

## **Особенности использования механизмов психологической защиты девушками и юношами с нарушениями зрения**

*Щербич Ю.В.,*

*Дудаль Н.В.*

*Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,  
Республика Беларусь, г. Гомель*

В настоящее время огромную роль играют процессы социализации и интеграции людей с ограниченными возможностями. Это способствует значительному расширению способов личностного развития и реализации потенциала таких людей.

Стремление общества к безбарьерной среде дало возможность для развития инклюзивного образования, которое способствует активному включению человека с особыми потребностями в социум, а также качественному функционированию личности в нем. Однако, чтобы обеспечить эффективность данных процессов, необходимо знать особенности этой категории людей.

Нарушение зрения – психофизическое нарушение, проявляющееся в ограничении зрительного восприятия или его отсутствии, что влияет на весь процесс формирования и развития личности.

В данной работе мы сосредоточили внимание на особенностях функционирования механизмов психологической защиты у девушек и юношей с нарушениями зрения.

Психологическая защита – это система регуляции, служащая устранению или сведению до минимума негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта.

Психологическая защита направлена на сохранение стабильности самооценки личности, ее образа «Я» и образа мира, которая достигается путем устранения из сознания источников конфликтных переживаний [1, с. 157].

Впервые термин «механизм психологической защиты» был использован З. Фрейдом в 1894 году в работе «Защитные нейропсихозы». Автор считал, что психологическая защита – это форма разрешения конфликта между влечениями и социальными требованиями [2, с. 17].

Огромный вклад в разработку проблемы механизмов психологической защиты внесла Анна Фрейд. Она подчеркивала, что для защиты могут использоваться весьма различные виды действий (фантазирование, интеллектуальная деятельность), что защита может

направляться не только против влечений, но и против всего того, что вызывает тревогу (эмоции, требования Сверх-«Я»).

М. Кляйн описывала в качестве простейших видов защиты расщепление объекта, отказ от психической реальности, претензию на всевластие над объектами [3, с. 107].

Стоит подчеркнуть, что общим для всех защитных механизмов является то, что они бессознательны (человек не осознает причины и цели своего защитного поведения), они всегда искажают, фальсифицируют или подменяют реальность.

В настоящее время, известно большое количество защитных механизмов, но самыми изучаемыми являются следующие: отрицание, вытеснение, компенсация, регрессия, проекция, замещение, рационализация и реактивное образование. Отрицание - это механизм отвержения реальности, мыслей, чувств, желаний, потребностей, которые являются болезненными в случае их осознания. Человек ведет себя так, словно проблемы не существует. Прimitивный механизм отрицания в большей мере характерен для детей (если спрятать голову под одеялом, то реальность перестанет существовать). Взрослые часто используют отрицание в случаях кризисных ситуаций (неизлечимая болезнь, потеря близкого человека). Вытеснение - это отстранение и удержание вне сознания определенных психических явлений. Используя механизм компенсации, человек бессознательно пытается преодолеть реальные или воображаемые недостатки. Регрессия – это возврат от уже достигнутой точки психического развития к одной из предыдущих. Используя данную защиту, человек становится инфантильным, может плакать, смеяться, показывать окружающим свою беспомощность в решении проблемной ситуации.

При «запуске» такого защитного механизма, как проекция, субъект приписывает другим людям качества, которые не замечает в себе.

В результате действия реактивного образования, происходит подмена неприемлемых для осознания побуждений, желаний и чувств (особенно сексуальных и агрессивных) путем реализации в поведении прямо противоположной установки (подчеркнутая строгость нравов, нарочитая скромность, чрезмерная забота). Данная защита носит двухступенчатый характер: сначала вытесняется неприемлемое желание, а затем усиливается его антитеза. Рационализация – защитный механизм, посредством которого человек находит причины, оправдывающие его мысли, чувства и поведение в целом, которое на самом деле неприемлемо. Рационализация помогает человеку сохранять самоуважение, избежать ответственности и вины [4, с. 73].

Мы провели исследование по выявлению уровня напряженности механизмов психологической защиты у девушек и юношей с нарушениями зрения, являющихся учащимися средних профессиональных учебных заведений в котором приняли участие 30 испытуемых (15 юношей и 15 девушек) в возрасте от 20 до 25 лет. Для проведения диагностического обследования был использован опросник Плутчика–Келлермана–Конте «Индекс жизненного стиля».

Данный опросник осуществляет диагностику следующих психологических защит: проекция, компенсация, гиперкомпенсация, отрицание, вытеснение, замещение, регрессия и рационализация.

В результате проведенного анализа и обработки данных мы можем говорить о том, что у испытуемых с нарушениями зрения показатели уровня напряженности по 6 из 8 исследуемых механизмов психологической защиты находятся в пределах нормы.

Из этого следует, что такие защиты, как вытеснение, замещение, регрессия, рационализация, отрицание и гиперкомпенсация функционируют нормально, обеспечивая сохранение стабильности самооценки личности, а также целостность ее образа «Я» и образа мира.

При столкновении с конфликтной ситуацией, противоречивыми переживаниями или тревогой, вызванной внутренними импульсами или внешними обстоятельствами, испытуемые вытесняют из сознания негативную информацию, чтобы избавиться от амбивалентных переживаний и внутреннего напряжения, вызванного конфликтной ситуацией. Респонденты могут проявлять более ранние формы поведения (плач, смех), направленные на отреагирование конфликтов извне. В кризисной ситуации девушки и юноши с нарушениями зрения рационализируют свое поведение, чтобы избежать когнитивного диссонанса. Также испытуемые используют такие защиты, как отрицание и вытеснение, что позволяет заменить недостижимую в силу ограниченных возможностей или не соответствующую морально-этическим принципам цель, на более легкую и выполнимую, однако не являющуюся истинной.

В случае, когда у личности нет внутренних или внешних ресурсов для адекватного восприятия и проживания сложной для нее ситуации, срабатывает такой защитный механизм, как отрицание, проявляющийся в отказе признать существование чего-то нежелательного.

Таким образом, исходя из данных, полученных в результате исследования, мы можем сделать вывод, что все выше описанные стратегии поведения у испытуемых функционируют нормально, так как уровень напряженности для них соответствует норме. А это означает, что девушки и юноши с нарушениями зрения не пренебрегают механизмами

психологической защиты, а используют их как стратегии поведения, позволяющие снизить интенсивность негативных переживаний, что помогает сконцентрироваться в трудной для испытуемых ситуации и направить ресурсы на решение возникшей проблемы.

Однако исследование показало, что у респондентов с нарушениями зрения наблюдается довольно высокий уровень напряжения по таким механизмам психологической защиты, как проекция и компенсация.

Девушки и юноши с нарушениями зрения приписывают собственные качества личности окружающим. Например, они могут негативно относиться к себе из-за того, что в силу своих особенностей им сложно полноценно функционировать в социальной среде, при этом негативизм будет проявляться и в отношении к окружающим: «Они не хотят принимать меня таким, какой я есть. Они настроены агрессивно против меня». В этом примере и проявляется проекция.

Высокий уровень напряженности такой защиты, как компенсация, свидетельствует о том, что испытуемые с нарушениями зрения развивают и активно используют свои компенсаторные возможности, чтобы преодолеть отрицательные последствия, связанные с наличием зрительного дефекта.

Однако стоит подчеркнуть, что высокий уровень напряженности по данному показателю служит предупреждением к «запуску» гиперкомпенсации. Данная защита характеризуется тем, что испытуемые будут прилагать чрезмерные усилия для достижения желаемой цели, что может привести к истощению личностных ресурсов и возникновению невротических реакций.

Таким образом, информация, полученная в результате исследования, может быть полезной для педагогов, психологов, преподавателей, а также других участников образовательного процесса. Полученные результаты могут способствовать более эффективному взаимодействию с незрячими и слабовидящими людьми, а также созданию благоприятных условий для их успешной интеграции в социум, так как формирование активной, гармонически развитой личности человека с нарушенным зрением возможно лишь при эффективном включении таких людей в образовательный процесс и полноценную трудовую деятельность.

#### Литература

1. Журбин В.И. Понятие психологической защиты в концепциях З. Фрейда и К. Роджерса / В.И. Журбин // Вопросы психологии. – 2009. – № 4. – С. 14-22.

2. Коверзнева И.А. Психология активности и поведения учебно-методический комплекс / И.А. Ковезнева. – Минск: изд-во МИУ, 2010. – 314 с.

3. Психологический словарь / Под общ. науч. ред. П.С. Гуревича. – М.: Олма Пресс, 2007. – 248 с.

4. Романова Е.С. Механизмы психологической защиты / Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников. – М.: Талант, 1996. – 144 с.

### **Развитие коммуникативно-лидерских качеств у младших подростков посредством танцевально-двигательной терапии и тренинга**

*Элянова Т.Л.,  
Шишкина О.В.*

*Межрегиональный открытый социальный институт,  
Российская Федерация, Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола*

Проблема коммуникации является одной из самых важных и сложных в психологии. Для подростков важно не просто общаться со сверстниками в школе, а занять удовлетворяющее их положение среди одноклассников. Это положение, способное удовлетворить стремление подростка к лидерству, является разным для каждого школьника. В любом случае потребность в определенном положении среди сверстников становится доминирующим мотивом в поведении и учебе, который сказывается на эффективности и результативности процесса обучения. Именно поэтому проблема развития коммуникативно-лидерских качеств у младших школьников представляется актуальной для исследования. Среди исследований по психологии, посвященных проблеме лидерства и коммуникации отметим следующих авторов, чьи труды легли в основу исследования, а именно А.А. Бодалева [2], Н.И. Дереклеевой [4], Р. Чалдини [12] и др. Подростковый возраст, и связанные с ним особенности коммуникативной сферы легли в основу многих современных исследований, которые помогли изучить данную проблему, среди них отметим следующих авторов: Т.З. Адамьянц [1], Л.М. Залунину [5], Т. Лучину [8] и др. Несмотря на многообразие исследований, проблема развития коммуникативно-лидерских качеств у младших подростков в процессе танцевально-двигательной терапии не стала предметом специального исследования.

Целью нашего исследования было изучение особенностей развития коммуникативно-лидерских качеств у младших подростков посредством танцевально-двигательной терапии и тренинга. Объектом исследования