

психологічного супроводу, оскільки успішність подальшого навчання насамперед залежить не стільки від ознак обдарованості, скільки від здатності до вольової регуляції поведінки в тому числі в навчальній діяльності.

Висновки. Отже, реалізована впродовж 4 років програма становлення вольової регуляції поведінки молодших школярів є дієвою. Навчившись самостійно думати й робити логічні умовисновки на прикладі казкових сюжетів, діти вчать зважено діяти в реальному світі, розуміючи, що завжди за ними залишається право вибору. Важливим елементом, який підтверджує цю життєву філософію, є арт-терапевтичні вправи.

Перспективи подальшого вивчення особливостей вольової регуляції поведінки молодших школярів убачаємо у випробу-

ванні комплексних методів її дослідження та апробації інших засобів становлення з урахуванням вікових особливостей дітей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб. : Речь, 2007. – 176 с.
2. Киселева М.Б. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми / М.Б. Киселева – СПб. : Речь, 2006. – 160 с.
3. Психология нашей жизни // Психологические механизмы влияния сказки на развитие ребенка [Электронный ресурс]. – Режим доступа : URL : <http://lifepsycho.ru/302-psixologicheskie-mexanizmy-vliyaniya-skazki-na.html>.
4. Чех Е.В. Я сегодня злюсь. Расскази мне сказку / Е.В. Чех. – СПб. : Речь, 2009. – 144 с.

УДК 159.923.2-057.87:37.015.3

ТРАНСФОРМАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ Й АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА

Резнікова О.А., к. психол. н.,
доцент кафедри психології

Донбаський державний педагогічний університет

У статті подано результати дослідження динаміко-змістових характеристик механізмів психологічного захисту й адаптаційного потенціалу студента як способу особистісної регуляції адаптаційних процесів.

Ключові слова: механізми психологічного захисту, адаптаційний потенціал, адаптаційна трансформація, особистість.

В статье представлены результаты исследования динамико-содержательных характеристик механизмов психологической защиты и адаптационного потенциала студента в качестве способов личностной регуляции адаптационных процессов.

Ключевые слова: механизмы психологической защиты, адаптационный потенциал, адаптационная трансформация, личность

Reznikova O.A. TRANSFORMATION OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION AND ADAPTIVE POTENTIAL OF INDIVIDUAL OF STUDENT

The article presents the results of the research of the dynamic-essential characteristics of the mechanisms of psychological protection and the adaptive potential of the student as means of the ways of the individual regulation of the adaptive process.

Key words: mechanisms of psychological protection, adaptive potential, adaptive transformation, individual.

Постановка проблеми. Особливості адаптаційної ситуації особистості в період навчання у ВНЗ визначаються збігом або накладанням один на одного в цей період двох типів стресових впливів, пов'язаних із особливостями і проблемами юнацького віку й зумовлених обставинами життя та соціального становища студентства.

На етапі відмови від старих форм відносин із середовищем як невідповідних, не-

припустимих, а також за відсутності нових програм, необхідних для зміни умов життя, гостро відчувається потреба в захисній ролі адаптаційної поведінки. Тому саме студентський період можна розглядати як такий, що висуває підвищені вимоги до психологічного захисту особистості, а проблему психологічного захисту студентства зарахувати до найбільш актуальних проблем вищої школи.



Ступінь розробленості проблеми. Категорія психологічного захисту особистості в психологічній науці має тривалу історію накопичення емпіричного матеріалу та формування теоретичного апарату. Складно визначити сучасну галузь психологічного знання, де б не ставилася проблема несвідомого регулювання адаптаційної активності особистості, її протистояння впливам скрутних життєвих умов. Складність об'єкта досліджень, недостатність психодіагностичного інструментарію, різноманітність методологічних підходів об'єктивно вплинули на хід розробки системної концепції психологічного захисту особистості. У психологічній науці накопичений багатий теоретичний та емпіричний матеріал, що відображає різноманітні концепції психологічного захисту, який ілюструє суперечливість цього феномена (Ф.В. Бассін, Ф.Ю. Василюк, Р.М. Грановська, Л.Р. Гребенніков, Б.В. Зейгарник, А.А. Налчаджян, Є.С. Романова, В.С. Ротенберг, І.Д. Стоїков, Т.С. Яценко та ін.).

У сучасних дослідженнях розглядаються різні аспекти окресленого феномена: рівні психологічного захисту, ступінь зрілості і примітивності окремих його видів, активність і пасивність, хронологія розвитку в онтогенезі, зв'язок із особистісними особливостями. У центрі більшості досліджень знаходяться особливості суб'єкта захисту, види захисних механізмів, що реалізуються, і порівняння захисної активності різних груп випробовуваних. Разом із тим аналіз структурних і динамічних особливостей психологічного захисту, його ролі в процесі розвитку особистості поданий обмеженою кількістю робіт.

Аналіз теоретичних робіт А. Фрейд, Р. Плутчика, С. Мадді, Р.М. Грановської, Л.І. Анциферової, Ф.В. Басіна й результатів емпіричних досліджень Т.В. Тулуп'євої, Л.Р. Гребеннікова, Є.Л. Доценка показує, що психологічний захист потрібно розглядати як реакцію цілісної особистості, а не окремих її структур, властивостей, рис. Формування повноцінної системи психологічного захисту відбувається в процесі індивідуального розвитку, навчання й виховання. Система психологічного захисту має багаторівневий характер і представлена індивідуальним репертуаром захисних механізмів і захисної поведінки. Вибір тієї чи іншої стратегії психологічного захисту особистості здійснюється завдяки притаманній особистості регуляторній здатності. Саме регуляторна здатність забезпечує особистості конструктивне протистояння агресивному середовищу, захист себе, своєї цілісності, своєї внутрішньої свободи та досягнення необхідної адаптованості.

Уявлення про особистісну регуляцію ґрунтується на теоретичних концепціях психічного регулювання, розроблених у вітчизняній психології. Фундаментальні дослідження насамперед І.М. Сеченова, М.О. Бернштейна та П.К. Анохіна дали психологам найбільш узагальнену теоретичну схему психічної регуляції цілеспрямованої поведінки, цілком придатну для розв'язання проблем адаптації. Ключові моменти особистісної регуляції – це усвідомлене розуміння й набуття власних потенційних можливостей, а також довільний вибір шляху самореалізації, прийняття відповідальності за зроблений вибір. Без цього є недоступною активність у розкритті психічних, психофізіологічних можливостей і в досягненні соціально або особисто значущих цілей, життєвих перспектив і загальнолюдських цінностей.

Орієнтація на регуляторну активність особистості дає змогу визнати, що людина не просто відчуває вплив зовнішнього середовища й реагує на нього певним чином, прагнучи відповідати висунутим вимогам, а взаємодіє з усією навколишньою реальністю, довільно змінюючи ступінь свободи й діапазон реалізації власного адаптаційного потенціалу. (В.М. Аллахвердов, Б.Г. Ананьєв, В.Д. Балін, Л.М. Веккер, Д.О. Леонтьєв, В.Ф. Петренко, С.Л. Рубінштейн).

Сьогодні особистісний адаптаційний потенціал прийнято розглядати як системну властивість особистості, що зумовлює межі її адаптаційних можливостей і характер проходження адаптації особистості у відповідь на вплив тих чи інших факторів та умов середовища (А.М. Богомолів, В.О. Бодров, Н.Л. Коновалова, Д.О. Леонтьєв, А.Г. Маклаков, А.А. Налчаджян, С.Т. Посохова, А.О. Реан). Особливості індивідуального потенціалу, опосередковуючи вплив факторів адаптогенного контексту, визначають напрям, зміст та інтенсивність адаптаційної відповіді особистості. Складниками адаптаційного потенціалу є різнорівневі властивості та якості особистості, об'єднані внутрішньо- й міжфункціональними зв'язками в процесі організації адаптаційної відповіді. Діапазон варіативності цих зв'язків є характеристикою адаптаційного потенціалу особистості.

Мета статті полягає у визначенні динаміко-змістових характеристик механізмів психологічного захисту й адаптаційного потенціалу студента як способу особистісної регуляції адаптаційних процесів.

Виклад основного матеріалу. Вибірку склали студенти 1, 2, 3, 4, 5 курсів психологічного факультету й факультету дошкільної педагогіки та психології Донбаського дер-

жавного педагогічного університету у віці від 18 до 25 років. Усього в дослідженні брали участь 400 студентів.

З метою дослідження несвідомої адаптивної активності особистості студента використано тест-опитувальник механізмів психологічного захисту («Індекс життєвого стилю»), розроблений Р. Плутчиком разом із Г. Келлерманом і Х.Р. Контом, адаптований Л.П. Гребенніковим. З метою дослідження особистісного адаптаційного потенціалу (ОАП) використаний багатofакторний особистісний опитувальник (БОП) «Адаптивність» А.Г. Маклакова в адаптації С.В. Чермяніна.

Вивчення динамічних характеристик психологічного захисту та адаптаційного потенціалу студентів проводилося на основі аналізу змін середніх значень відповідних показників із першого до п'ятого курсу навчання у ВНЗ. Під час аналізу даних нами враховуються як статистично вірогідні зміни, так і мікрозрушення в показниках.

Результати дослідження динамічних характеристик несвідомої активності особистості студента свідчать, що показники механізмів захисту знаходяться в межах достатньої вираженості (заперечення, витіснення, проєкція, заміщення, реактивне утворення) і високого ступеня вираженості (регресія, компенсація) на всіх п'яти курсах навчання. Інтелектуалізація займає середню позицію, проходить через точку 50 процентилів. При цьому вираженість показників механізмів захисту змінюється залежно від курсу навчання.

Очевидні деякі загальні закономірності в динаміці механізмів психологічного захисту з першого до п'ятого курсу.

Установлено, що до другого курсу динаміка більшої кількості захисних механізмів (проєкція, заміщення, заперечення, витіснення, регресія, компенсація, показник ІНЗ) характеризується збільшенням інтенсивності. При цьому статистична вірогідність збільшення подана в механізмі проєкції ($t=-2,37$; $p=0,01$) і показника ІНЗ ($t=-2,11$; $p=0,03$). Динаміка механізмів інтелектуалізації та реактивного утворення, навпаки, виявляє зниження інтенсивності до другого курсу. Загалом інтенсивність механізмів захисту на другому курсі є найвищою.

Характер змін інтенсивності механізмів з другого до третього курсу також є достатньо однозначним. Усі механізми виявляють тенденцію до зниження інтенсивності (заперечення, витіснення, компенсація, проєкція, заміщення, реактивне утворення, регресія, показник ІНЗ). Механізм інтелектуалізації зберігає константність своїх значень із другого до четвертого курсу.

Статистично значущих змін не виявлено. Загалом на третьому курсі зберігається висока інтенсивність механізмів захисту.

Тенденція до зниження інтенсивності з третього до четвертого курсу зберігається й навіть посилюється в таких механізми, як витіснення, регресія, проєкція, заміщення, реактивне утворення, показник ІНЗ. Статистично значущих змін у показниках механізмів захисту між третім і четвертим курсами не виявлено, але розкривається статистична вірогідність зниження інтенсивності на четвертому курсі щодо показників другого курсу таких механізмів, як проєкція ($t=2,62$; $p=0,01$), регресія ($t=2,12$; $p=0,03$), заміщення ($t=4,14$; $p=0,00007$), показника ІНЗ ($t=3,7$; $p=0,0003$). Це дає змогу зробити висновок, що зниження інтенсивності механізмів захисту охоплює період із другого до четвертого курсу. Не спостерігається ця тенденція в механізми заперечення й компенсації, які збільшують інтенсивність до четвертого курсу порівняно з третім курсом, хоча при цьому не перевищують значення показників другого курсу.

Характер змін механізмів захисту (витіснення, регресія, проєкція, заміщення, інтелектуалізація, реактивне утворення, показник ІНЗ) із четвертого до п'ятого курсу має тенденцію до збільшення. Статистична вірогідність збільшення виявлена в механізми витіснення ($t=-3,44$; $p=0,0009$), заміщення ($t=-2,8$; $p=0,006$), показника ІНЗ ($t=-2,23$; $p=0,03$). Причому збільшення витіснення на п'ятому курсі статистично достовірно стосовно його значення на першому ($t=-3,67$; $p=0,0004$) і третьому ($t=-2,65$; $p=0,009$) курсах. Механізми заперечення й компенсація не вписуються в цю схему та демонструють тенденцію до зниження інтенсивності на п'ятому курсі. При цьому їх значення не досягають значень першого курсу.

На основі аналізу середніх значень механізмів психологічного захисту можна зробити такі висновки:

- ступінь вираження механізмів психологічного захисту свідчить про досить високий рівень неусвідомленої адаптаційної активності особистості в період навчання у ВНЗ;

- динамічні характеристики механізмів психологічного захисту мають тісний зв'язок з етапами адаптаційного процесу. Високий рівень інтенсивності захистів на другому та п'ятому курсах може розглядатися як показник піків напруження адаптаційних процесів, а зниження напруження захистів на третьому й четвертому курсах – як показник стабілізації процесу адаптації;

- відмінності в динамічних характеристиках механізмів захисту студентів ви-



являються в різноманітному співвідношенні спадів і підйомів їх інтенсивності з етапами адаптаційного процесу. Схожі динамічні характеристики демонструють механізми заперечення й компенсації, механізми витіснення, регресії, проєкції, заміщення, механізми реактивного утворення, інтелектуалізації;

– найбільш значні зміни в композиційній структурі захисних механізмів спостерігаються на четвертому та п'ятому курсах.

Результати дослідження динамічних характеристик особистісного адаптаційного потенціалу студентів свідчать, що загальний показник особистісного адаптаційного потенціалу знаходиться в межах низького рівня вираження на другому і третьому курсах (1–2 стена); перший, четвертий і п'ятий курси навчання характеризуються тенденцією до середнього рівня значень інтегрального показника. Показники нервово-психічної стійкості протягом усіх курсів навчання демонструють середній рівень вираження (3–4 стена), за винятком другого курсу, де його значення знижені. Показники комунікативного потенціалу й моральної нормативності знаходяться в межах середнього рівня вираження протягом усіх курсів навчання й виявляють тенденцію до високого рівня (5–10 стенив) на першому, четвертому та п'ятому курсах.

Важливо підкреслити, що успішність процесу адаптації визначається не абсолютною величиною потенціалу, а відносною. Відносність величини особистісного адаптаційного потенціалу може розглядатися як механізм формування ресурсів, індивідуальний стиль їх витрачання, відновлення і взаємозбагачення, можливість компенсації ресурсів, яких не вистачає, гнучкості їх використання в межах деяких границь потенціалу. Через це навіть при низьких адаптаційних ресурсах окремо характер їх об'єднання в потенціал за певних внутрішніх і зовнішніх умов може призвести до високої ефективності адаптації [1].

Аналіз структури адаптаційного потенціалу особистості передбачає співвідношення його компонентів із завданнями, що виникають у міру реалізації адекватної відповіді на різноманітних етапах розгортання власне процесу адаптації в часі.

Ми вважаємо, що на першому курсі адаптаційний потенціал забезпечує завдання орієнтування у змінних умовах, антиципації можливих результатів. При цьому інтенсивність його використання мінімальна, про що свідчать його показники, рівень яких є найвищим за весь період навчання у ВНЗ.

На другому курсі адаптаційний потенціал «витримує» адаптаційне навантаження

з метою збереження цілісності та стійкості особистості. Ця функція реалізується за рахунок активності ресурсів його фізіологічного і психологічного рівнів. Психофізіологічні особливості, у тому числі й нервово-психічна стійкість, зумовлюють енергетичні та динамічні діапазони реагування. Психологічний рівень представлений здібностями й навичками адаптаційної поведінки особистості (сформовані адаптаційні схеми і програми, принципи побудови контакту з оточуючими). Факт витрат указаних ресурсів підтверджується статистичною вірогідністю зниження значень показників нервово-психічної стійкості ($t=2,20$; $p=0,03$), комунікативного потенціалу ($t=2,22$; $p=0,03$) та інтегрального показника потенціалу ($t=2,11$; $p=0,03$) на другому курсі.

На третьому курсі функція адаптаційного потенціалу полягає в мобілізації ресурсів. Очевидно, цей процес не обмежується наявністю актуальних можливостей і досягнень особистості, а також включає латентні властивості, що формуються та виявляються. Цей процес виражається в певному збільшенні значень показників фізіологічного та психологічного рівнів. Однак співвідношення всіх структурних компонентів потенціалу загалом демонструє «консервацію» значень його інтегрального показника.

До четвертого й п'ятого курсів адаптаційний потенціал забезпечує «готовність» особистості до ускладнення адаптаційних завдань, перетворення структури та властивостей адаптаційної відповіді для забезпечення гармонійних відносин із середовищем, оптимізації психофізіологічної вартості адаптаційних перебудов та успішної реалізації поставлених цілей. При цьому психологічний рівень демонструє тенденцію до поступового відновлення ресурсів із третього до п'ятого курсу; відновлення психофізіологічного рівня до п'ятого курсу здійснюється через певний спад значень на четвертому курсі. Установлено статистично вірогідне підвищення показника нервово-психічної стійкості на п'ятому курсі щодо показників другого курсу ($t=-2,04$; $p=0,04$).

Виявлення динамічних властивостей стійкості соціального рівня адаптаційного потенціалу протягом усіх курсів може знайти своє пояснення в психологічній сутності цього показника. Моральна нормативність як особистісний рівень адаптаційного потенціалу є найбагатшою за складом, якістю й різноманітністю ресурсів. Саме на особистісному рівні подані способи та механізми управління ресурсами відповідно до намірів, цілей і цінностей особистості, що реалізуються.

На основі аналізу середніх значень змінних можна зробити такі висновки:

- трансформації особистісного адаптаційного потенціалу підпорядковуються циклічним закономірностям, що виражаються в чергуванні фаз витрат і поповнень;

- витрати адаптаційних ресурсів пов'язані з адаптаційним напруженням на другому і третьому курсах;

- підвищення загального показника особистісного адаптаційного потенціалу на четвертому та п'ятому курсах свідчать про загальну тенденцію до успішності адаптації;

- найбільш різкий характер змін спостерігається в показниках нервово-психічної стійкості, тобто фізіологічного рівня особистісного адаптаційного потенціалу;

- стабільність особистісного рівня адаптаційного потенціалу (моральну нормативність) можна розглядати як ресурсний резерв, здатний забезпечувати широке коло компенсацій в умовах напруження потенціалу.

Результати кореляційного аналізу показали співвідносність і взаємозв'язок показників механізмів психологічного захисту й показників особистісного адаптаційного потенціалу з першого до п'ятого курсів.

Такі механізми захисту, як заперечення, інтелектуалізація, компенсація, пов'язані з позитивними полюсами адаптивності особистості. Механізм заперечення стає фактором адаптивності на першому та п'ятому курсах. Причому на першому курсі виявлення цієї функції механізму заперечення відбувається у зв'язку з актуалізацією особистісного адаптаційного потенціалу загалом, його фізіологічного та психологічного рівнів. Інтелектуалізація стає фактором адаптивності лише до п'ятого курсу; на третьому курсі включення механізму інтелектуалізація зумовлене низькими показниками психологічного та соціального рівнів особистісного адаптаційного потенціалу. Механізм компенсація актуалізується на четвертому курсі фізіологічним рівнем особистісного адаптаційного потенціалу. Такі механізми, як регресія, заміщення, проекція, реактивне утворення й показник ІНЗ, пов'язані з негативними полюсами показників адаптивності.

Цей факт вимагає пояснення, оскільки адаптивність особистості являє собою здатність до внутрішньоособистісних і поведінкових змін, здійснювати які покликані адаптивні механізми, у тому числі й захисні механізми.

Аналогічна тенденція негативного взаємозв'язку захисних механізмів і показників адаптивності встановлена О.В. Кузнецовою

під час дослідження індивідуально-типологічних факторів адаптивності особистості під керівництвом професора О.П. Саннікової. Використовуючи принцип умовного розподілу механізмів психологічного захисту на ситуативні (що виникають у психотравматичній ситуації, скороминучі й не вимагають корекції) і стильові (що відрізняються стійкістю й генералізованістю) [2], авторка знайшла пояснення зафіксованому факту. Адаптивність особистості як здатність, що актуалізується щоразу в разі порушення балансу в системі «особистість – соціальне середовище», може адекватно функціонувати лише за допомогою гнучкої системи адаптивних механізмів, зокрема ситуативних механізмів захисту. Стійкі стильові механізми психологічного захисту сприяють закріпленню та підтриманню викривлених моделей дійсності й так перешкоджають реалізації адаптивності особистості.

Уточнивши те, що під стилем захисту розуміють відносно постійну на довгому відрізьку часу та індивідуально окреслену в кожній людини систему зовнішніх і внутрішніх «психотехнічних дій», націлених на «зняття» конфлікту у сфері самосвідомості [3], ми визнаємо переконливість запропонованих аргументів.

Усі показники особистісного адаптаційного потенціалу виявляють зв'язки з показниками механізмів захисту. Найбільш активно впливають на вибір того чи іншого захисного механізму загальний рівень особистісного адаптаційного потенціалу (16 кореляційних зв'язків) і його фізіологічний рівень (12 кореляційних зв'язків). Це положення цілком закономірне, оскільки психофізіологічні особливості, у тому числі й нервово-психічна стійкість, є базовими в структурі адаптивності. Участь психологічного рівня особистісного адаптаційного потенціалу в регуляції системи стабілізації особистості також представлена достатньою кількістю кореляційних зв'язків – 9. Найменшу кількість зв'язків із механізмами захисту утворює соціальний рівень особистісного адаптаційного потенціалу (3 кореляційні зв'язки). Це свідчить про особливі характеристики моральної нормативності в структурі особистісного адаптаційного потенціалу.

Особистісний адаптаційний потенціал не задіює такий механізм, як витіснення.

Результати емпіричного дослідження дають можливість зробити низку **висновків**.

Динамічні характеристики механізмів психологічного захисту мають тісний зв'язок з етапами адаптаційного процесу, що дає змогу розглядати їх як показники станів



функціональної системи адаптації. Активізація неусвідомленої захисної активності свідчить про напруження адаптаційних процесів на другому та п'ятому курсах. Відмінності в динамічних характеристиках окремих механізмів захисту студентів виявляються в різноманітному співвідношенні спадів і підйомів їх інтенсивності з етапами адаптаційного процесу.

Адаптаційні трансформації особистісного адаптаційного потенціалу підпорядковуються циклічним закономірностям, що виражаються в чергуванні фаз витрат і поповнення. Витрати адаптаційних ресурсів пов'язані з адаптаційним напруженням на другому і третьому курсах. Підвищення загального показника особистісного адаптаційного потенціалу на четвертому й п'ятому курсах свідчить про загальну тенденцію до успішності адаптації.

Механізми психологічного захисту й компоненти структури адаптаційного потенціалу виступають одночасно як способи особистісної регуляції адаптаційних процесів і як способи організації їх компонентів у структурі адаптаційної відповіді. Захисна активність створює передумови для якісної перебудови системи регуляторики, завдя-

ки якій резервуються частина ресурсів для виконання діяльності та досягнення значимих цілей суб'єкта в умовах адаптаційної ситуації.

Разом із дослідженням динаміко-змістових характеристик механізмів психологічного захисту й адаптаційного потенціалу особистості студента в освітньому процесі вишу цікавим видається аналіз системи зв'язків окреслених феноменів зі свідомими захисними стратегіями особистості. Характер цих зв'язків дасть змогу встановити, як саме адаптаційні здібності й можливості особистості реалізуються в реальному адаптаційному процесі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Богомолов А.М. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа / А.М. Богомолов // Психологическая наука и образование. – 2008. – № 1. – С. 67–73.
2. Кузнецова О.В. Индивидуально-типологические факторы адаптивности личности : дисс. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.01 / О.В. Кузнецова. – Одесса, 2005. – 209 с.
3. Никольская И.М. Психологическая защита у детей / И.М. Никольская, Р.М. Грановская. – СПб. : Речь, 2000. – 507 с. – С. 496–504.