

Список використаних джерел

1. Басов М.Я. Воля как предмет функциональной психологии./ М.Я. Басов. – М.: Госиздат, 1923. – 384 с.
2. Богословский В.В. Воля и волевые свойства личности. Общая психология. / В.В. Богословский. – М.: Просвещение, 1981. -332 с.
3. Иванников В. А. Проблема воли в современной психологии / В. А. Иванников. – М.: 3-е изд-во, 2006. – 187 с.
4. Крутецкий В.А. Воспитание воли. / В.А. Крутецкий. - М.: Просвещение, 1980. – 352 с.
5. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. / А.Г. Маклаков - СПб.: Питер, 2008. – с.422
6. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В. Загальна психологія: Підручник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: Либідь, 2005. – с. 424.

References

1. Basov M.Ja. Volja kak predmet funkcional'noj psihologii./ M.Ja. Basov.- М.: Gosizdat, 1923. – 384 s.
2. Bogoslovskij V.V. Volja i volevye svojstva lichnosti. Obshhaja psihologija. / V.V. Bogoslovs'kij. – М.: Prosveshhenie, 1981. – 332 s.
3. Ivannikov V. A. Problema voli v sovremennoj psihologii / V. A. Ivannikov. – М.: 3-e izd-vo, 2006. – 187 s.
4. Kruteckij V.A. Vospitanie voli. / V.A. Krutec'kij. – М.: Prosveshhenie, 1980.-352 s.
5. Maklakov A. G. Obshhaja psihologija: Uchebnik dlja vuzov. / A.G. Maklakov - SPb.: Piter, 2008. – 422 s.
6. Skrypchenko O.V., Dolyns'ka L.V., Ohorodnnychuk Z.V. Zahal'na psykhoholohiya: Pidruchnyk / O.V. Skrypchenko, L. V. Dolyns'ka, Z. V. Ohorodnnychuk ta in. – К.: Lybid', 2005. – s. 424.

Резюме. В статье проанализированы и обоснованы теоретические взгляды относительно структуры волевой сферы личности. Рассмотрены теоретические взгляды относительно структуры волевой сферы личности как целостной системы. Вопрос о "волевой личности" является одним из наиболее дискуссионных вопросов в психологии воле, относительно которого на настоящее время нет единства взглядов и четкости изложенных позиций.

Ключевые слова: воля, структура волевого акту, функции, волевые качества.

Summary. The article analyzes and theoretical views regarding the structure of volitional sphere of personality. Theoretical views regarding the structure of volitional sphere of the individual as a holistic system. The question of "strong-willed personality" is one of the most controversial issues in psychology will, in respect of which there is currently no unity of views and definition expressed positions.

Key words: will, the structure of an act of volition, functions, strong-willed qualities.

УДК.159.95/075

І.М. ШАПОВАЛ

МЕХАНІЗМИ EGO-ЗАХИСТУ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА АДАПТИВНОЇ СТРАТЕГІЇ ОСОБИСТОСТІ

У статті наведено теоретичне обґрунтування та емпіричне підтвердження детермінованості конструктивної адаптивної стратегії особистості механізмами її Ego-захисту. Наголошується на закономірній залежності між рівнем адаптованості, характером поведінки подолання та рівнем напруженості психологічних захистів особистості.

Ключові слова: адаптація, адаптованість, адаптивна стратегія, механізми Ego-захисту, напруженість психологічних захистів, поведінка подолання.

Постановка проблеми. Соціально-політичні та економічні події у сучасному суспільному житті України здійснюють суттєвий вплив на моральний стан людини, відбиваються на її психічному здоров'ї, впливають на процес її входження у соціальну взаємодію та ефективність діяльності. Тому серед пріоритетних напрямів розвитку психологічних досліджень в теперішній час актуалізувалась проблема психологічного забезпечення соціально-психологічної адаптації людини до складних умов життя і діяльності, ефективних стратегій поведінки, необхідних для подолання кризових ситуацій, що призводять до стресових переживань та дезадаптації.

Мета статті. На наш погляд, необхідне вивчення психологічних механізмів, які зумовлюють характер та спосіб формування адаптивної стратегії особистості. Для подолання великої кількості труднощів, що для особистості виступають як конфлікти внутрішнього та зовнішнього планів, людська психіка змушена більш інтенсивно використовувати механізми психологічного захисту, що реалізується у відповідних формах подолання труднощів. Тому, ми вважаємо, що адаптивна стратегія особистості є результатом засвоєння певної поведінки подолання у складних ситуаціях, причому остання детермінується системою та рівнем напруженості властивих людині Ego-захистів.

Результаті теоретичного дослідження. У забезпеченні ефективної адаптації людини до проблемних умов існування важливою умовою є цілісна структура та узгоджене функціонування її психіки, що передбачає участь не тільки свідомої, але і безсвідомої сфер. Одна з передумов, що визначає індивідуальну специфіку адаптивної поведінки полягає у реалізації використаних людиною Ego-захистів. У широкому сенсі психологічний захист, як зазначає Ф. Є. Василюк, це будь-який (свідомий або безсвідомий) спосіб, за допомогою якого особистість запобігає вплив, що загрожує напруженістю і призводять до деінтеграції особистості [2]. В процесі соціалізації захисні механізми виникають, змінюються, перебудовуються під впливом соціальних умов, приймаючи участь у розвитку особистості і забезпечуючи її адаптивну стратегію.

Більшість дослідників (Г. О. Балл, Ф. В. Бассін, Л. Р. Гребенніков, А. А. Налчаджян, Г. М. Тарт, Д. С. Титаренко, З. Фрейд, Т. С. Яценко та ін.) розглядають психологічні захисні механізми в якості інтрапсихічної адаптації за рахунок підсвідомої переробки інформації, що поступає. В цих процесах беруть участь усі психічні функції, але кожний раз значну частину роботи із подолання негативних переживань бере на себе якась одна з них. Захисні механізми, які актуалізуються у складній ситуації, виступають в ролі бар'єрів на шляху просування інформації. В результаті взаємодії з ними тривожна для особистості інформація трансформується або ігнорується. За рахунок цього формується специфічний стан свідомості, що дозволяє зберегти людині гармонійність та врівноваженість структури власної особистості.

Основними функціями психологічного захисту, на думку Л. Ю. Суботіної [7], виступають адаптація і регуляція, відповідно до чого систему Ego-захисту особистості авторка розуміє як специфічну функціональну систему діяльності, причому базовими властивостями цієї системи є формування адаптаційних форм поведінки та інтегральна регуляція діяльності особистості.

Психологічний захист забезпечує безпеку особистості, тобто здатність зберегти свою сутнісну цілісність в умовах цілеспрямованого і руйнівного впливу ззовні або внутрішніх самозмін, і переживається як стан захищеності. Цей стан базується на адаптивній діяльності по виявленню, вивченню, попередженню, послабленню, усуненню та відбиттю небезпек і загроз, що можуть спричинити недопустиму шкоду особистості й негативно вплинути на виживання і розвиток. В основі захисної діяльності полягає захист «Я» через викривлення процесу відбору і перетворення інформації. Завдяки цьому зберігається відповідність між уявленнями про оточення, які мають у індивіда, та інформацією, що надходить ззовні. У цьому контексті можна стверджувати про зумовленість адаптивних процесів механізмами Ego-захисту.

Найбільш повно цей бік системи Ego-захисту відображений в структурній теорії Р. Плутчика, згідно з якою психологічний захист виступає як послідовне спотворення когнітивної та емоційної складових образу реальної конфліктної ситуації з метою зменшення емоційної напруженості, що загрожує індивідові у випадку повного адекватного відображення реальності. Таким чином, афективна стабільність і соціальна адаптація досягаються через блокування або переструктурування образу реальності й образу суб'єкта. Р. Плутчик висуває п'ять постулатів теоретичної моделі захисту: постулат 1 – специфічні захисти утворюються для подолання зі специфічними емоціями; постулат 2 – існують вісім основних механізмів захисту, які розвиваються для подолання з вісьмома основними емоціями; постулат 3 – вісім основних захисних механізмів мають властивості як подібності, так і відмінності; постулат 4 – певні типи особистісних діагнозів мають у своєму підґрунті характерні захисні стилі; постулат 5 – індивід може використовувати будь-яку комбінацію механізмів захисту [7].

Очевидно, що «типами особистісних діагнозів» Р. Плутчик називає такі індивідуальні стратегії адаптивної поведінки, які склалися у невротичних особливостей на основі певної «комбінації механізмів захисту», причому ступінь невротизму зумовлена рівнем тривоги, яка, у свою чергу, ґрунтується на почутті страху. Виникнення тривоги є результатом недостатньої захисної адаптивності людини, що виявляється у посиленні рівня активації нервової системи і психіки, і, як наслідок, у неадекватних поведінкових реакціях (С. К. Нартова-Бочавер [5]). Тривога виконує захисну та мотиваційну функції. Перша полягає у передбаченні небезпеки та підготовці до неї, друга при помірних рівнях тривоги забезпечує посилення мотивації на реалізацію мети. При цьому психологічний захист виступає як низка специфічних прийомів, спрямованих на зниження рівня тривоги в процесі пристосування до нових умов оточення та проблемних ситуацій.

На думку Ф. В. Бассіна [1], психологічний захист потрібний для укріплення сили «Я», яку автор визначає як ступінь особистісної свободи від негативних почуттів провини і страху, здатність людини самостійно організувати своє життя, реалізувати свій потенціал, психічну витривалість і почуття власної гідності. Далі автор виділяє п'ять індикаторів сили «Я»: 1) толерантність до зовнішніх загроз і психологічного дискомфорту; 2) свобода від паніки, боротьба з почуттям провини (здатність до компромісів); 3) здатність до ефективного придушення неприйнятних імпульсів; 4) рівновага ригідності і піддатливості; 5) контроль, планування й адекватна самоповага. Слабке «Я» передбачає сильний розвиток такого психологічного захисту, який збільшує неадекватність сприймання оточення і поведінки індивіда.

На думку Л. Ю. Суботіної [8], до системи Ego-захистів особистості, яка має рівневу організацію та інтегрована у загальну структуру психіки, входять метасистеми психологічного захисту та поведінки подолання. Системоутворюючим фактором виступає «тривожність-адаптація». Перша продукує регуляцію діяльності в ситуації стресу на усіх рівнях інтерактивної та когнітивної складності, при цьому забезпечуючи інтегральний соціально-особистісний рівень адаптації. Безсвідомі компоненти психологічного захисту сполучаються з елементами свідомих оцінок. Таким чином психологічний захист і поведінка подолання (coping) є фазами одного і того ж процесу захисту від тривоги, в якому перша фаза («включення») реалізується формою

класичного захисного механізму, а друга фаза (регулятивна модель поведінки) – поведінкою подолання (coping-ом). Лібіна А. В. [4] також зазначає, що існує функціональна єдність захисних механізмів і поведінки подолання, яка втілюється в певній стратегії, що включає всі можливості адаптації людини до складних життєвих ситуацій. Причому, ступінь складності цих ситуацій визначається не об'єктивними характеристиками, а суб'єктивним сприйняттям. Під адаптивною стратегією авторка розуміє вектор когнітивних, емоційних і поведінкових зусиль людини, спрямованих на вирішення життєвих ситуацій у випадку подолання і на відхилення від вирішення актуального ускладнення у випадках захисту. Захисні стратегії А. В. Лібіна вважає неефективними (з точки зору результату), неоптимальними (з точки зору внутрішніх витрат) і неконструктивними (з точки зору доцільності) способами взаємодії людини з життєвими ситуаціями, якщо вони не підкріплюються ефективними стратегіями подолання. На думку В. І. Голованевської [3], конструктивний адаптивний ефект дій захисних механізмів виявляється у наступних видах поведінки подолання: 1) інтенсифікація зусиль щодо досягнення бажаної мети, яка зумовлює подолання переполю або розв'язання конфліктів; 2) заміна засобів досягнення мети, внаслідок чого відбувається формування нового бачення ситуації, ревізія своїх попередніх дій, знаходження нового шляху до мети; 3) заміна мети, завдяки чому розширюється поле пошуку та відкриваються альтернативні цілі, що задовольняють потребу або бажання; 4) переоцінка ситуації, яка реалізується через поєднання ізольованих і суперечливих елементів ситуації, здійснення вибору, що забезпечує адаптацію через залучення самим індивідом нових елементів або розширення сприйняття контексту проблеми.

Отже, адекватне реагування особистості у певних умовах здійснюється на рівні свідомої адаптивної поведінки, стратегія якої формується як поведінка подолання і зумовлюється функціонуванням безсвідомих механізмів Его-захисту, які, у свою чергу, детермінують характер і особливості когнітивних функцій та довільних регулятивних механізмів активності, виконуючи при цьому функцію зниження рівня тривожних станів та забезпечення особистісного комфорту.

Методика та процедура дослідження. На основі викладеного теоретичного обґрунтування нами було проведено експериментальне дослідження, метою якого стало визначення характеру і закономірностей зв'язку між специфікою адаптивної стратегії особистості та переважними способами поведінки подолання, які формуються на основі системи властивих їй механізмів Его-захисту. Вибірку склали студенти (52 особи) різних курсів і спеціальностей ДВНЗ «Криворізький національний університет».

Дослідження адаптивних властивостей особистості була здійснена з використанням двох психодіагностичних інструментів: багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність» (БООА) А. Г. Маклакова і С. В. Чермяніна та опитувальника соціально-психологічної адаптації (ОСПА) К. Роджерса і Р. Даймонда. БООА призначений для вивчення адаптивних можливостей індивіда на основі оцінки інтегральних особливостей психічного та соціального розвитку. Теоретичною основою методики є уявлення про адаптацію, як про постійний процес активного пристосування індивіда до умов соціального середовища, що зачіпає всі рівні функціонування людини. Ефективність адаптації значною мірою залежить як від генетично обумовлених властивостей нервової системи, так і від умов виховання, засвоєних стереотипів поведінки, адекватності самооцінки індивіда. Спотворене або недостатньо розвинене уявлення про себе призводить до порушення адаптації, що може супроводжуватися підвищеною конфліктністю, нерозумінням своєї соціальної ролі, погіршенням стану здоров'я. Ефективність процесу соціально-психологічної адаптації визначає особистісний адаптаційний потенціал (ОАП), який є найважливішим інтегративним показником психічного розвитку. Характеристику ОАП можна отримати, оцінивши поведінкову регуляцію (ПР), комунікативні здібності (КЗ) та рівень моральної нормативності (МН) особистості. ОСПА призначений для вивчення особливостей соціально-психологічної адаптації та пов'язаних з нею рис особистості. Теоретичним підґрунтям методики є позитивна точка зору К. Роджерса [6] на природу людини: результативність адаптивної поведінки особистості до певних умов існування чи їхньої зміни зумовлюється можливістю людини повноцінно функціонувати, а успішна соціально-психологічна адаптація особистості детермінується її індивідуальними властивостями, якісні характеристики яких зумовлюють напрямок та механізми вироблення нею адаптивної стратегії зокрема та реалізацію адаптивної поведінки взагалі. Такими адаптивними властивостями особистості виступають адаптація, самоприйняття, прийняття інших, емоційна комфортність, інтернальність, прагнення до домінування, ескапізм.

Для вивчення видів Его-захистів було використано методику «Діагностика типологій психологічного захисту», що є адаптованим опитувальником (Л. І. Вассерман та співробітники) методики «Індекс життєвого стилю» (Life Style Index), розроблену Р. Плутчиком та Х. Келлерманом на ґрунті психоеволюційної теорії першого автора та структурної теорії особистості другого автора. Даний психодіагностичний інструмент дозволяє діагностувати всю систему механізмів психологічного захисту (МПЗ), виявити як провідні, основні механізми (заперечення, витіснення, заміщення, компенсація, реактивні утворення, проєкція, інтелектуалізація і регресія), так і оцінити ступінь напруженості захистів (СНЗ). Причому останній показник був введений дослідниками, які проводили адаптацію методики, відповідно до припущення про те, що всі захисні механізми, не дивлячись на їхню полярність або доповнення один одного, виконують одну й ту саму функцію – зниження рівня тривоги – і тому можуть бути поєднані у певний загальний захист «Я».

Для визначення стратегії адаптивної поведінки було використано опитувальник «Способи поведінки подолання» (СПП) Р. Лазаруса в С. Фолкмана, адаптація Т. Л. Крюкової, Є. В. Куфтяк, М. С. Замишляєвої, призначений для визначення копінг-механізмів, способів подолання труднощів у різних сферах психічної діяльності, копінг-стратегій. Опитувальник дозволяє діагностувати наступні 8 шкал: 1) стратегія конфронтації;

2) стратегія дистанціювання; 3) стратегія самоконтролю; 4) стратегія пошуку соціальної підтримки; 5) стратегія прийняття відповідальності; 6) стратегія втечі-уникнення; 7) стратегія планування розв'язання проблеми; 8) стратегія позитивної переоцінки.

Аналіз результатів дослідження. За емпіричними даними, отриманими за допомогою методик БООА та ОСПА, були виявлені три діагностичні групи досліджуваних з різним рівнем адаптивності. У першу групу були включені 14 респондентів з низькою адаптивністю (група НА), у другу – 22 респонденти з середньою (група СА), у третю – 16 респондентів з високою адаптивністю (група ВА). Критеріями визначення рівня адаптивності досліджуваних стали показники фактору ОАП (за методикою БООА) та фактору «Адаптація» (за методикою ОСПА). Результати порівняльного аналізу на підставі усереднених показників ($X_{сер}$) і стандартних відхилень (s_x), а також показників двобічного F -критерію ($F_{емп}$) демонструють значущі відмінності між діагностичними групами за усіма показниками Ego-захистів (таблиця 1).

Таблиця 1

Порівняння показників Ego-захисту в групах з різним рівнем адаптивності

Шкали	Група НА		Група СА		Група ВА		$F_{емп}$
	$X_{сер}$	s_x	$X_{сер}$	s_x	$X_{сер}$	s_x	
СНЗ	52,58	7,31	44,63	8,19	36,96	6,29	38,14**
Заперечення	9,08	1,68	7,85	1,60	5,79	1,97	27,76**
Витіснення	9,03	1,65	6,63	1,71	4,04	1,74	32,79**
Регресія	9,36	3,01	7,83	2,06	5,12	2,95	26,18**
Компенсація	5,03	1,78	4,75	1,65	3,56	1,19	4,49*
Проекція	9,34	2,51	8,86	3,01	7,16	3,08	5,04*
Заміщення	7,10	2,34	5,04	1,73	3,12	1,90	24,68*
Інтелектуалізація	4,77	2,79	6,33	2,06	8,72	1,88	19,13**
Реактивні утворення	9,15	3,36	7,08	1,93	4,22	2,29	27,43**

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$; ** – на рівні значущості $p < 0,01$

Як ми зазначали вище, більш високому рівню адаптивності відповідає більш ефективна адаптивна стратегія, тобто така, що супроводжується свідомим прийняттям рішення щодо перетворення або повного усунення проблемної ситуації і здійснюється в основному за допомогою не захисних адаптаційних механізмів, а конструктивних способів поведінки подолання. На підставі усереднених показників СПП можна з певною мірою умовності змодельовати три узагальнені типи адаптивної стратегії за критерієм ефективності (рисунок 1). Так, найбільш ефективним є такий тип адаптивної стратегії, який представлений за результатами групи ВА (назвемо цей тип стратегією високої адаптивності). В ньому домінуючими способами поведінки подолання є самоконтроль, позитивна переоцінка, планування розв'язання проблеми і переважними (тобто, такими, що їх людина використовує систематично, послідовно і у більшості ситуацій) є пошук соціальної підтримки та прийняття відповідальності.

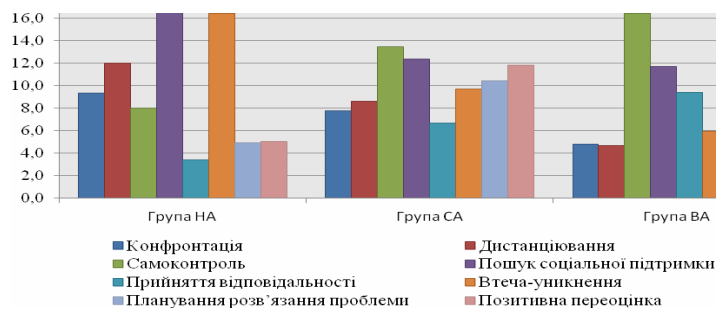


Рис. 1. Усереднені показники способів поведінки подолання для груп з різним рівнем адаптивності

Тип адаптивної стратегії, який склався у групі СА, можна вважати стратегією достатньої адаптивності, оскільки вона забезпечує задовільну адаптацію. Цей тип представлений переважними такими способами поведінки подолання: самоконтроль, пошук соціальної підтримки, планування розв'язання проблем. Однак, переважність в такій стратегії також і поведінки втечі-уникнення та досить низький показник прийняття відповідальності, очевидно, і становить причину лише задовільного, а не високого, рівня адаптивності.

Для групи НА щодо типу адаптивної стратегії склалась наступна картина. В ній домінують пошук соціальної підтримки, втеча-уникнення, переважає дистанціювання, конфронтація, самоконтроль. Очевидно, у такому ансамблі способів подолання останній відображає надмірну вимогливість до себе та компенсацію сильної емоційності. Конструктивні способи подолання представлені при цьому на низькому рівні, тому цей тип стратегії можна назвати стратегією низької адаптивності.

Висновки та результати подальшого дослідження. Таким чином, психологічний захист – це той особистісний ресурс, який дозволяє зберегти цілісність особистості у кризових ситуаціях соціальної взаємодії і

більш адекватно реагувати на вимоги, що висуваються. Основними функціями виступають зменшення тривоги (адаптаційна) та викривлення сприймання ситуації, що в ній знаходиться суб'єкт, з метою створення особистісного комфорту (регулятивна). Механізми психологічного захисту формуються як реакції на виникнення ускладнень у певних умовах і спрацьовують поза сферою свідомості особистості, відображаючи не стільки умови її існування, скільки суб'єктивні особливості та відмінності сприйняття оточення та своїх переживань. При деякому повторенні подібних ситуацій ці механізми інтегруються у цілісний конструкт адаптивної стратегії та утворюють його різні площини. В процесі життєдіяльності певна система конструктивних, тобто доцільних з точки зору цілей адаптації, захисних механізмів інтегрується у цілісну структуру психіки людини та виступає підґрунтям формування відповідної стратегії подолання. Таким чином, функціонально-структурна система конструктивних Его-захистів та ефективних способів поведінки подолання детермінує адаптивну стратегію особистості.

Перспективні напрями дослідження ми вбачаємо у розробці та практичній реалізації системи корекційної та відновлювальної роботи щодо укріплення сили «Я» особистості через зниження напруженості психологічних захистів та формування конструктивних адаптивних стратегій.

Список використаних джерел

1. Бассин Ф. В. О силе «Я» и психологической защите / Ф. В. Бассин // Самосознание и защитные механизмы личности: Хрестоматия. – Самара : Издательский дом «БАХРАХ-М», 2003. – С. 3-15.
2. Василюк Ф. Е. Процесс переживания / Ф. Е. Василюк // Самосознание и защитные механизмы личности: Хрестоматия. – Самара : Издательский дом «БАХРАХ-М», 2003. – С. 309-336.
3. Голованевская В. И. Характеристики Я-концепции и предпочтение стратегий совладающего поведения / В. И. Голованевская // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. – 2003. – №4. – С. 29-36.
4. Либина А. Г. Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации / А. В. Либина – М. : ЭКСМО, 2008. – 400 с.
5. Нартова-Бочавер С. К. «COPING BEHAVIOR» в системе понятий психологии личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. – Т.18. – №15. – С. 20-30.
6. Роджерс К. Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию: пер. с англ. / К. Р. Роджерс. – М. : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. – 319 с.
7. Романова Е. С. Механизмы защиты как специфические средства решения универсальных проблем адаптации / Е. С. Романова, Л. Р. Гребенников // Самосознание и защитные механизмы личности. – Самара : Издательский дом «БАХРАХ-М», 2003. – С. 563-593.
8. Субботина Л. Ю. Структурно-функциональная организация психологической защиты: диссерт. ... д. психол. наук: 19.00.03 [Электронный ресурс] / Л. Ю. Субботина. – Ярославль: ЯГУ им. П. Г. Демидова, 2006. – 318 с. – Режим доступа: <http://www.dissercat.com/content/strukturno-funktsionalnaya-organizatsiya-psikhologicheskoi-zashchity-lichnosti>.

References

1. Bassin F. V. O sile «Ja» i psihologicheskoi zashhite / F. V. Bassin // Samosoznanie i zashhitnye mehanizmy lichnosti: Hrestomatija. – Samara : Izdatel'skij dom «BAHRAH-M», 2003. – 3-15 s.
2. Vasiljuk F. E. Process perezhivaniya / F. E. Vasiljuk // Samosoznanie i zashhitnye mehanizmy lichnosti: Hrestomatija. – Samara : Izdatel'skij dom «BAHRAH-M», 2003. – 309-336 s.
3. Golovanevskaja V. I. Harakteristiki Ja-konceptii i predpochtenie strategij sovladajushhego povedenija / V. I. Golovanevskaja // Vestnik MGU. Serija 14. Psihologija. – 2003. – № 4. – 29-36 s.
4. Libina A. G. Sovladajushhij intellekt: chelovek v slozhnoj zhiznennoj situacii / A. V. Libina – M. : JeKSMO, 2008. – 400 s.
5. Nartova-Bochaver S.K. «COPING BEHAVIOR» v sisteme ponjatij psihologii lichnosti / S.K. Nartova-Bochaver // Psihologicheskij zhurnal. – 1997. – T.18. – № 15. – 20-30 s.
6. Rodzhers K. R. Stanovlenie lichnosti. Vzglyad na psihoterapiju: per. s angl. / K. R. Rodzhers. – M. : Izd-vo JeKSMO-Press, 2001. – 319 s.
7. Romanova E. S. Mehanizmy zashhity kak specificheskie sredstva reshenija universal'nyh problem adaptacii / E. S. Romanova, L. R. Grebennikov // Samosoznanie i zashhitnye mehanizmy lichnosti. – Samara : Izdatel'skij dom «BAHRAH-M», 2003. – 563-593 s.
8. Subbotina L. Ju. Strukturno-funkcional'naja organizacija psihologicheskoi zashhity: dissert. ... d. psihol. nauk: 19.00.03 [Elektronnij resurs] / L. Ju. Subbotina. – Jaroslavl': JaGU im. P. G. Demidova, 2006. – 318 s. – Rezhim dostupu: <http://www.dissercat.com/content/strukturno-funktsionalnaya-organizatsiya-psikhologicheskoi-zashchity-lichnosti>.

Резюме. В статье приводится теоретическое обоснование и эмпирическое подтверждение детерминированности конструктивной адаптивной стратегии личности механизмами ее Его-защиты. Акцентируется внимание на закономерной зависимости между уровнем адаптированности, характером преодолевающего поведения и уровнем напряженности психологических защит личности.

Ключевые слова: адаптация, адаптированность, адаптивная стратегия, механизмы Ego-защиты, напряженность психологических защит, преодолевающее поведение.

Summary. The article empirically confirms that the determinacy of individual's constructive adaptive strategy is reasoned by the mechanisms of ego protection, and gives the matter a theoretical basis. The attention is focused on the objective relation between the adaptedness degree, the nature of the coping behavior and the tension degree of the individual's psychological protection.

Key words: adaptation, adaptedness, adaptive strategy, mechanisms of ego protection, the tension of psychological protection, coping behavior.

УДК 159.9.072 (075.8)

М.В. ШЕВЦІВ, В.Л. РОМАНЮК

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОЛЬОРУ ОЧЕЙ І ТЕМПЕРАМЕНТУ У СТУДЕНТІВ-БІОЛОГІВ В УМОВАХ РІВНЕНЩИНИ

Стаття присвячена сучасним проблемам застосування кольорової гама очей для комплексної психодіагностики темпераменту і характеру та їх взаємозв'язку. До експерименту було залучено 97 студентів 1-2 курсів спеціальності «Біологія». Колір очей визначали за загальноприйнятими методами діагностики, темперамент – за опитувальником Г.Айзенка. Результати дослідження вказують на певний взаємозв'язок кольору очей і темпераменту людини.

Ключові слова: гама кольорів очей, темперамент, характер, тест-метод Г. Айзенка.

Постановка проблеми. Уміння діагностувати темперамент і характер, а також стан здоров'я людини як біо-психо-соціальний феномен тощо включає в себе певну сукупність методів, у т.ч. фізіологічних і психологічних (психофізіологічних). При цьому важливими є оцінка складових як вербальної, так невербальної поведінки особистості [1, 2]. Особливої уваги заслуговує дослідження конституції (соматотипу) людини у поєднанні з її фізіогномікою [3]. У зв'язку з цим основною метою даної статті було комплексне дослідження взаємозв'язку кольорової гама очей і темпераменту у студентів в окремих екологічних умовах навчального процесу.

Результати досліджень та їх обговорення. Ряд світових учених дають різну характеристику взаємозалежності кольору очей, як «дзеркала душі» та їх кольорову гаму як специфічний зв'язок з темпераментом і характером [4], що залежить, в основному, від двох чинників: особливості розташування судин у райдужній оболонці ока та кількості меланіну (природного пігменту чорного кольору), у залежності від різного співвідношення яких і змінюється колір очей. Слід відзначити, що колір очей, як і темперамент людини, є генетично обумовленими (спадкова програма розвитку людини). Вважають, що набір генів, які відповідають за темперамент, може мати відображення, наприклад, у кольорі очей або волоссі, у будові тіла, у манері ходити, говорити, думати [3]. У людини існує 10 типів щодо кольорової гама очей: світло-карі, карі, сині, блакитні, сірі, сіро-блакитні, сіро-зелені, сіро-каро-зелені, зелені, жовті, які певним чином можуть змінюватися в онтогенезі у процесі синтезу і накопичення пігменту меланіну (раннє дитинство та старечий вік).

Наводимо загальну психологічну характеристику щодо кольорової гама очей людини:

- особистість і чорний колір очей: зазвичай присутня дуже сильна енергетика, життєздатність, ініціативність. Домінує думка про їх неспокійний характер. Якщо закохується, то зробить усе можливе і неможливе, щоб домогтися об'єкта своєї пристрасті. Приймає важливі у житті рішення без поспіху («на холодну голову»);

- особистість і карий колір очей: уже від природи бувають наділені дотепністю, привабливістю, чуттєвістю, активністю, комунікабельністю. Притаманна запальність, легко закохуються, але у стосунках здатні швидко остигати та забувати образи;

- особистість і світло-карий колір очей: сором'язливі й мрійливі, шанують самотність. У цілому прагматичні, з високою працездатністю, самостійні, надійні, здатні до опору. Проте є дуже вразливими, чутливими і важко переносять усілякі негаразди;

- особистість і синій колір очей: абсолютні романтики, дуже чуттєві і життєрадісні. Можуть бездумно закохатися і захопити своєю пристрастю надовго. Сильно розвинене почуття справедливості, наполегливі правдолюби, не схильні до обману. Зарозумілі, нестримані, конфліктні;

- особистість і темно-блакитний колір очей: притаманна, насамперед, наполегливість і сентиментальність. Присутня примхливість і непередбачуваність, а також загадковість. Легко долають неприємності, домінують оптимізм і позитивні емоції;

- особистість і блакитний колір очей: в основному, є цілеспрямованими і стриманими у почуттях. На сльози інших реагують спокійно, але схильні до нападів гніву, а також депресії. Завжди – у професійному і творчому пошуку;

- особистість і сірий колір очей: схильні до активної розумової діяльності у поєднанні з допитливістю і рішучістю. Здатні оперативно вирішувати проблеми, покладаючись на власний інтелект. Щірі у коханні та у прагненні професійного росту;