

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

Кафедра ПСИХОЛОГІЇ

На правах рукопису

ЦИГАНЕНКО АЛІНА РОМАНІВНА

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ ЯК СКЛАДОВА СТРЕСОСТІЙКОСТІ
МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Спеціальність 053 Психологія
(код) (назва спеціальності)

Освітня програма Психологія
(назва)

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістра

Науковий керівник:
**Пріснякова Людмила
Макарівна,**
кандидат педагогічних наук,
доцент, завідувач кафедри
психології

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол засідання кафедри

№ 6 від 01.02.2022

Завідувач кафедри

 Людмила ПРИСНЯКОВА
(підпис) (І'мя, ПРИЗВИЩЕ)

Дніпро, 2022

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

Кафедра _____ психології
Освітній ступінь _____ магістр
Спеціальність _____ 053 психологія
Освітня програма _____ психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

Психології

Людмила ПРИСНЯКОВА

(підпис)

10.02.2022

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Циганенко Аліна Романівна

(прізвище, ім'я, по батькові здобувача вищої освіти)

1. Тема роботи «Психологічний захист як складова стресостійкості майбутніх психологів»

2. Науковий керівник Пріснякова Людмила Макарівна, кандидат психологічних наук, доцент

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

3. Строк подання роботи на кафедру 14.02.2022р.

4. Мета кваліфікаційної роботи _____

Дослідити проблему психологічних захистів як складової стресостійкості.

5. Завдання випускної кваліфікаційної роботи

1. Дослідити наукову літературу з питань стресу, стресостійкості, психологічних захистів особистості
2. Підібрати методичне та методологічне забезпечення проведення емпіричного дослідження
3. Провести аналіз результатів теоретичного та емпіричного досліджень проблеми стресостійкості майбутніх психологів в залежності від характеру їх психологічних захистів.
4. Провести математико-статистичний аналіз результатів дослідження.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Вступ	Жовтень 2021р.	Виконано
2	I Розділ	Листопад 2021р.	Виконано
3	II Розділ	Грудень 2021р.	Виконано
4	III Розділ	Січень 2022р.	Виконано
5	Робота в цілому	Лютий 2022р.	Виконано

Науковий керівник


(підпис)

Людмила ПРИСНЯКОВА

Здобувач вищої освіти


(підпис)

Аліна ЦИГАНЕНКО

Дата видавання завдання 29.09.2021р.

АНОТАЦІЯ

Циганенко А.Р. Психологічний захист як складова стресостійкості майбутніх психологів / Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня

«магістр» за спеціальністю 053 «Психологія» (освітньо-професійна програма «Психологія»). ВВПЗ ДГУ, Дніпро, 2022.

Зміст анотації

Актуальність дослідження: Проблема психологічного стресу набуває все більшої актуальності у зв'язку з безперервним зростанням соціальної, економічної, екологічної, техногенної, а так же особистісної екстремальності сучасного життя. Хтось говорить про стрес, жаліючись на інциденти з прискіпливим керівництвом або нестерпними сусідами, ще хтось розуміє під стресом гострі фізіологічні реакції (тиснення у грудях, головний біль, печія тощо), спровоковані такими ситуаціями, а для когось стрес - це причина серйозних захворювань, зокрема виразки шлунку або інфаркту, викликаних багаторазовим повторенням стресових моментів. Розмите, багатозначне тлумачення цього терміну виникло відразу ж після його введення в науковий лексикон. Зробив це канадський дослідник з угорськими коренями Ганс Сельє.

Інтерес до проблеми людини є домінуючим у системі гуманітарного мислення протягом багатьох тисячоліть. І протягом усього цього часу філософи та вчені прагнуть розширити своє розуміння сутності людської особистості. Тим не менше, деякі його явища залишаються невідомими. Сюди входить область несвідомих проявів особистості, зокрема система психологічного захисту .

У сучасних здобувачів вищої освіти, які відчувають високі інтелектуальні та емоційні навантаження в процесі навчання у вузі, сьогодні часто спостерігається негативна динаміка ставлення до навчальної діяльності. Однією з причин такого становища є зниження рівня їх стресостійкості в навчальній діяльності, що виражається в порушенні когнітивної, емоційної, мотиваційної і поведінкової сфер діяльності особистості студента (В.А. Бодров, Е.А. Корсунський, О.В. Лозгачева, А. А. Реан, Ю.В. Щербатих, і ін.).

В науковій літературі ми зустріли малочисленні роботи, що

стосуються розгляду стресостійкості студентської молоді у зв'язку з характером психологічних захистів, які у них присутні, тому ми обрали цю тему для дослідження в межах кваліфікаційної роботи магістерського рівня. У сучасній науковій літературі проблему стресостійкості розробляли такі вчені, як Л.М. Аболін, А.Ю. Малеіово, А.А. Баранов, Б.Х. Варданян, В.А. Бодров, М.Ю. Денисов, Л.В. Куликов, А.В. Лібіна, А.В. Либин, Л.А. Китаєв-Смик, А.А. Реан, С.В. Суботін і інші

Тема механізмів психологічного захисту активно досліджувалася у зарубіжній та вітчизняній психології. У зарубіжній психології до цієї теми зверталися З. Фрейд, А. Фрейд, С.Р. Мадді, Р. Плутчик, Х. Келлерман та ін.

У 1972 р. Всесвітня організація охорони здоров'я прийняла таке визначення: стрес - це неспецифічна (тобто одна і та сама на різні подразники) реакція організму на будь-яку висунуту до нього вимогу. Стрес - це відповідь на загрозу, реальну чи уявну.

Інтенсифікація темпу життя і тотальне збільшення обсягів діяльності, з якими щодня стикається кожна людина, привели до того, що стрес став невід'ємною частиною сучасного суспільства. На думку Д. Брайта і Ф. Джонса, кожна п'ята людина в світі знаходиться в стані стресу. Кожен другий проходив через стресові ситуації. А кожен сьомий був не в силах самостійно вийти з подібної ситуації.

Предмет дослідження: психологічні захисти як складова стресостійкості майбутніх психологів.

Наукова гіпотеза дослідження: припускаємо, що стресостійкість майбутніх психологів залежить від ряду психологічних та фізіологічних особливостей особистості.

Емпірична гіпотеза дослідження: припускаємо, що психологічні захисти залежать від рівня стресостійкості здобувачів вищої освіти.

Методи діагностики стресостійкості та психологічних захистів

здобувачів вищої освіти:

1. Методика «Інвентаризація симптомів стресу»
2. Методика «Опитувальник індекс життєвого стилю» (Life Style Index, LSI) Плутчика Келлермана Конте
3. Методика «Айзенка особистіший опитувальник»(EP1) (Eysenck Personality Inventory)
4. Методика «Тест «Аналіз стилю життя» (Бостонський тест на стресостійкість)
5. Методика «Опитувальник, що визначає схильність до розвитку стресу» (за Т.А. Немнішу та Тейлору)
6. Методика «Визначення нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації у стресі «Прогноз»
7. Методика «Оцінка нервово-психічного напруження» (Т, А.Немчин)
8. Методика «Наскільки ефективно Ви справляєтеся зі стресом?» (К. Шрайнер)

Наукова новизна: завдяки отриманим результатам дослідження було розширено погляд на проблему стосовно стресостійкості майбутніх психологів в залежності від їх психологічних захистів.

Список публікацій здобувача:

1. Особливості психологічного захисту в осіб з характерологічними особливостями // International scientific innovations in human life. Proceedings of the 7th International scientific and practical conference. Cognum Publishing House. Manchester, United Kingdom. 2022. Pp. 501- 507.
2. Особливості виявлення домінуючих інстинктів у здобувачів вищої освіти // Modern science: innovations and prospects. Proceedings of the 5th International scientific and practical conference. SSPG Publish. Stockholm, Sweden. 2022. Pp. 457-462

ЗМІСТ

ВСТУП	15
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД НАУКОВОЇ ЛІТЕРАТУРИ	3 20

ПРОБЛЕМИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ	
1.1. Стрес, види стресу та стресостійкості в залежності від ресурсів	20
1.2. Поняття та характеристика стресостійкості	36
1.3. Соціально-психологічні особливості студентської молоді	45
Висновки до першого розділу.....	52
РОЗДІЛ 2. РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСТІВ	57
2.1. Характеристика психологічних захистів особистості	57
2.2. Вікова динаміка психологічного захисту.....	73
Висновки до другого розділу	77
РОЗДІЛ 3. ОРГАНІЗАЦІЯ, МЕТОДОЛОГІЯ ТА РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСТІВ ЯК СКЛАДОВОЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ	81
3.1. Організація, методологія, полігон та характеристика досліджуваних.....	81
3.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження	94
Висновки до третього розділу.....	119
ВИСНОВКИ	124
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	
ДОДАТКИ.....	

ВСТУП

Актуальність дослідження: Проблема психологічного стресу набуває все більшої актуальності у зв'язку з безперервним зростанням соціальної, економічної, екологічної, техногенної, а так же особистісної екстремальності сучасного життя [99, с 1]. Хтось говорить про стрес, жаліючись на інциденти з прискіпливим керівництвом або нестерпними сусідами, ще хтось розуміє чи стресом гострі фізіологічні реакції (тиснення у грудях, головний біль, печія тощо), спровоковані такими ситуаціями, а для когось стрес - це тичина серйозних захворювань, зокрема виразки шлунка або інфаркту, викликаних багаторазовим повторенням стресових моментів. Розмите, багатозначне тлумачення цього терміну виникло відразу ж після його зведення в науковий лексикон. Зробив це канадський дослідник з угорськими коренями Ганс Сельє [73, с 13].

Інтерес до проблеми людини є домінуючим у системі гуманітарного мислення протягом багатьох тисячоліть. І протягом усього цього часу філософи та вчені прагнуть розширити своє розуміння сутності людської особистості. Тим не менше, деякі його явища залишаються невідомими. Сюди входить область несвідомих проявів особистості, зокрема система психологічного захисту.

У сучасних здобувачів вищої освіти, які відчувають високі інтелектуальні та емоційні навантаження в процесі навчання у вузі, сьогодні - лсто спостерігається негативна динаміка ставлення до навчальної діяльності. Однією з причин такого становища є зниження рівня їх стресостійкості в навчальній діяльності, що виражається в порушенні когнітивної, емоційної, мотиваційної і поведінкової сфер діяльності хобистості здобувачів вищої освіти (В.А. Бодров, Е.А. Корсунський, О.В. Лозгачева, А. А. Реан, Ю.В. Щербатих, і ін.).

В науковій літературі ми зустріли малочисленні роботи, що стосуються розгляду стресостійкості студентської молоді у зв'язку з характером

психологічних захистів, які у них присутні, тому ми обрали цю тему для дослідження в межах кваліфікаційної роботи магістерського рівня.

У сучасній науковій літературі проблему стресостійкості розробляли такі вчені, як Л.М. Аболін, А.Ю. Маленово, А.А. Баранов, Б.Х. Варданян, В.А. Бодров, М.Ю. Денисов, Л.В. Куликов, А.В. Лібіна, А.В. Либин, Л.А. Китаєв-Смик, А.А. Реан, С.В. Суботін і інші

Тема механізмів психологічного захисту активно досліджувалася у зарубіжній та вітчизняній психології. У зарубіжній психології до цієї теми зверталися З. Фрейд, А. Фрейд, С.Р. Мадді, Р. І Ілутчик, Х. Келлерман та ін.

У 1972 р. Всесвітня організація охорони здоров'я прийняла таке визначення: **стрес - це неспецифічна (тобто одна і та сама на різні я олразники) реакція організму на будь-яку висунуту до нього вимогу.** Гврес - це відповідь на загрозу, реальну чи уявну. [17, с. 10].

Інтенсифікація темпу життя і тотальне збільшення обсягів діяльності, з якими щодня стикається кожна людина, привели до того, що стрес став зевід'ємною частиною сучасного суспільства. На думку Д. Брайта і Ф. Лжонса, кожна п'ята людина в світі знаходиться в стані стресу. Кожен другий ггоходив через стресові ситуації. А кожен сьомий був не в силах самостійно вийти з подібної ситуації. У зв'язку з цим одне із завдань психолога полягає в іідгностиці особистості для розуміння її актуального емоційного стану.

Навіть у стані повного розслаблення людина переживає стрес, який і.гв'язаний із приємними та неприємними переживаннями. Тому важливою кістю у житті людини є вміння формувати власну стійкість до стресорів. Життя часом стає суворою і безжалісною школою для людини.(від даної проблеми до трагічної ситуації), викликають у неї негативні емоційні що супроводжуються фізіологічними і психологічними порушеннями.

Мета дослідження: дослідити проблему психологічних захистів як складової стресостійкості.

Об'єкт дослідження: стресостійкість здобувачів вищої освіти.

Предмет дослідження: психологічні захисти як складова стресостійкості майбутніх психологів.

Наукова гіпотеза дослідження: припускаємо, що стресостійкість майбутніх психологів залежить від ряду психологічних та фізіологічних особливостей особистості.

Емпірична гіпотеза дослідження: припускаємо, що психологічні захисти залежать від рівня стресостійкості здобувачів вищої освіти.

У відповідності з метою, об'єктом, предметом і гіпотезою дослідження були визначені його **завдання:**

1. Дослідити наукову літературу з питань стресу , стресостійкості, психологічних захистів особистості
 2. Підібрати методичне та методологічне забезпечення проведення емпіричного дослідження
 3. Провести емпіричне дослідження стресостійкості студентів кафедри психології.
 4. Провести аналіз результатів теоретичного та емпіричного досліджень проблеми стресостійкості майбутніх психологів в залежності від характеру їх психологічних захистів.
 5. Провести математико-статистичний аналіз результатів дослідження
- Такий підхід визначив основні **методи**, які використовуються в нашому дослідженні:

- Теоретичні методи (теоретичний аналізі синтез матеріалів наукової літератури з обраних питань);
- Емпіричні методи (спостереження, анкетування,(опитування, бесіда), психодіагностичне тестування за метою визначення рівня стресостійкості між студентами кафедри психології);
- Методи математико-статистичної обробки та інтерпретації результатів.

Для реалізації завдань емпіричного дослідження були відібрані психодіагностичні методики: [19, с. 47].

Метода діагностики стресостійкості та психологічних захистів здобувачів вищої освіти:

Методика «Инвентаризация симптомов стресса» - дозволяє розвинути спостережливість до стресових ознаками, здійснити самооцінку частоти їх прояву і ступінь схильності негативних наслідків стресу. [54, с. 111].

Методика «Опросник индекс жизненного стиля» (Life Style Index, LSI) Плутчика Келлермана Конте.- для діагностики різних механізмів психологічного захисту [109. С 1].

Методика «Айзенка личностный опросник»(EPI) (Eysenck Personality Inventory) - спрямована на діагностику особистості, хоча насправді опитувальник виявляє темпераментні характеристики. [111, с. 1]. Методика «Тест «Анализ стиля жизни» (Бостонский тест на стрессоустойчивость) - призначена для діагностики стресостійкості. [54, с. 109].

Методика Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т.А. Немчину и Тейлору)- призначена для виявлення схильності до стресу. [54, с.43].

Методика «Определения нервно-психической устойчивости, риска дезадаптации в стрессе «Прогноз» - призначена для початкового виділення осіб з ознаками нервово-психічної нестійкості (НПУ), ризику дезадаптації в стресі. [54. С 49].

Методика «Оценка нервно-психического напряжения» (Т.А.Немчин) - призначена для вимірювання ступеня вираженості стану нервово- психічної напруги. [54, с. 25].

Методика «Насколько эффективно Вы справляетесь со стрессом?» (К Шрайнер) - застосовується для виявлення особистісних особливостей переживання стресу, визначення ступеня контролю і емоційної лабільності людини в стресових обставинах. [54, с. 116].

Наукова новизна: завдяки отриманим результатам дослідження було розширено погляд на проблему стосовно стресостійкості майбутніх психологів в залежності від їх психологічних захистів.

Теоретичне значення: незважаючи на значну кількість наукових

досліджень, на сьогодні неможливо вважати задовільною ситуацію щодо теоретичного та емпіричного дослідження щодо психологічних захистів як складової стресостійкості.

Практичне значення: запропонований діагностичний інструментарій для вивчення психологічних захистів як складової стресостійкості майбутніх психологів.

Особистісний вклад здобувана : по темі магістерської роботи було зроблено наступні публікації:

1. Особливості психологічного захисту в осіб з характерологічними особливостями // International scientific innovations in human life. Proceedings of the 7th International scientific and practical conference. Cognum Publishing House. Manchester, United Kingdom. 2022. Pp. 501-507.
2. Особливості виявлення домінуючих інстинктів у здобувачів вищої освіти // Modern science: innovations and prospects. Proceedings of the 5th International scientific and practical conference. SSPG Publish. Stockholm, Sweden. 2022. Pp. 457-462

Полігон дослідження: дослідження проводилися на базі Дніпровського Гуманітарного Університету, факультету психології 1-4 курсу. В дослідженні приймали участь здобувачів вищої освіти 1-4 курсу: 90 осіб.

Структура дипломної роботи: робота науково-дослідна складається з вступу, 3 розділів, висновків, практичних рекомендацій додатків та списку літератури, який складає 114 джерел; основний текст роботи викладено на 21 сторінках. Дипломна робота містить: 29 таблиць та 13 рисунків.

ВИСНОВКИ

Данні теоретичного та емпіричного розвитку проблеми, дозволили нам зробити такі висновки:

Стресостійкість особистості - це вміння долати труднощі, пригнічувати свої емоції, проявляючи витримку і такт. Стресостійкість визначається сукупністю особистісних якостей, що дозволяють людині переносити значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження, зумовлені особливостями професійної діяльності, без особливих шкідливих наслідків для діяльності, що оточують і свого здоров'я

І.М. Фейнгерберг (1986) зазначає, що у високотривожних людей виконання діяльності в стресогенних умовах викликає значне нервово-психічна напруга, обумовлена їх надмірною вимогливістю до себе [54]. Внаслідок цього відбувається зміщення мотиву діяльності, при якому індивід замість активного пошуку способів вирішення завдання акцентує увагу на якості успішності своєї діяльності, завищуючи значимість скоєних помилок і відповідальність за них.

Проблема толерантності і стресостійкості особистості є предметом досліджень психологічної науки. Толерантність і стресостійкість - це складні психологічні феномени, які характеризують особистість. Вони є рухаючимися силами які характеризують ставлення особистості до світу, до самого себе, наповнюючи сенсом поведінку, вчинки і позиції.

Характерним для студентської молоді є особистіша незалежність, цінність свободи в прийнятті рішень, престижність освіти, що здобувається. Ніхто інший, як молодь є законодавцем нетрадиційних і прогресивних підходів до обставинам, що склалися, найчастіше саме молодь виступає критиком накопиченого історичного досвіду і є об'єктами для наслідування.

Студенту притаманні загальні вікові особливості:

- біологічна (тип вищої нервової діяльності, безумовні рефлексії, інстинкти, фізичну силу та ін.);

В перспективі швидке закінчення вузу, формуються чіткі практичні установки на майбутній рід діяльності. Виявляються нові, що стають все більш актуальними цінності, пов'язані з матеріальним і сімейним станом, місцем роботи і т.д. Студенти поступово відходять від.

Психологічний стрес - це реакція людини на особливості взаємодії між особистістю і навколишнім світом. Також його можна визначити як процес, в якому вимоги середовища розглядаються особистістю, виходячи з її ресурсів і ймовірності вирішення проблемної ситуації. Саме це визначає індивідуальні відмінності в реакції на стресову ситуацію.

Стресостійкість - це комплекс рис характеру, які дозволяють людині залишатися здоровим і ефективним навіть при великих навантаженнях. Під стресостійкість на роботі зазвичай мається на увазі вміння спокійно реагувати на конфліктні або неоднозначні ситуації, вміння при необхідності працювати понаднормово.

Стрес розглядається як неспецифічна реакція організму у відповідь на несподівану та напружену ситуацію (втома, біль, конфлікти, приниження, тощо), що мобілізує резерви організму і готує його до фізичної психологічної активності, а також визначає певний тип поведінки особи: спротив, боротьба, втеча [16]

За методикою методикою «Інвентаризація симптомів стресса» Показники молодших студентів 37.78% мають низький рівень стресостійкості, що є дуже погано, тому що випробовуваний ними стрес може загрожувати і їх здоров'ю, і їх майбутньому

Показники молодпшх 37.78% та старших 35.56% студентів мають середній рівень стресостійкості. Вони досить залежні від чужих оцінок, що постійно тримає їх в стані стресу.

Можемо сказати, що 75,56% молодших студентів підвержені до стресу, їх життя це постійний стрес. Цей стрес маже негативно впливати на їх життя.

Психологічні захисти в яких є порушення, та з якими треба працювати:

Гіперкомпенсація: Молодші (I група) мають 91.11% студентів з

порушенням гіперкомпенсації, та 82.22% старших(II група) студентів Особистість запобігає вираз неприємних або неприйнятних для неї думок, почуттів або вчинків шляхом перебільшеного розвитку протилежних прагнень. Іншими словами, відбувається як би трансформація внутрішніх імпульсів в суб'єктивно розуміється їх протилежність.

Заперечення: I група має 55.56% студентів з відхиленням, та II група 75.56% студентів з відхиленням від норми. Інформація, яка турбує і може привести до конфлікту, не сприймається.

Витіснення: I група має 22.22% студентів, та II група 40% студентів з відхиленням від норми. Механізм захисту, за допомогою якого неприйнятні для особистості імпульси: бажання, думки, почуття, що викликають тривогу, - стають несвідомими

Компенсація: I група має 55.56% студентів, та II група має 35.56% студентів з відхиленням від норми. Проявляється в спробах знайти відповідну заміну реального чи уявного нестачі, дефекту нестерпного почуття іншим якістю, найчастіше за допомогою фантазування або привласнення собі властивостей, достоїнств, цінностей, поведінкових характеристик іншої особистості.

Проекція: I група має 33.33% студентів з відхиленням від норми, та II група має 40% з відхиленням від норми. В основі проекції лежить процес, за допомогою якого неусвідомлювані і неприйнятні для особистості почуття і думки локалізуються зовні, приписується іншим людям і таким чином стають ніби вторинними.

Раціоналізація: I група має 26.67% студентів, та II група має 26.67% особистість створює логічні (псевдорозумні), але благовидні т фунтовування своєї або чужої поведінки, дій або переживань, викликаних тгичинами, які вона (особа) не може визнати через загрозу втрати -змоповаги. При цьому способі захисту нерідко спостерігаються очевидні спроби знизити цінність недоступного для особистості досвіду.

Регресія: I група має 6.67% студентів, та II група 11.11% студентів з

від норми. Розглядається як механізм психологічного захисту, II допомогою якого особистість в своїх поведінкових реакціях прагне твкнути тривоги шляхом переходу на більш ранні стадії розвитку "бід, замінює рішення суб'єктивно більш складних завдань на відносно :*льш прості і доступні в сформованих ситуаціях.

Психологічні захисти які найчастіше використовуються :

Витіснення (придушення, репресія) (I групи 77.78% та в II групи 60%)- Цей механізм в деяких психологічних теоріях має домінуюче значення. Интродекція - це приєднання до себе чужого «я» або чужого середовища, «проковтування», включення в себе чужого світу.

Керівнику клініки не треба питати, чи люблять його співробітники, простіше подивитися, хто намагається його наслідувати в одязі, манері говорити, курити, лаятися, і він отримає відповідь, для кого важливий його світ.

Регресія (I група 93.33% II група 88.89%)- захисний механізм, який є формою психологічного пристосування в ситуації конфлікту або тривоги, коли людина несвідомо вдається до більш раннім, менш зрілим і менш адекватним зразкам поведінки, які здаються йому гарантом захисту і безпеки.

Проекція- (I група 66.67% II група 60%). Проекція передбачає приписування оточуючим різних негативних якостей як раціональну основу для їх повного несприйняття та самоприйняття на цьому тлі. Поведінка в «нормі»: гордість, самолюбство, егоїзм, злопам'ятність, мстивість, уразливість, вразливість, загострене почуття несправедливості, зарозумілість, честолюбство, підозрлість, ревнивість, ворожість, впертість, незговірливість, нетерпимість до запереченнями, тенденція до викриття оточуючих, пошук недоліків, замкнутість, песимізм, підвищена чутливість до критики і зауважень, вимогливість до себе та інших, прагнення досягти високих показників в будь-якому виді діяльності.

Заміщення (I та II групи мають 100%) - Дія цього захисного

«механізму проявляється в розряді пригнічених емоцій (як правило

ирожості і гніву), які спрямовуються на об'єкти, що представляють •еапу небезпеку або більш доступні, ніж ті, що викликали негативні ^ч-іші і почуття. Наприклад, відкритий прояв ненависті до людини, яке •• are викликати небажаний конфлікт з ним, переноситься на іншого, не «небезпечного».

Раціоналізація- (І група та ІІ група 73.33%) механізм психологічного жисту, при якому в мисленні використовується тільки та частина іґгайманої інформації, і робляться тільки ті висновки, завдяки яким изсна поведінка постає як добре контрольована і не суперечить ж активним обставинам.

Згідно результатів, показники психологічних захистів вищі за $p < 0,05$, їм одного «Заміщення» тому можемо вказати на статистично значимий, а зв'язок між психологічними захистами та оцінки нервово психічної якості.

Наше припущення про те що рівень стресостійкості студентів залежить від характеру психологічних захистів підтвердилось.

Методика «Айзенка личностный опросник»(EPI)

Титювих екстравертів (28.89% студентів І групи, та 26,67% студентів вони товариськість і спрямованість індивіда зовні, широке коло

Типових інтровертів (28,89% студентів І групи та 28,89 студентів ІІ групи)- вони спокійні, сором'язливі, інтроєктивні людини, схильні до самоаналізу. Стримані і віддалені від усіх, крім близьких друзів

Але все таки більша частина студентів І та ІІ групи, мають середнє значення (І група 42,2 ІІ група 44,4)

Нейротизм - Характеризує емоційну стійкість або нестійкість. Це риса характеру, що призводять до переживання негативних емоцій, включаючи гнів, тривогу, сором'язливість, дратівливість, емоційну нестабільність і

Розібравши показники нейротизма можемо сказати, що дуже рівень нейротизма мають 20% студентів І групи та 31.11% ІІ групи, емоційно стійкі, не дратівливі, їм не страшні ні стреси ні депресії, з низьким рівнем нейротизма 22.22% студентів І групи та 15.56% ІІ групи. Це свідчить про те що во вони мають емоційну вільність, підвержені до стресу та дипресії,

переживають негативні гнів та дратівливі. Нещирість у відповідях I групи 31,11% та II групи 11% , що свідчить також про деяку демонстративності поведінки і гоманості випробуваного на соціальне схвалення.

Методика «Тест «Анализ стиля жизни» (Бостонский тест на стрессоустойчивость

Провівши цю методику ми бачимо, що студентів з високим рівнем гійкості немає як в I групі, так і в II групі. Так само як немає студентів ьким показником стресостійкості. Але ми бачимо, що є студенти з ? тнім рівнем 62.22% у II групі, це значить, що стресові ситуації мають ш вплив на їх життя, і вони їм не дуже сильно чинять опір. I група ""3.33% студентів з нормальним рівнем стресостійкості, що говорить про ільний рівень стресу, який відповідає в міру напруженого життя шої людини.

У якості **науковї гіпотези** було сформованно положення про леть майбутніх психологів що залежить від ряду психологічних фізіологічних особливостей особистості. *Гіпотеза підтверджена^{мо}*.

З якості емпіричної гіпотези була сформована наступна:

Припускаємо, що рівень стресостійкості студентів залежить від характеру іологічних захистів. *Гіпотеза підтверджена частково.*

Відібраний комплекс психодіагностичних методик для дослідження цих ників був адекватним та дозволив провести комплексний аналіз та їу рівня стресостійкості та їх психологічних захистів.

Підібраний нами психодіагностичний комплекс методик був адекватним та завданням дослідження, дозволив отримати результати, які лили оцінити стан рівня стресостійкості та їх психологічних захистів.