

потребують особливих освітніх послуг, і розвитку толерантності до них нормативних дітей та вчителів. Це сприятиме забезпеченню психологічної безпеки освітнього середовища для всіх учасників навчально-виховного процесу, а отже, успішному впровадженню інклюзивного навчання.

Ющенко І. М.

РОЛЬ ДОЛАЮЧЕ-ЗАХИСНОЇ ПОВЕДІНКИ У СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІЙ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ

Підлітковий вік – складний суперечливий і критичний етап становлення особистості. Даний віковий період є найбільш інтолерантним щодо негативних стресових впливів та характеризується активізацією різноманітних форм адаптаційних процесів, розвитком стратегій адаптації, зокрема вдосконаленням захисної та долаючої поведінки (копінгу).

Під копінг-поведінкою в сучасній психології розуміється системний особистісний спосіб реагування, взаємодії з ситуацією відповідно до її значущості, складності та психологічних можливостей особистості. Поняття «копінг» охоплює широкий спектр людської активності – від несвідомого психологічного захисту до цілеспрямованого подолання кризових ситуацій. Психологічний захист переважно трактується як процес інтрапсихічної адаптації особистості за рахунок підсвідомої переробки інформації, що надходить із зовнішнього світу.

Єдиної точки зору щодо співвідношення цих форм адаптаційного процесу сьогодні не існує, втім у сучасних дослідженнях процеси копінгу та механізми психологічного захисту розглядаються як складові єдиного адаптаційного процесу, що умовно називається індивідуальним стилем долаюче-захисної поведінки (С. Посохова, І. Ветрова, К. Ануфріюк та ін.). Припускається, що психологічний захист задає напрям та діапазон копінгу, який формується на більш пізньому етапі онтогенетичного розвитку.

Все вищеокреслене визначає важливість виявлення особливостей долаюче-захисної поведінки в контексті вивчення проблеми соціально-психологічної адаптації підлітків. З цією метою нами було проведене дослідження, у якому взяли участь 185 учнів першого курсу ліцею залізничного транспорту м. Чернігова. Дослідження проводилося у вересні-листопаді 2017 року (у період звикання учнів до нових умов життя та навчання). Для діагностики долаюче-захисної поведінки використовувався опитувальник WCQ (Р. Лазарус, С. Фолкман) та опитувальник «Індекс життєвого стилю» (Х. Келлерман, Р. Плутчик). Для виявлення рівня соціально-психологічної адаптованості застосовувалась шкала соціально-психологічної адаптованості (К. Роджерс, Р. Даймонд).

Були отримані такі результати. По всій вибірці за ступенем вираження копінг-стратегій переважають стратегії «Прийняття відповідальності за виникнення проблеми», «Планування вирішення проблеми» та «Пошук соціальної підтримки». Найменш вираженими виявились такі неконструктивні стратегії, як «Втеча» та «Дистанціювання». Стратегії самоконтролю, позитивної переоцінки та конфронтації мають у досліджуваних середній рівень вираження.

Серед захисних механізмів найчастіше використовується «Компенсація». Особи, які надають перевагу останній, характеризуються як мрійники та шукачі ідеалів у різних сферах людської життєдіяльності. Ці якості видаються нам цілком типовими для представників досліджуваного вікового періоду. Слід також підкреслити значний розрив між показниками компенсації та іншими механізмами психологічного захисту.

Другим за ступенем вираження механізмом психологічного захисту виявилось «Витіснення». Особи, для яких воно характерне, схильні «виводити» за межі свідомості неприйнятні думки, бажання, почуття або замінювати їх на протилежні, про що свідчить високий рівень вираження механізму «Реактивне утворення».

Найменш вираженим у підлітків виявився захисний механізм «Заперечення». Слабо представлений у поведінковому репертуарі підлітків і механізм «Інтелектуалізація», який є одним із найбільш зрілих та ефективних. Загалом дослідження

показало, що інтенсивність використання захисних механізмів у підлітків невисока, що свідчить про гарну адаптованість. Дане положення підтверджується тим, що показник рівня адаптованості за методикою К. Роджерса та Р. Даймонда дещо перевищує середні значення.

Порівняння показників вираження захисних механізмів в осіб різної статі виявило статистично значущу різницю за деякими з них. Хлопці частіше порівняно з дівчатами використовують механізми «Заперечення» та «Витіснення». Вочевидь, це можна пояснити особливостями їх статево-рольового виховання. «Заперечення» розвивається як захисна реакція на неприйняття, емоційну індіферентність або негативні емоційні реакції оточуючих, забезпечуючи впевненість у собі, незалежність від оцінки інших, байдужість до критики, честолюбство – ті якості, що вважаються бажаними для чоловіків. Механізм «Витіснення» застосовується для стримування емоції страху, прояв якої у чоловіків не схвалюється суспільством.

У дівчат частіше, ніж у хлопців, зустрічаються такі види захисту, як «Заміщення» та «Інтелектуалізація». Перший механізм виявляється у тому, що негативні емоції не придушуються, а навпаки, активно спрямовуються, але на об'єкти безпечніші або доступніші, ніж ті, що викликали ці емоції. Перевага механізму «Інтелектуалізація» (більш зрілого механізму психологічного захисту) у дівчат свідчить також про їх більш високий рівень особистісного розвитку порівняно з хлопцями.

Щодо стратегій подолання, то в дівчат більше представлені «Пошук соціальної підтримки», «Прийняття відповідальності» та «Втеча». Отримані дані цілком очікувані та узгоджуються з даними інших психологічних досліджень, що виявили у дівчат більшу самокритичність, відповідальність та просоціальну орієнтованість.

Виявлено, що хлопці частіше, ніж дівчата, застосовують копінг-стратегію «Планування вирішення проблеми». Ми вбачаємо у цьому становлення «чоловічого», тобто раціонального, логічного, аналітичного підходу у виборі поведінки.

Загалом отримані дані свідчать про те, що дівчата надають перевагу емоційно та соціально орієнтованим копінг-стратегіям. Хлопці частіше обирають раціональний підхід до вирішення проблемних ситуацій. Втім у хлопців більш вираженими є примітивні захисні механізми, натомість дівчата схильні використовувати складніші, ефективніші та зріліші захисні механізми.

За результатами кореляційного аналізу виявлено тісний взаємозв'язок механізмів психологічного захисту та стратегій долаючої поведінки по всій вибірці. Системотвірним фактором виступає механізм «Регресія», який утворює позитивні взаємозв'язки з усіма стратегіями подолання, крім стратегії «Дистанціювання». Виходить, що спроби подолати складну ситуацію, використовуючи свідомі стратегії, пов'язані з «запуском» механізму «Регресія», що розвивається в онтогенезі для стримування почуття невпевненості в собі та страху невдачі, пов'язаних із проявом ініціативи.

Отримані дані дещо суперечать уявленню про те, що психологічні захисти активізуються при дефіциті стратегій подолання. Навпаки, згідно з нашими даними, виявилось, що активізація захистів та копінг-стратегій здійснюється синхронно: чим вищий рівень використання копінг-стратегій, тим вищий рівень використання стратегій психологічного захисту і навпаки.

Виявилось, що такі захисні механізми як «Реактивне утворення» та «Витіснення», а також копінг-стратегія «Планування» позитивно взаємопов'язані з рівнем адаптованості, яка інтерпретується як емоційний комфорт, прийняття себе та оточення. Отже, «забування» інформації, пов'язаної з конфліктом, напруженням, підміна справжніх почуттів та емоцій на соціально прийнятні, та, водночас, пошук способів вирішення проблеми сприяє соціально-психологічній адаптації підлітків. Можливо, що «Реактивні утворення» та «Витіснення» у підлітковому віці виступають як єдиний, поки що доступний, спосіб упоратись із тими думками та бажаннями, які у суспільстві оцінюються як неприйнятні, які свідомість підлітка ще не в змозі адекватно оцінити.

Решта захисних механізмів, як і очікувалось, здійснюють скоріше негативний внесок в адаптацію. Чим більше в репертуарі копінг-поведінки представлена стратегія «Заміщення» (перенесення негативних емоцій на безпечні або доступні об'єкти) та «Проекція» (приписування оточуючим власних негативних якостей), тим нижче рівень адаптованості. Такі стратегії копінг-поведінки як «Втеча» від проблеми та «Прийняття відповідальності» також не сприяють соціально-психологічній адаптації підлітка.

Окрім того, встановлено відмінність у структурі взаємозв'язків долаюче-захисної поведінки залежно від статі. Виявлено різницю між хлопцями та дівчатами за кількістю зв'язків показників досліджуваного феномену: у дівчат їх кількість дещо більша (22 проти 18). Це, на нашу думку, свідчить про більш інтегровану структуру копінг-поведінки у дівчат. Те, як вони справляються з проблемою на несвідомому рівні, має значно вищу ступінь узгодженості з їхнім реагуванням на рівні свідомої поведінки. У дівчат більшість копінг-стратегій та механізми психологічного захисту взаємопов'язані з рівнем адаптованості. Інакше кажучи, їх індивідуальна долаюче-захисна поведінка більшою мірою, ніж у хлопців, включена у структуру соціально-психологічної адаптації.

Проаналізувавши отримані взаємозв'язки, можна зробити наступні висновки. Дівчат-підлітків увиразнює більш інтегрована та цілісна структура долаюче-захисної поведінки, а їх стратегії адаптивної поведінки є більш зрілими і більшою мірою визначають рівень адаптованості.

Такий захисний механізм як «Реактивне утворення» має просоціальну спрямованість і сприяє адаптації підлітків. Водночас актуалізація таких механізмів психологічного захисту, як «Заміщення» та «Проекція» призводить до дезадаптації.

Соціально-психологічній адаптації сприяє така копінг-стратегія як «Планування вирішення проблеми», а перешкоджають – «Втеча від проблем» та «Прийняття відповідальності за виникнення проблемної ситуації». Вірогідно, надмірна самокритичність, почуття провини та тривожність, пов'язані з актуалізацією даних стратегій, не сприяють соціально-психологічній адаптації підлітків.