

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-366-8-2>

**MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION AMONG
STUDENTS OF HIGHER EDUCATION IN MODERN REALITIES**

**МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ У ЗДОБУВАЧІВ
ВИЩОЇ ОСВІТИ В СУЧАСНИХ РЕАЛІЯХ**

Anhelska V. Yu.

*Senior Lecturer at the Department
of Disaster Medicine
and Military Medicine
National Pirogov Memorial Medical
University of Vinnytsia
Vinnytsia, Ukraine*

Ангельська В. Ю.

*старша викладачка кафедри
медицини катастроф
та військової медицини
Вінницький національний медичний
університет імені М. І. Пирогова
м. Вінниця, Україна*

Gumeniuk N. I.

*Senior Lecturer at the Department
of Disaster Medicine
and Military Medicine
National Pirogov Memorial Medical
University of Vinnytsia
Vinnytsia, Ukraine*

Гуменюк Н. І.

*старша викладачка кафедри
медицини катастроф
та військової медицини
Вінницький національний медичний
університет імені М. І. Пирогова
м. Вінниця, Україна*

Korolova N. D.

*Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor at the Department
of Disaster Medicine
and Military Medicine
National Pirogov Memorial Medical
University of Vinnytsia
Vinnytsia, Ukraine*

Корольова Н. Д.

*кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри медицини
катастроф та військової медицини
Вінницький національний медичний
університет імені М. І. Пирогова
м. Вінниця, Україна*

У сучасному стані суспільних відносин люди все частіше стикаються зі стресовими ситуаціями. Проблеми та труднощі стають невід'ємною частиною стрімкого життя. Радикальні економічні, соціальні, політичні, військові реформи, що здійснюються в нашій країні, мають великий вплив на психологічний стан суспільства в цілому та окремих людей. Як наслідок, усталені моделі поведінки стрімко руйнуються і поступово формуються нові. У ці часи великих змін та трансформацій особливо важко молоді. Молоде покоління вразливе до існуючої незахищеності та підсилює їхній рівень тривоги,

невпевненості, розчарування, відчаю, що вказує на не завжди успішну соціалізацію у суспільстві. Зростання динамічності, непередбачуваності та складності проблем сучасного суспільства ставить перед психологічною наукою завдання все більш глибокого вивчення адаптивних соціально-психологічних процесів особистості, її поведінки в різних фруструючих і конфліктних ситуаціях [1]. Відомо, що механізми психологічного захисту зменшують або усувають негативні, травмуючі та дистрес- фактори, що впливають на психіку людини, а також оцінює діяльність людини з точки зору самоконтролю, відповідальності, незалежного судження та самоуправління з само-регуляцією. Це свідчить про те, що особливості механізмів психологічного захисту мають важливий вплив на всі аспекти життя молоді, особливо студентів.

Поняття психологічного самозахисту стає все більш конкретизованим і розвиненим. Виокремлюють такі поняття, як фізичний самозахист, психологічний самозахист, правовий, економічний, соціальний, політичний, духовний. Однак загального розуміння механізмів психологічного захисту все ще бракує. У психології виділяють основні напрямки розуміння феномену захисної поведінки: неопсихоаналітичний підхід, диспозиційний підхід та ситуаційний підхід. Українські вчені. В. Родіна (2010), С. Грабовська, М. Єсип (2010), О. Войцеховська, Г. Закалик (2016), вважають, що варто розглядати ще четвертий підхід до дослідження копінгу. С. Хобфолл та М. Селігман називають четвертий підхід «ресурсним підходом». З точки зору психології спілкування, психологічний самозахист – це закономірність міжособистісних відносин, яка виявляється в тому, що людина надає дуже великого значення власній психологічній безпеці та самозахисту від посягань на неї. При цьому людина часто зневажає психологічну безпеку інших [2, с. 11]. Вважається, що Фройд у 1894 році вперше ввів поняття “психологічні захисні механізми”. За Фройдом, захисні механізми є вродженими, спрацьовують в екстремальних ситуаціях і слугують для «пом’якшення внутрішніх конфліктів». Фройд вважав психологічний захист патологічною нормою реагування людини під час екстремальної або ж не типової для неї ситуації. Н.Мак-Вільямс у своїй праці “Психоаналітичний діагноз: розуміння структури особистості в клінічному процесі”, класифікує механізми психологічних захистів на два рівні за мірою їх “примітивності”, тобто залежно від того, наскільки відчутно і сильно їх застосування перешкоджає людині адекватно сприймати реальність [3]. Вона виділяє первинні та вторинні захисні механізми. До первинних

захистів (більш примітивних і небезпечних для особистості) належать такі: заперечення, примітивна ідеалізація, розщеплення Его, проекція, трансформація та соматизація. Вторинні захисти менше спотворюють реальність і характеризуються більшою адаптацією та обов'язковим залученням думки, до них належать: заміщення, уникнення, витіснення, ідентифікація, інтелектуалізація, компенсація або надкомпенсація, моралізація, аутоагресія, раціоналізація, формування реакції, регресія, сублимація та інші [4].

Метою нашого дослідження було емпірично дослідити актуальний психологічний стан, основні типи механізмів психологічного захисту та визначити рівень стресу у студентів-медиків під час навчання в умовах війни. У дослідженні прийняли участь 150 студентів ВНМУ ім. М.І.Пирогова різних курсів. До емпіричних методів належать такі психодіагностичні методики: “Актуальний стан”, “Діагностика типологій психологічного захисту”, “Шкала психологічного стресу (PSM-25)”.

За результатами тесту “Актуальний стан” маємо такі показники за шкалою Ак-АС (активація-деактивація): понад 60% студентів 3–4 курсів показали: готовність діяти, виражене прагнення змінити ситуацію в бажану сторону, готовність долати труднощі. Студенти 1–2 курсів 40% – виражене менш активне ставлення до поточної ситуації. За шкалою У-АС (емоційне збудження): високі показники напруги і нервовості виявили у студентів 1–2 курсів. Студенти 3–4 курсів – стриману поведінку, гарне емоційне саморегулювання. За методикою “Діагностика типологій психологічного захисту (Р.Плутчик в адаптації Л.Вассермана, О.Еришева, С.Клубової та ін.)” отримали такі результати: за показниками “витіснення” – 20% – це виключення (усунення) зі свідомості особистості неприємного мотиву поведінки чи неприємної інформації [5] “інтроєкція” – 15% – це символічна інтерналізація (включення до себе) людини або об'єкта. Дія механізму протилежно проекції, “заперечення” – 20% – людина заперечує певні невдачі, тривожні ситуації або внутрішні імпульси, “компенсація” – 5%, “регресія” – 2%, “заміщення” – 3%, “гіперкомпенсація” – 2%, “раціоналізація” – 33% – виявляється у знеціненні недоступних, але бажаних речей і подоланні ситуацій за допомогою логічних установок та маніпуляцій. “Шкала психологічного стресу (PSM-25)”, показала, що у 20% студентів показники знаходились у діапазоні 155-158 балів, що вказує на високий рівень стресу, про стан дезадаптації та психологічний дискомфорт, 40% здобувачів мають показники у межах 100–140 балів, що характеризується середнім рівнем стресу, та 40%

студентів перебувають у психологічно-адаптованому стані до робочих навантажень.

На основі проведеного нами психологічного дослідження встановлено: що домінуючим типом механізму психологічного захисту у студентів-медиків у 33% є раціоналізація, у 20% – витіснення та заперечення, а також у 15% – інтроєкція. За класифікацією Н. Мак-Вільямс ці механізми психологічного захисту є вторинними, що характеризуються меншим спотворенням реальності та обов'язково у цьому бере участь мислення. Студенти використовують захисні механізми, для заспокоєння, зняття тривоги, захиститися від психологічних травм і зберегти почуття компетентності та самоповаги. 20% студентів мають високий рівень стресу, що дає нам змогу говорити про бажаність застосування методів та способів для зниження нервово-психічної напруги. 60% здобувачів вищої освіти, готові діяти та змінювати ситуацію у кращий бік.

Література:

1. Проскурка Н., Синчук В., Бойченко М., Прояви психологічного захисту креативної особистості студентів технічного напрямку, інтернет ресурс: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/39930>
2. Кирпенко Т. М., Бохонкова Ю.О. Механізми психологічного самозахисту підлітків : монографія. Северодонецьк : вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. 176 с.
3. Тетяна М. Єльчанинова, Тарас В. Жванія, Дар'я В. Бабкіна. Захисні механізми ацентуйованих особистостей. *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Серія : «Психологія»*. С. 62. /<https://doi.org/10.34142/23129387.2020.62.07>
4. Nancy McWilliams Psychoanalytic diagnosis : understanding personality structure in the clinical process 2011 / Nancy McWilliams. 2nd ed
5. Шульдик, Г. О. Механізми психологічних захистів у студентів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. Вип. 2(2). С. 127–131.