

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

Кафедра ПСИХОЛОГІЇ

На правах рукопису

КАРАСЬОВА АЛІНА ЮРІЇВНА

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ
ЗАХИСТІВ У ЛЮДЕЙ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ

Спеціальність 053 Психологія
(код) (назва спеціальності)

Освітня програма Психологія
(назва)

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістра

Науковий керівник:
**Пріснякова Людмила
Макарівна,**
канд. псих. наук., доцент

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

Карасьова Аліна Юріївна

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

1. Тема роботи «Особливості проявів психологічних механізмів захистів у людей середнього віку»

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

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

3. Строк подання роботи на кафедру 14.02.2022р.

4. Мета кваліфікаційної роботи

Виявлення специфіки проявів психологічних механізмів захистів у людей середнього віку (30 - 45 років).

5. Завдання випускної кваліфікаційної роботи

1. Визначити поняття та функції психологічних захистів
2. Дослідити специфіку проявів психологічних механізмів захисту у людей середнього віку (30-45 років).
3. Надати практичні рекомендації жінкам і чоловікам середнього віку (30-45 років), що витікають з 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 ПРІСНЯКОВА

Здобувач вищої освіти


(підпис)

Аліна КАРАСЬОВА

Дата видавання завдання 29.09.2021р.

АНОТАЦІЯ

Карасьова А.Ю. Особливості проявів психологічних механізмів захистів у людей середнього віку / Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «магістр» за спеціальністю 053 «Психологія» (освітньо-професійна програма «Психологія»). ВВПЗ ДГУ, Дніпро, 2022.

Зміст анотації

Актуальність теми дослідження. Суть людини, його явні і приховані можливості, були предметом гуманітарних досліджень упродовж багатьох тисячоліть. Особливо пильна увага при цьому приділялася неусвідомлюваним проявам особи, оскільки те, що можна упізнати легко, навряд чи буде дійсно важливим і значимим. В результаті, на сьогодні відомі, як мінімум, п'ять класів неусвідомлюваних психічних проявів, серед яких понад усе неясним і суперечливим є феномен психологічного захисту. В усякому разі, незважаючи на значну кількість досліджень в області психологічного захисту, по ряду основних моментів, що обкреслюють загальні контури поняття, між дослідниками досі відзначаються істотні розбіжності. Також дуже великий список істотних розбіжностей відносно психологічного захисту особи і на практичному рівні. Прикладом тому може служити питання, що неодноразово ставилося дійсною психологічною практикою питання чи вважати психологічний захист причиною порушення психічного здоров'я особи, або навпроти, умовою, сприяючою її адекватному розвитку. У зв'язку з цим затребуваність пильнішого вивчення психологічного захисту не дивує, тим більше що в принципі пізнання будь-якого психологічного явища, яким би ґрунтовним і глибоким воно не було, насправді не завершимо, а значить завжди відкрито для нового переосмислення і поглиблення.

Стан наукової розробленості дослідження: як науковий факт, феномен психологічного захисту уперше був зафіксований в парадигмі психоаналітичного напрямку. Пріоритет опису психологічних захистів належить Зигмунду і Ганні Фрейд, погляди, яких забезпечили дві тенденції її

розгляду. З одного боку, психологічний захист розглядається як предмет дослідження патопсихології і інших клінічних напрямів. З іншого боку, психологічний захист стає предметом психології розвитку, передусім, на рівні дитячого і частково підліткового віків.

Відмінностям психологічних захистів від психологічних бар'єрів присвячені дослідження у напрямі психологічної антропології.

Мета дослідження: виявлення специфіки проявів психологічних механізмів захистів у людей середнього віку (30 - 45 років).

Гіпотеза - ми припускаємо, що прояв психологічних захистів з віком змінюється, специфіка їх проявів у молодому віці (20 - 29 років) відрізняється від специфіки прояви в середньому віці (30 - 45 років).

Об'єкт дослідження: психологічні захисні механізми у людей середнього віку (30-45 років).

Предмет дослідження: специфіка проявів психологічних механізмів захистів у людей середнього віку (30-45 років).

Завдання дослідження:

1. Визначити поняття та функції психологічних захистів.
2. Дослідити специфіку проявів психологічних механізмів захисту у людей середнього віку (30-45 років).
3. Надати практичні рекомендації жінкам і чоловікам середнього віку (30-45 років), що витікають з результатів дослідження.

Методи дослідження:

Експериментально - психологічний метод був представлений наступним набором психологічних методик:

1. Методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту в спілкуванні В. В. Бойко.
2. Опитувач Х. Шмішека на виявлення акцентуацій характеру.
3. Опитувач локус контролю Дж Роттера.
4. Копінг - поведінка в стресових ситуаціях (С. Норман, Д. Ф. Зндлер, Д. А, Джеймс, М. І. Паркер; адаптований варіант Т. А. Крюк).

5. Методика виявлення психологічних захистів Келлермана-Плутчика.

Наукова практична значущість дослідження визначається реальними можливостями використання його результатів у соціальній психології освіти, так, як вирішують актуальні питання, пов'язані з професійним становленням особистості; а також дозволяють здійснити диференційований підхід до вивчення захисних механізмів; відкривають нові можливості для розробки програм, що сприяють корекції цих механізмів з урахуванням індивідуальних характерологічних особливостей особистості.

Теоретична значимість дослідження полягає в тому, що його результати розширюють наукове уявлення про психологічні захисні механізми у людей середнього віку (30-45 років) прояви яких, дозволяють на теоретичній основі визначити нестандартні підходи до вивчення захисних механізмів, способами їх оволодіння соціальній групі залежно від індивідуально-типологічних особливостей особистості; розроблений підхід служить базисом для нових наукових розробок в галузі соціальної психології освіти; крім того, показують дослідне поле в таких галузях, як соціальна психологія особистості у професійній діяльності та соціальна психологія організацій.

Полігон дослідження: дослідження проводилось на базі м. Дніпра. В дослідженні взяло участь 80 осіб чоловічої і жіночої статі віком від 20 до 45 років.

Структура роботи: робота складається із вступу, трьох розділів - двох теоретичних та одного практичного, висновків, списку літературних джерел та додатків. Робота викладена на 113 сторінках, містить 10 таблиць, та 20 рисунків. В роботі використано 114 літературних джерел.

Список публікацій здобувача:

1. Пріснякова Л. М., Карасьова А. «Вплив напрямку професійної підготовки на типологію психологічного захисту.» (с.490) The 10th International scientific and practical Conference “Results of modern scientific

research and development” (December 12-14, 2021) Barca Academy Publishing, Madrid, Spain. 2021. 784 p.

2. Пріснякова Л. М., Карасьова А. «Вікові та статеві особливості копінг поведінки в стресових ситуаціях.» (с.467) The 7th International scientific and practical conference “Modern directions of scientific research development” (December 22-24, 2021) BoScience Publisher, Chicago, USA. 2021. 880 p.

ЗМІСТ

ВСТУП	15
РОЗДІЛ 1. АНАЛІЗ НАУКОВОЇ ЛІТЕРАТУРИ З ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ ЗАХИСТІВ	19
1.1. Поняття психологічних захистів в психології	19
1.2. Види психологічних захистів	24
1.3. Система психологічного захисту особистості	36
1.4. Еволюція способів захисту	38
1.5. Вікові особливості проявів психологічних захистів.....	43
Висновки до першого розділу.....	48
РОЗДІЛ 2. ЕМПЕРІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ ЗАХИСТІВ	51
2.1. Організація дослідження	51
2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих даних	54
2.3. Рекомендації жінкам і чоловікам середнього віку (30-45 років) що витікають.....	78
2.4. Розвиток психологічних захисних механізмів в онтогенезі.....	84
2.5. Особливості психологічного захисту в осіб з характерологічними особливостями.....	93
Висновки до другого розділу	98
ВИСНОВКИ	101
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	104

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Суть людини, його явні і приховані можливості, були предметом гуманітарних досліджень упродовж багатьох тисячоліть. Особливо пильна увага при цьому приділялася неусвідомлюваним проявам особи, оскільки те, що можна упізнати легко, навряд чи буде дійсно важливим і значимим. В результаті, на сьогодні відомі, як мінімум, п'ять класів неусвідомлюваних психічних проявів, серед яких понад усе неясним і суперечливим є феномен психологічного захисту. В усякому разі, незважаючи на значну кількість досліджень в області психологічного захисту, по ряду основних моментів, що обкреслюють загальні контури поняття, між дослідниками досі відзначаються істотні розбіжності. Також дуже великий список істотних розбіжностей відносно психологічного захисту особи і на практичному рівні. Прикладом тому може служити питання, що неодноразово ставилося дійсною психологічною практикою питання чи вважати психологічний захист причиною порушення психічного здоров'я особи, або навпроти, умовою, сприяючою її адекватному розвитку. У зв'язку з цим затребуваність пильнішого вивчення психологічного захисту не дивує, тим більше що в принципі пізнання будь-якого психологічного явища, яким би ґрунтовним і глибоким воно не було, насправді не завершимо, а значить завжди відкрито для нового переосмислення і поглиблення.

Стан наукової розробленості дослідження: як науковий факт, феномен психологічного захисту уперше був зафіксований в парадигмі психоаналітичного напрямку. Пріоритет опису психологічних захистів належить Зигмунду і Ганні Фрейд, погляди, яких забезпечили дві тенденції її розгляду. З одного боку, психологічний захист розглядається як предмет дослідження патопсихології і інших клінічних напрямів Фрейд 3. [69], Хорні К. [74], Рожнів В. Е. [59], Банщиків В. М. [4], Ташликов В. А. [65], Воловик В. М. [14], Добрович А.Б. [18], Вид В. Д. [12], Ротенберг В. С. [61], Зачеписцький Р. А. [22], Михайлов А.Н. [43] та ін. З іншого боку,

психологічний захист стає предметом психології розвитку, передусім, на рівні дитячого і частково підліткового віків Фрейд Г. [67], Блюм Г. [8], Кляйн М. [28], Тауск В. [64], Грановська Р. М. [15], Нартова -Бочавер С. К. [46] та ін.

Відмінностям психологічних захистів від психологічних бар'єрів присвячені дослідження у напрямі психологічної антропології Фролова Г. С. [72], Андреева Г.М. [3], Майсак Н.В. [37] та ін.

Мета дослідження: виявлення специфіки проявів психологічних механізмів захистів у людей середнього віку (30 - 45 років).

Гіпотеза - ми припускаємо, що прояв психологічних захистів з віком змінюється, специфіка їх проявів у молодому віці (20 - 29 років) відрізняється від специфіки прояви в середньому віці (30 - 45 років).

Об'єкт дослідження: психологічні захисні механізми у людей середнього віку (30-45 років).

Предмет дослідження: специфіка проявів психологічних механізмів захистів у людей середнього віку (30-45 років).

Завдання дослідження:

1. Визначити поняття та функції психологічних захистів.
2. Дослідити специфіку проявів психологічних механізмів захисту у людей середнього віку (30-45 років).
3. Надати практичні рекомендації жінкам і чоловікам середнього віку (30-45 років), що витікають з результатів дослідження.

Методи дослідження:

Експериментально - психологічний метод був представлений наступним набором психологічних методик:

1. Методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту в спілкуванні В. В. Бойко.
2. Опитувач Х. Шмішека на виявлення акцентуацій характеру.
3. Опитувач локус контролю Дж Роттера.
4. Копінг - поведінка в стресових ситуаціях (С. Норман, Д. Ф. Зндлер, Д. А,

Джеймс, М. 1. Паркер; адаптований варіанті. А. Крюк).

5. Методика виявлення психологічних захистів Келлермана-Плутчика.

Наукова практична значущість дослідження визначається реальними можливостями використання його результатів у соціальній психології освіти, так, як вирішують актуальні питання, пов'язані з професійним становленням особистості; а також дозволяють здійснити диференційований підхід до вивчення захисних механізмів; відкривають нові можливості для розробки програм, що сприяють корекції цих механізмів з урахуванням індивідуальних характерологічних особливостей особистості.

Теоретична значимість дослідження полягає в тому, що його результати розширюють наукове уявлення про психологічні захисні механізми у людей середнього віку (30-45 років) прояви яких, дозволяють на теоретичній основі визначити нестандартні підходи до вивчення захисних механізмів, способами їх оволодіння соціальній групі залежно від індивідуально- типологічних особливостей особистості; розроблений підхід служить базисом для нових наукових розробок в галузі соціальної психології освіти; крім того, показують дослідне поле в таких галузях, як соціальна психологія особистості у професійній діяльності та соціальна психологія організацій.

Полігон дослідження: дослідження проводилось на базі м. Дніпра. В дослідженні взяло участь 80 осіб чоловічої і жіночої статі віком від 20 до 45 років.

Особистий внесок магістранта: по темі магістерської роботи було зроблено наступні публікації:

1. Пріснякова Л. М., Карасьова А. «Вплив напрямку професійної підготовки на типологію психологічного захисту.» (с.490) The 10th International scientific and practical conference “Results of modern scientific research and development” (December 12-14, 2021) Barca Academy Publishing, Madrid, Spain. 2021.784 p.

2. Пріснякова Л. М., Карасьова А. «Вікові та статеві особливості

копінг поведінки в стресових ситуаціях.» (с.467) The 7th International scientific and practical conference “Modern directions of scientific research development” (December 22-24, 2021) BoScience Publisher, Chicago, USA. 2021.880 p.

Структура роботи: робота складається із вступу, трьох розділів - двох теоретичних та одного практичного, висновків, списку літературних джерел та додатків. Робота викладена на 100 сторінках, містить 10 таблиць, та 20 рисунків. В роботі використано 114 літературних джерел.

ВИСНОВКИ

Узагальнюючи результати дослідження ми можемо зробити наступні висновки:

1. Актуальність нашої теми полягає в тому, що суть людини, його явні і приховані можливості, були предметом гуманітарних досліджень упродовж багатьох тисячоліть. Особливо пильна увага при цьому приділялася неусвідомлюваним проявам особистості. В результаті, на сьогодні відомі, як мінімум, п'ять класів неусвідомлюваних психічних проявів, серед яких понад усе неясним і суперечливим є феномен психологічного захисту. У зв'язку з цим затребуваність пильнішого вивчення психологічного захисту набуває гострої потреби. Тим більше що в принципі пізнання будь-якого психологічного явища, яким би ґрунтовним і глибоким воно не було, насправді не завершено, а значить завжди відкрито для нового переосмислення і поглиблення.

Термін, психологічні захисти, було уперше введено З. Фрейдом, а пізніше був детальніше розроблений іншими психоаналітиками, в першу чергу Ганною Фрейд. На даний момент це поняття, в тій або іншій формі, увійшло до практики більшості психотерапевтів, незалежно від напрямку психології, якого вони дотримуються. Отже, захисний механізм діє як неусвідомлюваний психічний процес, спрямований на мінімізацію негативних переживань. Захист не є «вбудована» від народження особова структура. В процесі соціалізації захисні механізми виникають, змінюються, перебудовуються під впливом соціальних дій. У ряді досліджень було показано, що здатність до захисної психічної діяльності виражена у різних людей різною мірою. Також не існує загальновизнаної класифікації захисних механізмів психіки, багато складних механізмів захисту є поєднанням простіших, раніше за тих, що сформувалися.

Основна функція психологічного захисту - запобігання порушення внутрішньої стійкості особистості і соціальної спільності, нормального ходу

психічного життя людини і його поведінки під впливом небажаних і соціально шкідливих наслідків. Функції психологічних захистів, з одного боку, можна розглядати як позитивні, оскільки вони оберігають особу від негативних

переживань, сприйняття психотравмуючої інформації, усувають тривогу і допомагають зберегти в ситуації конфлікту самоповагу. З іншого боку, вони можуть оцінюватися і як негативні. Дія захистів зазвичай нетривало і триває до тих пір, поки потрібний «передих» для нової активності.

Кожен віковий період характеризується особливим видом діяльності. При переході з одного періоду в інший міняється і провідна діяльність. Всяка зміна життєвого положення в громадському, трудовому, особистому житті веде до зміни відношення до себе як до діяча і суб'єкта цього положення. Тенденцію змінюватися мають і психологічні захисти внаслідок діяльності.

2. Дослідження специфіки проявів психологічних механізмів захистів у людей середнього віку, дозволило виявити ряд закономірностей. Специфіка прояву психологічних захистів у людей середнього віку відрізняється від людей молодшого віку. Порівняно з попередніми віковими проявами, можна сказати, що специфіка прояву психологічних захистів у людей середнього віку полягає в тому, що цей вік вимагає від чоловіків і жінок бути відповідальними не тільки за себе, а і за все оточення навколо них. Ця відповідальність накладає помітний відбиток в проявах психологічних захистів.

Чоловіки з віком стають більш миролюбні 72% (див. рис. 2.1), що дає змогу йти на компроміси і вступати в партнерство, бути готовими жертвувати своїми інтересами, у жінок спостерігається збільшення проявів агресії 12%(див. рис. 2.2), тому що вони більш піддаються стресу і більш вразливі, а агресивна поведінка, як відомо, є однією з форм реагування на різні несприятливі у фізичних і психічних відносинах життєві ситуації, що викликають стрес, фрустрацію стану.

Чоловіки і жінки більш починають розуміти, що відповідальність за їх

досягнення і невдачі, вони несуть самі. В стресових ситуаціях вони спрямовані на раціональне вирішення проблеми, пов'язане із створенням і виконанням плану у важкій ситуації, схильні шукати допомоги у інших.

З віком тенденція деяких психологічних захистів взагалі зменшується, але є такі захисти як інтелектуалізація і реактивні утворення, які навпаки, починають частіше приходити на допомогу. Це пов'язано з тим, що жінки і чоловіки намагаються більш відповідати соціальним нормам і більш раціонально вирішувати проблеми.

1. При роботі з жінками і чоловіками середнього віку (30-45 років) над подоланням негативних проявів психологічних захистів, слід звертати увагу на розвиток навичок самоконтролю та саморегуляції.

Один із способів і напрямів збереження і відновлення стабільності особи або групи осіб являються методи саморегуляції. Виділяють декілька напрямів психічної саморегуляції, які включають різні методи : індивідуальні і групові. Можна самому виконувати деякі техніки саморегуляції, але більшого ефекту подолання неприємних переживань, можна добитися за допомогою психолога - спеціаліста, який виконає більш ефективну роботу на шляху до надбання здорового психічного життя. Найпотужнішим методом відновлення емоційної рівноваги є аутогенне тренування (аутотренінг). За допомогою аутотренінгу можна свідомо зняти у себе нервову напругу, почуття тривоги, страху, занепокоєння. Корекційна робота повинна бути направлена на розвиток соморелекції і набуття емоційної стійкості в стресових ситуаціях.