

## **ІНДЕКС ЖИТТЄВОГО СТИЛЮ: ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСТІВ ТА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК З РІЗНИМ СІМЕЙНИМ СТАТУСОМ**

Faliova O.Y. Life style index: interconnection of psychological protections and self-actualization of women from the crisis families, divorced women and women from ordinary families / O.Y. Faliova // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufrieva. – Issue 31. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2016. – P. 468–478.

**О.Є. Фальова. Індекс життєвого стилю: взаємозв'язок психологічних захистів та самоактуалізації жінок з різним сімейним статусом.** У статті досліджується актуальна проблема взаємозв'язку психологічних захистів і самоактуалізації жінок із кризових сімей, розлучених жінок і жінок зі звичайних сімей. Зроблено висновок про те, що дослідження механізмів психологічних захистів у контексті самореалізації жінок, які перебувають у кризових станах, тобто питання, пов'язане з функціонуванням жінок у ситуації нервово-психічної напруги, актуальне і значиме. У статті здійснено порівняльний аналіз зв'язків психологічних захистів зі шкалами самоактуалізації в 454 досліджуваних жінок 29-56 років. До складу вибірки ввійшли 224 жінки із кризових сімей, 104 розлучених жінки. Групу порівняння склали 126 жінок зі звичайних сімей.

Аналіз результатів дослідження показав наявність значимих кореляцій психологічних захистів зі шкалами самоактуалізації в досліджуваних групах жінок. Найбільша кількість зв'язків виявлена в групі жінок із кризових сімей. Відсутні значимі взаємозв'язки самоактуалізації з механізмом пригнічення. Кореляції відзначені з усіма шкалами самоактуалізації. Зазначено, що у розлучених жінок переважають зв'язки зі шкалами самоактуалізації механізмів регресія, гіперкомпенсація, заперечення й проекція, однак кількісно таких зв'язків менше, ніж у групі жінок із кризових сімей. Показано, що у розлучених жінок відзначено кореляції всіх психологічних захистів з усіма шкалами самоактуалізації, за винятком шкали прийняття агресії. Встановлено, що найменшу кількість значимих зв'язків виявлено в групі жінок зі звичайних сімей. Причому, зв'язки, відзначені з такими шкалами самоактуалізації, як компетентність у часі, гнучкість поведінки, сензитивність, самоповага, самоприйняття, пізнавальні потреби й креативність.

**Ключові слова:** індекс життєвого стилю, механізми психологічних захистів, особистість, самореалізація, самоактуалізація, негативні життєві обставини, хронічний стрес, жінки з різним сімейним статусом, кризові сім'ї, розлучені жінки.

**Е.Е. Фалёва. Индекс жизненного стиля: взаимосвязь психологических защит и самоактуализации женщин с разным семейным статусом.** В статье исследуется актуальная проблема взаимосвязи психологических защит и самоактуализации женщин из кризисных семей, разведённых женщин и женщин из обычных семей. Сделан вывод о том, что исследование механизмов психологических защит в контексте самореализации женщин, которые находятся в кризисных состояниях, то есть вопрос, связанный с функционированием женщин в ситуации нервно-психического напряжения, актуален и значим. В статье проведён сравнительный анализ связей психологических защит со шкалами самоактуализации у обследованных женщин 29-56 лет общей численностью 454 особы. В состав выборки вошли 224 женщины из кризисных семей, 104 разведённых женщины. Группу сравнения составили 126 женщин из обычных семей.

Анализ результатов исследования показал наличие значимых корреляций психологических защит со шкалами самоактуализации в исследуемых группах женщин. Самое большое количество связей выявлено в группе женщин из кризисных семей. Отсутствуют значимые взаимосвязи самоактуализации с механизмом подавления. Корреляции отмечены со всеми шкалами самоактуализации. Установлено, что у разведённых женщин преобладают связи со шкалами самоактуализации механизмов регрессия, гиперкомпенсация, отрицание и проекция, однако количественно таких связей меньше, чем в группе женщин из кризисных семей. Отмечено, что у разведённых женщин отмеченные корреляции всех психологических защит со всеми шкалами самоактуализации, за исключением шкалы принятия агрессии. Установлено, что наименьшее количество значимых связей выявлено в группе женщин из обычных семей. Причем, связи, отмечены с такими шкалами самоактуализации, как компетентность во времени, гибкость поведения, сензитивность, самоуважение, самопринятие, познавательные потребности и креативность.

**Ключевые слова:** индекс жизненного стиля, механизмы психологических защит, личность, самореализация, самоактуализация, негативные жизненные обстоятельства, хронический стресс, женщины с разным семейным статусом, кризисные семьи, разведённые женщины.

**Актуальність проблеми.** Особливості життя у сучасному суспільстві, які характеризуються нестабільністю соціально-економічної та політичної ситуації, потребують від жінок не тільки адаптуватися, взаємодіяти із середовищем, але й підвищувати свій особистісний потенціал, брати на себе відповідальність за

своє життя й розвиток. В.І. Філіппович, розглядаючи проблему життєстійкості, підкреслював, що розуміння ролі психологічних захистів у сучасних дослідженнях суперечливе: з одного боку, це забезпечення адаптації, з другого – утруднення адаптації в ситуаціях, коли необхідна трансформація колишніх смислових відношень особистості [10].

Життя вимагає від людини адекватного орієнтування, вміння подолати негативні життєві обставини, знаходити конструктивне рішення проблемних ситуацій [7]. Для подолання конфліктів зовнішнього і внутрішнього плану люди вимушені більш інтенсивно використовувати механізми психологічного захисту та відповідні форми захисної поведінки, у тому числі і деструктивні [4]. Тому дослідження механізмів психологічних захистів в контексті самореалізації жінок, які знаходяться в кризових станах, тобто питання, пов'язані з функціонуванням жінок у ситуації нервово-психічної напруги, мають велику актуальність і значимість. Особливо важливим це є тому, що ситуації хронічного стресу, психічної напруги негативно впливають на здоров'я, розбалансовують фізіологію і психіку людини.

**Розробленість проблеми.** Теоретичну основу проведеного дослідження, результати якого проаналізовано в статті, склали уявлення про соціальну ситуацію розвитку, сформульовані та розроблені Л. С. Виготським, Д. Б. Ельконіним, Л. І. Божович та ін., позитивні аспекти функціонування особистості (Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, Е. Шостром, К.-Г. Юнг, Е. Еріксон, В. Франкл, Л. І. Анциферова, Л. О. Коростильова, Д. О. Леонтьєв та ін.), шестикомпонентна концепція психологічного благополуччя К. Ріфф. Дослідженням самореалізації та самоактуалізації особистості в психології присвячені роботи таких учених, як: Л. С. Виготського, О. М. Леонтьєва, С. Л. Рубінштейна, Д. Б. Ельконіна, А. В. Петровського, М. Боднар, Ю. Долинської, Г. Олпорта, А. Маслоу, К. Роджерса, Ф. Перлза, В. Райха, К. Хорні та ін. [8,9].

В. І. Філіппович, досліджуючи сучасні наукові напрямки, що стосуються психологічних захистів, аналізує цілі діяльності захистів: це – блокування інформації у когнітивних процесах [5], збереження стійкості світосприйняття [1] тощо. Дослідник також підкреслює факт, що захисти повинні забезпечувати цілісність Я-структур та емоційне благополуччя, зберігати колишнє смислове відношення до світу [10].

А. О. Тимошкіна вважає, що зняття нервово-психічного напруження досягається шляхом утворення й актуалізації за-

хисної поведінки різного ступеня конструктивності [6]. Однак найбільш конструктивний шлях сприйняття конфлікту – це можливість розв'язання репрезентуємих через нього назрілих протиріч, підвищення якості регуляції та переходу на новий виток розвитку [3]. На вибір способу психологічного реагування впливає рівень самоактуалізації особистості. Високий рівень самоактуалізації особистості виражається у використанні зрілих психологічних захистів [2].

**Мета статті** — провести аналіз та виявити закономірності зв'язків психологічних захистів зі шкалами самоактуалізації жінок з різним сімейним статусом.

**Контингент та методи дослідження.** Для досягнення поставленої мети у 2010 – 2014 рр. було досліджено жінки 454 віком 29-56 років. До вибірки увійшли 224 жінки з кризових сімей, 104 розлучених жінки. Групу порівняння склали 126 жінок зі звичайних сімей. Одержані результати були піддані математико-статистичній обробці за допомогою кореляційного аналізу на базі пакету SPSS-21. Обстеження жінок проводилося за методиками: індекс життєвого стилю (діагностика частоти використання і виразності механізмів психологічного захисту) (R. Plutchik, H. Kellerman, H. Conte, адаптація Л. І. Вассерман, О. Ф. Єришев, Є. Б. Клубова) та самоактуалізаційний тест (САТ) (Ю. Є. Альошина, Л. Я. Гозман, М. В. Загіка, М. В. Кроз).

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Ми провели аналіз значущих взаємозв'язків механізмів психологічних захистів зі шкалами самоактуалізації у групі досліджуваних жінок з кризових сімей. Аналіз показав, що психологічний захист заперечення досліджуваних цієї групи характеризується через зв'язок з такими шкалами самоактуалізації, як: компетентність у часі (0,240,  $p < 0,01$ ), шкала підтримки (0,173,  $p < 0,01$ ), ціннісних орієнтацій (0,200,  $p < 0,01$ ), спонтанності (0,148,  $p < 0,05$ ), самоповаги (0,220,  $p < 0,01$ ) та креативності (0,160,  $p < 0,05$ ). Тобто, такі жінки не сприймають інформацію, яка тривожить і може призвести до конфлікту. Мається на увазі конфлікт, який виникає при появі мотивів, що суперечать основним установкам особистості, або інформація, яка погрожує її самозбереженню, самоповазі або соціальному престижу. І чим більше жінки з кризових сімей заперечують ті аспекти зовнішньої реальності, які очевидні для оточуючих, але не визнаються самою особистістю, тим вищою є здатність жінок цієї групи жити сьогоднішнім, самоактуалізовуватись, бути відносно незалежними у своїх діях, не піддаватися зовнішньому впливу. Такі жінки поділяють цінності, які при-

таманні особистості, що самоактуалізується, можуть спонтанно і безпосередньо виражати свої почуття, цінують свої достоїнства, позитивні риси свого характеру та є творчо спрямованими.

Високий рівень психологічного захисту «регресія» (коли особистість у своїх поведінкових реакціях прагне уникнути тривоги шляхом переходу на більш ранні стадії розвитку лібідо, тобто вирішення суб'єктивно складніших завдань замінює на відносно більш прості та доступні у ситуаціях, що склались) взаємообумовлений компетентністю у часі (-0,242,  $p < 0,01$ ) та самоприйняттям (-0,191,  $p < 0,01$ ). Чим вищий є рівень використання більш простих та звичних поведінкових стереотипів, що збіднює загальний арсенал переваги конфліктних ситуацій, тим нижчим є рівень самоактуалізації та менша здатність жінки жити сьогоднішнім, бачити своє життя цілісним та тим складніше сприймати себе такою, яка є, поза оцінкою своїх достоїнств і недоліків.

Компенсація вважається одним із найбільш конструктивних психологічних захистів, який знижує ризик виникнення конфлікту або його загострення. Наше дослідження жінок з кризових сімей показало, що високий рівень компенсації зменшує показники майже за всіма факторами самоактуалізації: компетентність у часі (-0,238,  $p < 0,01$ ), шкала підтримки (-0,252,  $p < 0,01$ ), ціннісні орієнтації (-0,222,  $p < 0,01$ ), гнучкість поведінки (-0,174,  $p < 0,01$ ), сензитивність (-0,176,  $p < 0,01$ ), самоповага (-0,226,  $p < 0,01$ ), самоприйняття (-0,211,  $p < 0,01$ ), природа людини (-0,223,  $p < 0,01$ ), синергія (-0,195,  $p < 0,01$ ), прийняття агресії (-0,188,  $p < 0,01$ ), контактність (-0,199,  $p < 0,01$ ).

Проекція (вважається деструктивним психологічним захистом) характеризується через зв'язок зі шкалами самоактуалізації: компетентність у часі (-0,199,  $p < 0,01$ ), шкала підтримки (-0,347,  $p < 0,01$ ), ціннісні орієнтації (-0,194,  $p < 0,01$ ), гнучкість поведінки (-0,220,  $p < 0,01$ ), сензитивність (-0,236,  $p < 0,01$ ), спонтанність (-0,147,  $p < 0,01$ ), самоповага (-0,260,  $p < 0,01$ ), самоприйняття (-0,281,  $p < 0,01$ ), природа людини (-0,181,  $p < 0,01$ ), синергія (-0,223,  $p < 0,01$ ), прийняття агресії (-0,227,  $p < 0,01$ ), контактність (-0,230,  $p < 0,01$ ), пізнавальні потреби (-0,362,  $p < 0,01$ ), креативність (-0,165,  $p < 0,05$ ). Таким чином, високий рівень проекції знижує показники всіх шкал самоактуалізації.

Здатність жінок з кризових сімей розряджати подавлені емоції (гніву, ворожості), спрямовуючи їх на об'єкти, які становлять меншу небезпеку або більш доступні, ніж ті, які спричинили негативні емоції та почуття, передбачає низький рівень за шкалою компетентність у часі (-0,231,  $p < 0,01$ ). Високий рівень інтелек-

туалізації або раціоналізації (конструктивний психологічний захист) передбачає низький рівень шкали «природа людини» (-0,148,  $p < 0,05$ ) та «прийняття агресії» (-0,164,  $p < 0,05$ ).

Високий рівень гіперкомпенсації або реактивних утворень у жінок з кризових сімей корелює з низьким рівнем показників шкал самоактуалізації: «компетентність у часі» (-0,139,  $p < 0,05$ ), «шкала підтримки» (-0,188,  $p < 0,01$ ), «ціннісні орієнтації» (-0,259,  $p < 0,01$ ), «гнучкість поведінки» (-0,141,  $p < 0,05$ ), «сензитивність» (-0,258,  $p < 0,01$ ), «спонтанність» (-0,164,  $p < 0,05$ ), самоповага (-0,230,  $p < 0,01$ ), «самоприйняття» (-0,214,  $p < 0,01$ ), «синергія» (-0,179,  $p < 0,01$ ), «прийняття агресії» (-0,206,  $p < 0,01$ ), «пізнавальні потреби» (-0,137,  $p < 0,05$ ), «креативність» (-0,136,  $p < 0,05$ ). Тобто здатність жінок з кризових сімей запобігати вираженню неприємних або неприйнятних для них думок, почуттів чи вчинків шляхом перебільшеного розвитку протилежних прагнень сприяє зменшенню рівня самоактуалізації.

Аналіз значущих взаємозв'язків психологічних захистів зі шкалами самоактуалізації у групі **розлучених жінок** показав, що психологічний захист заперечення корелює з такими шкалами самоактуалізації, як: «шкала підтримки» (0,252,  $p < 0,01$ ), «ціннісні орієнтації» (0,282,  $p < 0,01$ ), «сензитивність» (0,199,  $p < 0,05$ ), «самоповага» (0,312,  $p < 0,01$ ), «природа людини» (0,215,  $p < 0,05$ ), «синергія» (0,274,  $p < 0,01$ ) та «креативність» (0,316,  $p < 0,01$ ).

Аналіз показав, що психологічний захист пригнічення або витіснення досліджуваних жінок цієї групи характеризується через зв'язок з такими шкалами самоактуалізації, як: «ціннісні орієнтації» (-0,283,  $p < 0,01$ ), «самоповага» (-0,312,  $p < 0,01$ ) та «синергія» (-0,261,  $p < 0,01$ ). Тобто, чим вища у розлучених жінок здатність використовувати механізм, за допомогою якого неприйнятні для них імпульси, бажання, думки, почуття, що викликають тривогу, стають несвідомими, тим менше вони поділяють цінності, притаманні особистості, що самоактуалізується, тим менше вони можуть цінувати свої достоїнства та цілісно сприймати світ і людей. При цьому, треба звернути увагу на той факт, що коли людина витісняє сам факт будь-якого непорядного учинку, інтрапсихічний конфлікт зберігається, викликана ним емоційна напруга суб'єктивно сприймається як зовнішньо немотивована тривога. Тому витиснуті потяги можуть проявлятися у невротичних та психофізіологічних симптомах.

Високий рівень психологічного захисту «регресія» взаємообумовлений шкалами: «компетентність у часі» (-0,233,  $p < 0,05$ ),

«шкала підтримки» (-0,211,  $p < 0,05$ ), «ціннісні орієнтації» (-0,258,  $p < 0,01$ ), «гнучкість поведінки» (-0,193,  $p < 0,05$ ), «самоповага» (-0,313,  $p < 0,01$ ), «природа людини» (-0,237,  $p < 0,05$ ), «синергія» (-0,265,  $p < 0,01$ ) та «контактність» (-0,217,  $p < 0,05$ ). Чим вищий є рівень використання більш простих та звичних поведінкових стереотипів, тим нижчим є рівень самоактуалізації за вищезначеними шкалами.

Дослідження розлучених жінок показало, що високий рівень «компенсації» зменшує показники «компетентності у часі» (-0,193,  $p < 0,05$ ), «самоповаги» (-0,226,  $p < 0,05$ ) і «самоприйняття» (-0,197,  $p < 0,05$ ). Проекція характеризується через зв'язок зі шкалами самоактуалізації: «підтримка» (-0,257,  $p < 0,01$ ), «ціннісні орієнтації» (-0,231,  $p < 0,05$ ), «спонтанність» (-0,206,  $p < 0,05$ ), «самоповага» (-0,265,  $p < 0,01$ ), «контактність» (-0,219,  $p < 0,05$ ) та «креативність» (-0,292,  $p < 0,01$ ). Таким чином, високий рівень проекції знижує показники вищезначених шкал самоактуалізації.

Здатність жінок з кризових сімей розряджати подавлені емоції (гніву, ворожості), спрямовуючи їх на об'єкти, які становлять меншу небезпеку або більш доступні, ніж ті, які спричинили негативні емоції та почуття (механізм заміщення), передбачає низький рівень за шкалами «самоповаги» (-0,201,  $p < 0,05$ ) та «синергії» (-0,193,  $p < 0,05$ ). Високий рівень «інтелектуалізації» або «раціоналізації» передбачає високий рівень «шкали контактності» (0,213,  $p < 0,05$ ).

Високий рівень «гіперкомпенсації» або «реактивних утворень» у розлучених жінок корелює з низьким рівнем показників шкал самоактуалізації: «підтримка» (-0,278,  $p < 0,01$ ), «ціннісні орієнтації» (-0,235,  $p < 0,05$ ), «спонтанність» (-0,222,  $p < 0,05$ ), самоповага (-0,288,  $p < 0,01$ ), «синергія» (-0,204,  $p < 0,05$ ), «контактність» (-0,210,  $p < 0,05$ ) і «пізнавальні потреби» (-0,214,  $p < 0,05$ ). Тобто здатність розлучених жінок запобігати вираженню неприємних або неприйнятних для них думок, почуттів чи учинків шляхом перебільшеного розвитку протилежних прагнень зменшує рівень самоактуалізації.

Аналіз значущих взаємозв'язків психологічних захистів зі шкалами самоактуалізації в групі жінок зі звичайних сімей показав, що психологічний захист заперечення досліджуваних цієї групи характеризується через зв'язок з такими шкалами самоактуалізації, як: «компетентність у часі» (0,298,  $p < 0,01$ ), «гнучкість поведінки» (0,213,  $p < 0,05$ ) та «самоповага» (0,213,  $p < 0,05$ ).

Високий рівень психологічного захисту «регресія» взаємообумовлений «компетентністю у часі» (-0,252,  $p < 0,01$ ), «самоповагою» (-0,188,  $p < 0,05$ ) та «самоприйняттям» (-0,195,  $p < 0,05$ ). Чим вищим є рівень використання більш простих та звичних поведінкових стереотипів, тим нижчим є рівень самоактуалізації у жінок зі звичайних сімей, менша їй здатність жити сьогоднішнім, та тим складніше їй цінувати свої достоїнства та сприймати себе такою, яка є, поза оцінкою своїх достоїнств і недоліків.

Дослідження жінок зі звичайних сімей показало, що високий рівень компенсації зменшує показники «компетентності у часі» (-0,282,  $p < 0,01$ ), «гнучкості поведінки» (-0,231,  $p < 0,01$ ) та «самоприйняття» (-0,308,  $p < 0,01$ ). Проекція характеризується через зв'язок зі шкалами самоактуалізації: «сензитивність» (-0,196,  $p < 0,05$ ), «самоприйняття» (-0,215,  $p < 0,05$ ), «пізнавальні потреби» (-0,185,  $p < 0,05$ ) та «креативність» (-0,194,  $p < 0,05$ ). Тобто, високий рівень проекції знижує показники розглянутих шкал самоактуалізації.

Здатність жінок зі звичайних сімей використовувати механізм заміщення передбачає низький рівень за шкалами: «компетентність у часі» (-0,250,  $p < 0,01$ ) та «гнучкість поведінки» (-0,192,  $p < 0,05$ ). Високий рівень «інтелектуалізації» або «раціоналізації» передбачає низький рівень «креативності» (-0,211,  $p < 0,05$ ).

Високий рівень «гіперкомпенсації» або «реактивних утворень» у жінок зі звичайних сімей корелює з низьким рівнем «сензитивності» (-0,184,  $p < 0,05$ ) та «креативності» (-0,202,  $p < 0,05$ ). Тобто запобігання вираженню неприємних або неприйнятних думок, почуттів чи учинків шляхом перебільшеного розвитку протилежних прагнень жінками зі звичайних сімей сприяє зменшенню їх здатності розуміти свої потреби, почуття, рефлексувати їх та зменшує творчу направленість особистості.

**Висновки.** Аналіз результатів дослідження показав наявність значущих кореляцій психологічних захистів зі шкалами самоактуалізації у досліджуваних групах жінок. Найбільша кількість зв'язків виявлена в групі жінок з кризисних сімей. У цій групі жінок переважають зв'язки таких механізмів захисту, як «проекція», «гіперкомпенсація», «компенсація» майже зі всіма шкалами самоактуалізації та у меншій мірі – заперечення. Відсутні значущі взаємозв'язки з самоактуалізацією механізму пригнічення. Кореляції відзначені за всіма шкалами самоактуалізації.

У розлучених жінок переважають зв'язки зі шкалами самоактуалізації механізмів «регресія», «гіперкомпенсація», «за-



перечення та проекція», однак кількісно таких зв'язків менше, ніж у групі жінок з кризових сімей. У розлучених жінок відзначені кореляції всіх психологічних захистів зі всіма шкалами самоактуалізації, за винятком шкали прийняття агресії.

Найменша кількість значущих зв'язків виявлена у групі жінок зі звичайних сімей. У жінок цієї групи не виявлені кореляції самоактуалізації з механізмом «пригнічення», так само, як у групі жінок з кризових сімей. Найбільш характерними для цієї групи жінок є зв'язки самоактуалізації з психологічним захистом «проекція», у меншій мірі з механізмами «заперечення», регресії, компенсації. Причому, зв'язки відзначені за такими шкалами самоактуалізації, як «компетентність у часі», «гнучкість поведінки», «сензитивність», «самоповага», «самоприйняття», «пізнавальні потреби» та «креативність».

#### **Список використаних джерел**

1. Богданова М.В. Особенности психологических защит при психосоматических расстройствах (на примере длительно и часто болеющих): автореф. дис... канд психол. наук : 19.00.04 / М.В. Богданова. – Тюмень, 2005. – 30 с.
2. Грановская Р.М. Защита личности: психологические механизмы / Р.М. Грановская, И.М. Никольская. – СПб. : Знание, 1999. – 352 с.
3. Киршбаум Э.И. Психологическая защита состояния / Э.И. Киршбаум, А.И. Еремеева. – М. : Смысл, 2000. – 181 с.
4. Романова Е.С. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика / Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников. – Мытищи: Талант, 1996. – 144 с.
5. Ташлыков В.А. Психологическая защиты у больных с невротами и психосоматическими расстройствами / В.А. Ташлыков. – СПб. : Ин-т усовершенствования врачей, 1992. – 163 с.
6. Тимошкина А.А. Эмоциональная напряженность студента вуза как фактор активизации психологической защиты и самоактуализации: автореф. дис... канд. психол. наук : 19.00.07 / А.А. Тимошкина. – Ярославль, 2013. – 16 с.
7. Фальова О.Є. Причини та наслідки кризисних станів жінок / О.Є. Фальова; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України // Психологічні перспективи. – Луцьк, 2015. – Вип. 25. – С. 240–256.

8. Фальова О.Є. Проблема самореалізації особистості жінки в закордонній психології / О.Є. Фальова // Вісник ХНПУ. Психологія. – Х.: ХНПУ, 2011. – Вип. 43. Ч.1. – С. 192–199.
9. Фальова О.Є. Самореалізація особистості жінки в концепціях вітчизняної психології / О.Є. Фальова, М.В. Маркова// ХНУ імені В.Н.Каразіна. – Х.: ХНУ, 2012. – № 985. – С. 26–30.
10. Филиппович В.И. Взаимосвязь жизнестойкости и психологических защит при пограничных психических расстройствах и в норме / В.И.Филиппович // Вестник Кемеровского государственного университета. – Вып. 4 (60). – Т. 1. – 2014. – С. 135–139.

### Spysok vykorystanyh dzherel

1. Bogdanova M. V. Features of psychological protection at psychosomatic frustration (on an example it is long and often ill): автореф. уєв ... edging психол. sciences: 19.00.04 / Bogdanova M. V. – Tyumen, 2005. – 30 p.
2. Granovskaya, P.M. Protection of the personality: psychological mechanisms / P.M. Granovskaya, I.M. Nikolskaya. – SPb.: Knowledge, 1999. – 352 pages.
3. Kirshbaum E.I. Psikhologicheskaya protection of state / E.I. Kirshbaum, A.I. Yeremeyeva. – M.: Sense, 2000. – 181 s.
4. Romanova E.S. Mechanisms of psychological protection: genesis, functioning, Diagnostics / E.S. Romanova, L.R. Grebennikov. – Mytishi: Talent, 1996. – 144 pages.
5. Tashlykov V.A. Psikhologicheskaya of protection at patients with neuroses and psychosomatic frustration / V.A. Tashlykov. – SPb: Ying t of improvement of doctors, 1992. – 163 pages.
6. Timoshkina A.A. Emotional intensity of the student of higher education institution as factor of activization of psychological protection and self-updating: автореф. уєв ... edging. психол. sciences: 19.00.07. – Yaroslavl, 2013. – 16 pages.
7. Fal'ova O.Je. Prychyny ta naslidky kryzysnyh staniv zhinok / O.Je. Fal'ova; Shidnojevropejs'kyj nacional'nyj universytet imeni Lesi Ukrai'ny, Instytut social'noi' ta politychnoi' psykhologii' NAPN Ukrai'ny // Psykholoichni perspektyvy. – Luc'k, 2015. Vyp. 25. – S. 240–256.
8. Fal'ova O.Je. Problema samorealizacii' osobystosti zhinky v zakordonnij psykhologii' / O.Je. Fal'ova // Visnyk HNPU. Psykhologija. – H.: HNPU, 2011. – Vyp. 43. Ch.1. – S. 192–199.

9. Fal'ova O. Je. Samorealizacija osobystosti zhinky v koncepcijah vitchyznjanoi' psihologii' / O. Je. Fal'ova, M. V. Markova // HNU imeni V. N. Karazina. – H.: HNU, 2012. – № 985. – S. 26–30.
10. Filippovich V. I. Vzaimosvyaz of resilience and psychological protection at boundary mental disorders and in norm / V. I. Filippovich // the Bulletin of the Kemerovo state university. – Vyp. 4 (60). – T. 1. – 2014. – P. 135–139.

**O.Y. Faliova. Life style index: interconnection of psychological protections and self-actualization of women from the crisis families, divorced women and women from ordinary families.** Actual problem of interconnection of psychological protections and self-actualization of women from the crisis families, divorced women and women from ordinary families is studied in this article. It is made a conclusion that research of psychological protections mechanisms in a context of women self-realization, who are at the crisis states, i.e. the question connected with women activity at the situation of mentally-psychological stress, is actual and meaningful. The comparative analysis of psychological protection connections with scales of self-actualization of studied women at the age of 29-56 years and total quantity of 454 persons is shown in the article. The excerption includes 224 women from the crisis families, and 104 divorced women. The group of comparison consists of 126 women from ordinary families.

The analysis of studying showed the existence of meaningful correlations between psychological protections and scales of self-actualization in studied groups of women. The largest quantity of connections was defined at the group of women from the crisis families. The significant interconnections of self-actualization with suppression mechanism are absent. The correlations are noticed with all scales of self-actualization. It is noticed that connections with scales of self-actualization of regression mechanisms, hyper compensation, negation and projection are prevailing at the group of divorced women but quantity of such connections is less than at the group of women from the crisis families. It is shown that divorced women have correlations of all psychological protections with all scales of self-actualization, excepting the scale of aggression acceptance. The least quantity of meaningful connections was established to be revealed at the group of women from ordinary families. However, the connections were noticed with such scales of self-actualization as competence in time, behavioural flexibility, sensitiveness, self-respect, self-acceptance, cognitive needs and creativity.

**Key words:** life style index, mechanisms of psychological protections, personality, self-realization, self-actualization, negative life circumstances, chronic stress, crisis families, divorced women.

*Received December 04, 2015*

*Revised December 21, 2015*

*Accepted January 07, 2016*