leq 0,05$ );
- чем выше преобладает уровень по шкале «вытеснение», тем ниже уровень по шкале «цели в жизни» ( $r_s = - 0.566$ , при  $p \leq 0,05$ );
- чем выше преобладает уровень по шкале «вытеснение», тем ниже уровень по шкале «локус контроля - Я» ( $r_s = - 0.644$ , при  $p \leq 0,01$ );
- чем выше преобладает уровень по шкале «регрессия», тем ниже уровень по шкале «локус контроля - жизнь» ( $r_s = - 0.522$ , при  $p \leq 0,05$ );
- чем выше преобладает уровень по шкале «вытеснение», тем ниже уровень по шкале «общий показатель осмысленности жизни» ( $r_s = - 0.604$ , при  $p \leq 0,01$ );
- чем выше преобладает уровень по шкале «регрессия», тем ниже уровень по шкале «общий показатель осмысленности жизни» ( $r_s = - 0.562$ , при  $p \leq 0,05$ ).

Обобщая полученные данные, можно говорить о том, что в старшем школьном возрасте напряжение психологических защит находится в пределах допустимости, а формирование компонентов смысложизненных ориентаций происходит равномерно.

### **2.3 Программа по формированию компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте «Формирование себя»**

На основе проведенного исследования, нами была разработана программа «Формирование себя», целью которой является формирование компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте. Также в этом пункте содержится следующая информация: задачи программы, этапы, принципы, организационные условия проведения занятий, планируемые результаты и т.д. Программа может быть использована в общеобразовательных организациях педагогами-психологами и классными руководителями для формирования компонентов смысложизненных ориентаций старших школьников.

Таким образом, формирование компонентов смысложизненных ориентацией и выраженность психологических защит в старшем школьном возрасте находятся в показателях нормы. При этом существуют взаимосвязи показателей шкал, что говорит о подтверждении выдвинутой гипотезы исследования. Из этого следует, что старшие школьники находятся в активном поиске смысла жизни, что свидетельствует о размытых границах некоторых компонентов смысложизненных ориентаций («инициатива в социальных контактах»). Также молодые люди обладают умением справляться с возникающими трудностями и сохранять благоприятное эмоциональное состояние, но некоторые механизмы защит при чрезмерном использовании оказывают негативное влияние, как и на общую осмысленность жизни, так и на ее отдельные компоненты.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В современное время формирование компонентов смысложизненных ориентаций и проявление механизмов психологической защиты молодых людей старшего школьного возраста имеют свои особенности. Объединяя идеи Т.Е. Федосеевой, Ю.Е. Болотина, Т.А. Поповой и др., можно прийти к следующему выводу: старшие школьники еще не обладают особо сформированными навыками эмоционального реагирования, поэтому при столкновении с неблагоприятными внешними факторами они становятся подвержены их влиянию. Это в свою очередь влияет не только на становление личности в целом, но и на формирование компонентов смысложизненных ориентаций. То есть поиск смысла жизни непосредственно связан с взаимодействием с социальной средой, которая в данном возрастном периоде может оказывать влияние на определение ценностей, успешность самореализации и профессиональное самоопределение.

В ходе изучения теоретического материала по проблеме механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте были проанализированы работы: З. Фрейда, А.

Фрейд, Э. Фромма, С. Будасси, В. Франкла, А. Адлера, Д.А. Леонтьева, В.С. Мухиной и др. Обобщив идеи, выработанные в рамках рассмотренных подходов, нами было отмечено, что проблема исследования механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций старших школьников в психологической литературе разрабатывается недостаточно. На данном этапе исследователи нашего времени на основе теоретических обоснований специалистов прошлого, проводят исследования и разрабатывают методики, программы, рассматривая данные понятия по отдельности. Но все-таки есть работы, в которых компоненты смысложизненных ориентаций рассматриваются в совокупности с механизмами психологической защиты старшеклассников.

В результате нашего эмпирического исследования механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте было определено:

- Старшие школьники обладают допустимым уровнем общей психологической напряженности защитных механизмов, что говорит об их умении адекватно воспринимать и адаптироваться под постоянно меняющиеся условия жизни. Самым часто используемым механизмом является отрицание, а менее применяемым замещение, т.е. при столкновении с трудными жизненными обстоятельствами молодым людям не свойственно разрешение их путем переноса негативных эмоций на иные доступные факторы, а наоборот они выбирают игнорирование неприемлемой для себя информации. Также половой особенностью использования психологической защиты является то, что юноши склонны к рационализации проблемной ситуации, а девушки к ее проецированию, при этом уровень общего напряжения защит более выражен у представительниц женского пола.

- В старшем школьном возрасте общая осмысленность жизни достаточно сформирована, что свидетельствует об активном процессе поиска жизни. Преобладание компонента локуса контроля – жизни, говорит о том, что старшие школьники убеждены в возможности самостоятельного

контролирования своей жизни, выбора и реализации решений. Но компоненты, затрагивающие социально-психологические характеристики молодых людей, имеют трудности, а именно в сформированности и проявлении инициативы в социальных контактах. Также нами не было выявлено половых различий в формировании компонентов смысложизненных ориентаций старшеклассников.

- Механизмы психологической защиты взаимосвязаны с компонентами смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте. Это выражается в том, что излишнее использование таких защитных механизмов как замещение, вытеснение, регрессия негативно влияют не только на общую осмысленность жизни молодых людей, но и на формирование их отдельных компонентов.

На наш взгляд, это связано с неопределенностью в будущем, которая как раз таки не позволяет молодым людям осознанно и полноценно подходить к своему дальнейшему самоопределению и целеполаганию. Мы считаем, что, необходимо проводить для старшеклассников профилактические беседы и тренинги, направленные на формирование компонентов смысложизненных ориентаций, касаемые социально-психологических характеристик, которые не только позволят научиться конструктивно противостоять стрессогенным факторам, но и акцентировать внимание на своих личностных возможностях и планировании жизненной траектории. На основе результатов исследования нами была разработана профилактическая программа «Формирование себя». Подводя итог, отметим, что цель и задачи достигнуты, выдвинутая в начале исследования гипотеза о взаимосвязи механизмов психологической защиты и компонентов смысложизненных ориентаций в старшем школьном возрасте подтвердилась.