

Министерство образования и науки РФ
Филиал Федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
в г.Тихорецке

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

КУРСОВАЯ РАБОТА

по дисциплине «Общая психология»

**СТРУКТУРА И РАЗВИТИЕ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ ЛИЧНОСТИ
В ПРОЦЕССЕ ЕЕ АДАПТАЦИИ**

Выполнил студент
гр. 16-Пс(б)-01

Т.М. Ларина

Проверил канд. психол. наук, доц.

И.И. Сердюк

Дата защиты _____

рег.№ _____

Оценка _____

от _____ 201__ г.

г. Тихорецк
2016 – 2017 уч. год

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1 Психологическая защита личности как предмет научной рефлексии.....	5
1.1 Разработанность проблемы психологической защиты в зарубежной психологии	5
1.2 Современные тенденции исследования психологической защиты в отечественной психологии	12
2 Ситуация развития личности в студенческом возрасте	21
2.1 Анализ психологических новообразований студенческого возраста	21
2.2 Противоречия студенческого возраста, инициирующие развитие личности в процессе ее адаптации	25
3 Активизация защитных механизмов личности и психолого-педагогическая поддержка студентов в период адаптации	29
3.1 Личностно-развивающая модель психологической защиты	29
3.2 Система психолого-педагогической поддержки студентов в вузе	33
Заключение.....	42
Список использованных источников.....	44

ВВЕДЕНИЕ

В последние десятилетия проблема личности по праву занимает центральное место в отечественной и зарубежной психологии. Научный интерес к ее изучению основан на многогранности феноменологии личности, междисциплинарном статусе проблемы. Однако, несмотря на появление значительного количества работ, направленных на исследование закономерностей развития личности, по-прежнему вне поля зрения отечественных ученых остается проблема развития ее психологических механизмов, оптимизирующих взаимодействие с социальной средой.

Между тем, процессы, происходящие в настоящее время в стране, придают разработке этой проблематики особую актуальность. Ситуация развития личности в современном российском обществе характеризуется крайней нестабильностью, связанной с произошедшими социально-экономическими и политическими изменениями. Ломка привычных, годами установившихся стереотипов жизнедеятельности и возрастание потока агрессивно насыщенной информации снижают резистентность личности к деструктивным влияниям.

Это положение следует признать особенно актуальным для высшей школы, учитывая социальные, психологические и возрастные аспекты ее контингента. Анализ психологической, социологической и медицинской литературы показывает, что переход к вузовской форме обучения является сложным адаптационным процессом, нарушение которого отражается на психологическом комфорте и нервно-психическом здоровье студентов, на их развитии и эффективности обучения (Р.Р. Блажис, А.А. Гройсман, В. И. Крутов, Н.А Агаджанян, С.М. Мадорская, Ю.А. Самарин.и др.).

Сопоставление этих данных с результатами исследований последних лет (О.Ф. Алексеева, В.И. Карандашев, Е.И. Третьякова, М.С. Яницкий и др.), позволяет сделать вывод о том, что решение традиционных для вуза проблем

развития и социально-психологической адаптации студентов в настоящее время осложнено ухудшением условий их существования. Это дает основания отнести проблему психологической защиты студенчества к числу наиболее актуальных проблем высшей школы.

Цель исследования состоит в изучении защитных механизмов личности в процессе ее адаптации к обучению в вузе.

Объектом исследования является система психологической защиты личности.

Предмет исследования – активизация защитных механизмов личности и психолого-педагогическая поддержка студентов в период адаптации.

Задачи исследования.

1 Проанализировать изученность проблемы психологической защиты в зарубежной и отечественной психологии.

2 Изучить ситуацию развития личности в студенческом возрасте.

3 Рассмотреть условия активизации защитных механизмов личности и психолого-педагогической поддержки студентов в период адаптации.

Для решения поставленных задач был использован теоретико-методологический анализ, обобщение и интерпретация научной литературы по теме исследования.

Курсовая работа изложена на 45 страницах, состоит из введения, трех глав, заключения и списка использованных источников (27 источников), содержит 1 рисунок.

1 Психологическая защита личности как предмет научной рефлексии

1.1 Разработанность проблемы психологической защиты в зарубежной психологии

Феноменология психологической защиты впервые стала предметом научного анализа в психоаналитической теории З. Фрейда. Формирование предпосылок психоаналитической концепции психологической защиты первоначально происходило в рамках исследования З. Фрейдом различных форм истерии. Впервые к понятию «защита» он обратился в 1894 году в работе «Психоневрозы защиты», где, анализируя с патогенетической точки зрения разновидности истерии [25].

В работе «Набросок научной психологии» (1895) З. Фрейд разделяет защиту на нормальную и патологическую. Нормальная защита осуществляется при переживании вновь прежнего болезненного опыта путем поступательного снижения его болезненности. В отличие от нормальной защиты, патологическая защита, по Фрейду, обусловлена приливом внутреннего возбуждения и, таким образом, порождается не силой аффекта как такового, а особыми условиями, которые наличествуют лишь в сексуальной области [25].

В ранние периоды творчества З. Фрейда термины «защита» и «вытеснение» используются им как однозначные с известным предпочтением термина «защита». Однако, уже в сочинениях 1915 года понятие «психологическая защита» употребляется им в двух различных смыслах: оно либо обозначает всю совокупность защитных процессов, свойственных тому или иному неврозу, либо использование с целью защиты определенной «судьбы влечения» (вытеснения, обращения на себя, реактивного образования и др.).

Позднее З. Фрейд рассматривает психологическую защиту как систему механизмов, позволяющих согласовать возникающие переживания, снять

внутренний конфликт. В самом широком понимании защита выступает как «общее обозначение для всех приемов, которыми «Я» пользуется в ситуации конфликтов, способных привести к неврозу» [25].

Обобщая вышеизложенное можно сказать, что в рамках психоаналитической теории З. Фрейда под защитой понимается совокупность действий, нацеленных на уменьшение или устранение любого изменения, угрожающего целостности и устойчивости биопсихического индивида. При этом, доминантой в понимании защитных механизмов Фрейдом является их гомеостатическая и гедонистическая направленность. Первое проявляется в том, что защитные механизмы рассматриваются как средство противодействия внешним и внутренним факторам, нарушающим стабильность внутреннего мира личности, а психологическая защита в целом, будучи направленной на устранение или сведение до минимума чувства тревоги, связанного с конфликтом, выполняет, таким образом, регулятивную функцию.

Вместе с тем, конечной целью всех защитных механизмов, по Фрейду, реализация принципа удовольствия. Основанием для такого вывода послужил тот факт, что в качестве основного и даже единственного механизма психологической защиты длительное время рассматривалось вытеснение, а «мотив и цель всякого вытеснения составляет ни что иное, как избегание неудовольствия» [25].

В 20-е годы XX столетия проблема «защитных механизмов» обозначилась как новая теоретическая проблема психоанализа. Ее исследование продолжила Анна Фрейд, являющаяся представителем эго-психологии – самостоятельного научного направления, возникшего на базе психоанализа. Именно А. Фрейд впервые ввела в обращение понятие «защитные механизмы», дала целостное теоретическое обоснование защитным проявлениям личности, классифицировав и описав различные способы защиты [24].

Общее понимание механизмов защиты А. Фрейд базируется на посылаках, сделанных в работах отца и предложенная ею классификация имеет в основе десять описанных З. Фрейдом механизмов защиты. Первые пять из них –

вытеснение, регрессия, формирование реакции, изоляция и уничтожение – рассматриваются З. Фрейдом как защитные техники, используемые при неврозах навязчивости; интроекция и проекция характеризуются как «невротические механизмы». К перечисленным способам защиты А. Фрейд добавляет еще пять, менее значимых и чаще связанных с определенным периодом развития личности: идентификация с агрессором, аскетизм, интеллектуализация, ограничение Я, фантазия [24].

Концепция А. Фрейд представляется особенно интересной в связи с тем, что психологическая защита рассматривается в более широком плане, раскрывается процесс формирования защитных механизмов и его внешние детерминанты, акцентируется внимание на роли психической защиты в снятии социогенных конфликтов.

Продуктивность идей З.Фрейда привлекла многих талантливых психотерапевтов, ставших его последователями.

К. Юнг, А. Адлер, А. Фрейд, Э. Эриксон, К. Хорни, Э. Фромм, Г.С. Салливен, В. Райх, сходясь в понимании защитных механизмов личности как всепроникающего и неотъемлемого свойства индивида.

Защитные проявления личности К. Юнг связывает с несоответствием между требованиями внешней среды и основной типологической установкой индивида. Вводя понятие «установки бессознательного», К. Юнг рассматривает отношение бессознательного к сознательному как компенсаторное. Активность, направленная на внутреннюю психическую жизнь личности, выдвигает на первый план в ее поведении инфантильные желания и установки, в результате чего, элементы «коллективного бессознательного» получают преобладающее место в жизни индивида [27].

Важный вклад в понимание сущности психологической защиты был внесен А. Адлером. В качестве источника конфликта, приводящего в действие защитные механизмы личности Адлер рассматривает противоречие между двумя врожденными неосознанными тенденциями – чувством неполноценности и стремлением к превосходству (в более поздних произведениях Адлера этот

мотив был переосмыслен как стремление к совершенствованию и достижению «личностного идеала»). Преодолению этого конфликта способствует компенсация – возмещение недоразвитых или нарушенных функций. Адлер выделяет четыре основных вида компенсации – неполная, полная, гиперкомпенсация и мнимая компенсация (уход в болезнь). В сочетании с жизненным стилем и уровнем развития «общественного чувства» тот или иной тип компенсации приводит к формированию определенного типа развития личности [13].

К. Хорни, разделяя основные положения психоанализа о ведущей роли бессознательного, об антагонизме природного и социального в человеке, акцентировала внимание на значении воздействий окружающей социальной среды на формирование личности. В качестве основополагающего конфликта К. Хорни рассматривает так называемый «базальный конфликт», составляющий ядро всякого невроза [26]. К. Хорни выделяет три типа людей в соответствии с их стратегией противостояния «несущему угрозу окружающему миру»: уступающий тип, движущийся навстречу людям; агрессивный тип, движущийся против людей; отстраненный тип, движущийся от людей.

Стратегии социального поведения вырабатываются в детстве и на их формировании сказываются как врожденные особенности индивида, так и его непосредственное социальное окружение. В процессе выработки той или иной стратегии у ребенка появляются устойчивые наклонности и черты характера, так называемые «невротические комплексы», выполняющие по сути защитную функцию.

Согласно взглядам Г.С. Салливена, главной детерминантой психического развития личности выступают межличностные отношения. По мнению Салливена, основными источниками конфликтов являются несоответствие потребностей способам их удовлетворения, а также беспокойство личности по поводу своей безопасности, передающееся ребенку от матери и развивающееся в неблагоприятных межличностных ситуациях. В качестве основного механизма защиты от них выступает особая инстанция личности – «система

самости», – предписывающая и запрещающая определенные образцы поведения [13].

В противоположность тезису психоанализа об антагонизме личности и общества, в концепции Э. Эриксона построена на идее о социокультурной обусловленности психики индивида [13].

Адаптационный процесс, в рамках которого Эриксон рассматривает защиту, носит двусторонний характер. В системе «индивид – среда» одной стороной адаптационного взаимодействия является конфликт и защиты, а другой – сотрудничество и гармония. При этом он выдвигает положение о взаимном непрерывном приспособлении индивида и общества. Конфликты Эриксон рассматривает как один из возможных исходов взаимодействия индивида и среды, имеющих место тогда, когда защитные реакции индивида и «уступки» среды недостаточны для установления нарушенного гомеостатического равновесия.

Гуманистическая психология, выдвигающая положение об оптимальном взаимодействии личности и среды, рассматривает внутриличностный конфликт и связанную с ним психологическую защиту в их тесной связи с развитием личности.

Один из основателей гуманистической психологии, Г. Олпорт в качестве главного постулата своей теории выдвинул положение о том, что личность является открытой и саморазвивающейся психофизиологической системой, ядро которой составляет человеческое Я. Данное утверждение подчеркивает значение окружающего для развития личности, открытость человека для контактов и влияния внешнего мира. При этом, Олпорт утверждал, что общение личности с обществом продиктовано не стремлением к уравниванию со средой, а потребностью во взаимообщении и взаимодействии с ней. Резко возражая против общепринятого постулата, что развитие – это адаптация, приспособление человека к окружающему миру, Олпорт доказывал, что в основе развития личности лежит стремление к

нарушению равновесия, потребность в постоянном развитии и совершенствовании [8].

Рассматривая защитные механизмы психики по своему генезу и в своем актуальном функционировании в их тесной зависимости от вытеснения, Г. Олпорт отмечал, что если бы желания, содержания памяти человека и его конфликты были полностью доступны сознанию, то он предпочел бы нормальное и реалистическое овладение ситуацией, а не прибегал бы к помощи защитных психических механизмов. Но, так как прямое и реалистическое овладение ситуацией, решение жизненных проблем трудно или даже невозможно, человек пользуется той или иной стратегией психологической защиты, особенно в том случае, когда истинная природа его внешних и внутренних конфликтов остается для него непонятной.

А. Маслоу противопоставляет гуманистическую психологию психоанализу. Одной из главных была мысль о том, что человек, в отличие от животных, не стремится к равновесию со средой, а напротив, хочет взорвать это равновесие, так как оно является смертью для личности.

Рассматривая развитие личности как поступательный процесс удовлетворения потребностей, имеющих определенную иерархию, А. Маслоу выдвигает в качестве высшей потребности человека, потребность в самоактуализации, под которой понимается стремление к самосовершенствованию, реализации генетически заложенного личностного потенциала. Степень самоактуализации личности связана со степенью адекватности ее представления о себе и, как результат первого – о мире. Именно поэтому психологическую защиту Маслоу рассматривает как зло, которое препятствует личностному росту.

Стремление к актуализации рассматривается в качестве основного мотива поведения человека и в концепции К. Роджерса. Под самоактуализацией он понимает стремление индивида развиваться в направлении все большей сложности, самодостаточности, зрелости и компетентности. В структуре «Я» Роджерс выделяет «Я-идеальное» – то, чем человеку хотелось бы быть и «Я-

реальное» – то, чем человек является сейчас. Идеалом самоактуализации человека, которого в действительности нет и к которому можно лишь приближаться, является «полноценно функционирующий человек», что соответствует самоактуализирующейся личности в концепции А. Маслоу [2].

Осознание личностью своих внутренних конфликтов рассматривается как условие душевного благополучия личности и в трудах Р. Мэя, интерпретирующего невротические конфликты и их следствие – невротическую тревожность как ограничение области сознания. При этом в качестве средств их преодоления он рассматривает расширение самосознания и переструктурирование жизненных целей и ценностей, а в качестве первого этапа психотерапевтического процесса выступает осознание личностью противоречий между основными целями [8].

Близка к гуманистической психологии и концепция В. Франкла, создателя теории и практики экзистенциального анализа и логотерапии. Главную причину человеческих трудностей В. Франкл видит в концентрации человека на самом себе, неспособности к самотрансценденции, что, в конечном счете, и приводит к «экзистенциальному вакууму», эмоционально переживаемому как отсутствие смысла жизни. В ситуации сильнейшей психологической травмы, связанной с заключением в концентрационный лагерь. Наиболее типичными на первом этапе, по его наблюдениям, являются реакции деперсонализации (ощущение расщепления личности), отрицания (иллюзия помилования) и «ухода» (попытки самоубийства). На втором этапе, в фазе адаптации наступает апатия, которую Франкл рассматривает как феномен внутреннего приспособления к специфической среде: все происходящее в ней достигает сознания лишь в приглушенном виде, снижается уровень аффективности.

Другим механизмом защиты в этот период служит регрессия к более примитивной структуре влечений. Помимо перечисленных форм защиты, В. Франкл указывает так же на компенсацию, агрессию и юмор [8].

Таким образом, следует отметить, что центральным в гуманистической психологии является представление о личностном способе существования. Личность рассматривается как открытая система, существующая в системе своих выборов, которыми она, собственно и конституируется.

Личность – это одновременно актуальное и потенциальное. Существует разрыв между тем, чем человек является и между тем, чем он может и хочет быть, поэтому собственно личностный способ существования человека основывается на реализации его скрытых потенциалов. Выявление этих потенциалов является важнейшей задачей гуманистической психологии, стремящейся не только описать пути приобретения опыта человеком, но и концентрирующей свое внимание на возможностях его расширения, осмысления и обогащения.

1.2 Современные тенденции исследования психологической защиты в отечественной психологии

Логика развития отечественной психологической науки привела к появлению теорий, в определенной мере перекликающиеся с теорией психологической защиты, что, собственно и явились почвой для восприятия ряда идей психоанализа. К числу таких теорий можно, прежде всего, отнести теорию установки Д.Б. Узнадзе и теорию отношений В.Н. Мясищева.

Экспериментальные исследования Д.Б. Узнадзе и его сотрудников, показали целостно-личностную природу установки, формирование и действие которой подчиняется определенным законам. Преобразовав «малую теорию установки» в общепсихологическую теорию, направленную на познание основных закономерностей психической активности человека, Д.Н. Узнадзе показал, что особенности протекания деятельности и сознания человека служат выявлением установочного действия целостного субъекта [23].

В.Н. Мясищев рассматривал личность через призму ее отношений с объективной действительностью, подчеркивая, что отношения – «это обобщенное внутреннее условие» системы действий человека. Выдвижение В.Н. Мясищевым на первый план психологических исследований понятия «отношение», несмотря на некоторую его гипертрофированность, явилось в определенной мере эвристичным т.к. показало новые детерминанты функционирования и развития личности [16].

Разработка В.Н. Мясищевым концепции личности как системы ее отношений, а также исследования Д.Н. Узнадзе и его школы, посвященные теории установки, создали условия для развития концепции психологической защиты в отечественной психологии.

Начало изучению механизмов психологической защиты личности с использованием понятийного аппарата психоанализа в отечественной науке было положено Ф.В. Бассиным в статье «О силе Я и психологической защите» в 1969 году. Опираясь на теоретические построения Д. Б. Узнадзе, Ф. В. Бассин рассматривает психологическую защиту как динамику системы установок личности в случае их конфликта [2]. В работах Ф.В. Бассина, В.Е. Рожнова, М.А. Рожновой ставится вопрос о необходимости расширения традиционного понятия защиты и рассмотрения ее как механизма, предотвращающего – при его правильном функционировании – дезорганизацию психической деятельности и поведения не только в условиях конфликта сознания и бессознательного, но и при становлении вполне осознаваемых аффективно окрашенных психологических установок [20].

Э.А. Костандовым предложено убедительное и логически стройное представление о нейрофизиологических механизмах психологической защиты. Результаты проведенных им и его сотрудниками психофизиологических, фармакодинамических и биоэлектрических исследований показали, что длительные отрицательные эмоциональные переживания индивида приводят к формированию устойчивой рефлекторной связи в коре головного мозга, что, в свою очередь, повышает пороги чувствительности и тем самым тормозит

сигналы, связанные с отрицательными переживаниями, вызывая соответствующую когнитивную переоценку [12].

Н.В. Тарабрина касается проблемы психологической защиты в рамках исследования фрустрационных реакций. Развивая концепцию фрустрации С. Розенцвейга, автор обращает внимание на два фундаментальных типа реакций в фрустрирующей ситуации. Во-первых, это реакция продолжения потребности, возникающая постоянно после каждой фрустрации, а во-вторых, реакция защиты «Я». Реакции первого типа имеют целью удовлетворение потребности тем или иным способом. При обсуждении второго типа реакций имеется в виду судьба личности как целого [22].

Рассматривая реакции фрустрации с точки зрения их адекватности автор делает вывод о том, что эти реакции адекватны в той мере, в какой они представляют конструктивные тенденции личности.

М.В. Воловик и В.Д. Вид рассматривают психологическую защиту как механизм психологической компенсации, функционирующий наряду с компенсацией физиологической [7].

Ю.С. Савенко, расширив понятийное поле компенсации, рассматривает ее как особый и самостоятельный аспект глобального, обобщенного подхода к психической деятельности человека, как один из существенных аспектов рассмотрения личности. С точки зрения автора, психологическая компенсация – это система психологических приемов и механизмов личности, позволяющая относительно успешное осуществление самоактуализации в условиях различных, осложняющих этот процесс обстоятельств и затруднений. Такое понимание компенсации позволило автору классифицировать компенсаторные механизмы по трем критериям: содержание компенсируемого, характер выявления и способ осуществления компенсации [15].

В исследованиях В.Е. Рожнова и М.Е. Бурно, изучавших психологическую защиту, обусловленную стрессом в ее связи с гипнотическим состоянием в двух полярных группах пограничной психиатрии – у лиц с психастенической психопатией и пациентов с истерическими феноменами было

выделено две группы защит. По данным этих исследователей, для психостеника характерна охранительная деперсонализационная защита, определяемая авторами как «гипноз с открытыми глазами». Деперсонализация помогает неуверенным и постоянно углубленным в себя субъектам отодвинуться, защититься от невыносимой ситуации и характеризуется «душевым онемением», четкостью и ясностью мысли, чувством душевной измененности, при способности довольно живо наблюдать за собой. Для истерических пациентов характерна тенденция отвечать на значимые травмирующие ситуации двойственным, диссоциированным отношением к травмирующему событию, вытеснением его, сужением сознания. Результаты этих исследований в определенной мере перекликаются с данными Л.Р. Гребенникова, предложившего синтетические характеристики основных механизмов защиты, включающие в себя такие проявления их функционирования как защитное поведение в норме, соответствующие акцентуации характера, возможные девиации, диагностические концепции [14].

С начала 80-х годов стал расти интерес к проблеме психологической защиты и в среде психологов. В исследовании Ф.Е. Василюка представления о психологической защите привлекаются для объяснения эмпирически выделяемых феноменов переживания личностью критических ситуаций. При этом переживания трактуется автором не в традиционном психологическом смысле как любое испытываемое субъектом эмоционально окрашенное состояние и явление действительности, непосредственно представленное в его сознании, а в значении, фиксирующем переживание как особую форму активности, позволяющую человеку в критической жизненной ситуации перенести тяжелые события, обрести благодаря переоценке ценностей осмысленность существования. В этом смысле переживание представляется как деятельность, как некоторый активный, результативный внутренний процесс, реально преобразующий психологическую ситуацию [5].

Анализируя результат переживания с точки зрения его «успешности», Ф.В. Василюк указывает на ограниченность защитных процессов и на то, что

они «хотят слишком малого, готовы платить за это дорого и неразборчивы в средствах». Будучи направленными на устранение рассогласованности побуждений, защитные механизмы представлены ригидными, автоматическими, вынужденными, произвольными и неосознаваемыми процессами, действующими нереалистично, без учета целостной ситуации и долговременной перспективы. Именно поэтому цели психологической защиты достигаются ценой объективной дезинтеграции поведения, уступок и самообмана [5].

Интерес представляют следующие механизмы:

- регрессия – механизм, посредством которого субъект стремится избежать тревоги, возвращаясь на более ранние стадии либидозного развития;
- катарсис – процесс, выполняющий работу переживания и одновременно развивающий личность;
- интроекция – механизм психологической защиты, который, повышая автономию «Я», одновременно является и механизмом развития;
- сублимация – процесс трансформации примитивных импульсов, а следовательно, и развития.

Сравнивая «удачные» и «неудачные» переживания по основным целям, характеру протекания, результатам, следствиям и функциям, Ф.В. Василюк оценивает защиты как негативные, «неудачные» переживания, а в качестве позитивных, «удачных» рассматривает стратегии совладания. По мнению автора, на верхнем полюсе шкалы «удачности» переживания расположены еще недостаточно изученные в психологии высшие человеческие переживания, ведущие к развитию, самоактуализации и совершенствованию личности и осуществляемые не в плоскости адаптации, а в контексте освоения культурных ценностей.

У А.А. Налчаджяна психологическая защита рассматривается в русле исследования проблемы адаптации личности к социальным проблемным ситуациям на уровне обеспечивающих ее личностных механизмов. Автор полагает, что в сложных проблемных ситуациях адаптивные процессы

личности протекают с участием не отдельных изолированных механизмов, а их комплексов. Эти адаптивные комплексы, вновь и вновь актуализируясь и используясь в сходных социальных ситуациях, закрепляются в структуре личности и становятся подструктурами ее характера [17].

А.А. Налчаджян выделяет три основных разновидности адаптивных комплексов:

– незащитные адаптивные комплексы, используемые в нефрустрирующих проблемных ситуациях;

– защитные адаптивные комплексы, являющиеся устойчивыми сочетаниями только защитных механизмов;

– смешанные комплексы, состоящие из защитных и незащитных адаптивных механизмов.

Рассматривая возможные варианты адаптации к той или иной ситуации, автор выделяет два ее вида. Первый из них – это адаптация путем преобразования и фактического устранения проблемной ситуации. При этом адаптивные ресурсы и механизмы личности мобилизуются для реконструкции реальной социальной ситуации, а сама личность претерпевает сравнительно небольшие и в основном положительные изменения.

Второй вид адаптации – адаптация с сохранением ситуации. В этом случае личность претерпевает более глубокие изменения, но такие, которые большей частью не способствуют ее самоактуализации и самосовершенствованию.

А.А. Налчаджян выдвинул предположение о том, что адаптация путем преобразования или полного устранения объективной проблемной ситуации осуществляется преимущественно с помощью незащитных адаптивных механизмов и их комплексов, тогда как для адаптации с сохранением ситуации актуализируются уже приобретенные защитные комплексы или же создаются новые [17].

Анализируя наиболее типичные формы защитного поведения людей в фрустрирующих ситуациях, автор выдвигает очень важное предположение о

том, что отдельные его виды фактически являются защитно-адаптивными стратегиями поведения, которые порождают определенный стиль жизни. К числу этих форм поведения относятся: двигательное возбуждение и напряженность; агрессия (прямая, перемещенная и идентификация с агрессором); апатия и беспомощность; психическая регрессия; адаптивная активность воображения как разновидность стратегии ухода (фантазия); другие реакции ухода или бегства, среди которых нomaдизм (частая смена местожительства, занятий, партнеров); стереотипия поведения (тенденция неизменного повторения цепи определенных действий как внешних, так и внутренних).

Таким образом, А.А. Налчаджяном была осуществлена важная с методологической точки зрения попытка объединения защитных и незащитных механизмов, стратегий поведения и связанных с ними свойств личности едиными теоретическими принципами в рамках целостной теории социально-психологической адаптации.

В.В. Столин вводит представления о психологической защите в общепсихологическую концепцию самосознания. Он отмечает, что самосознание человека, отражая его внутренние конфликты, как бы вбирает их в себя, что, в свою очередь, может привести к изменению феноменальной данности «Я», к особым состояниям самосознания, таким как расщепленность самосознания, потеря себя, переживание неоправданности своего «Я», деиндивидуация, фальшивое «Я», беспомощное «Я», межперсональные защиты.

В.В. Столин приходит к выводу о том, что формирование защитных тактик, сужающих, ограничивающих и ослабляющих возможности самосознания обедняет развитие личности. Осмысление себя относительно мнимых мотивов заставляет субъекта систематически прибегать к тактике самообмана, дискредитации, вытеснения, что, в свою очередь, приводит к проявлению таких черт самосознания, как боязнь негативной самооценки и одновременное ожидание негативного отношения от других, самоценность

поддержания позитивного самоотношения, и в то же время, неспособность к поступкам, приносящим личности чувство истинного самоуважения [21].

Особый интерес к проблеме личности и ее защитных механизмов обнаружился с начала 90-х годов XX века, что очевидно, связано с социально-экономическими процессами, происходившими в постсоветском обществе. В последнее десятилетие появился целый ряд исследований, направленных на изучение различных аспектов психологической защиты (В. И. Журбин (1990), С. Н. Крыгина (1993), Е. Л. Доценко (1993), Л. Р. Гребенников (1994), Л. Г. Петухова (1994) и др.).

Анализ современной отечественной литературы по проблеме психологической защиты позволяет обнаружить тенденцию расширения понятийного поля психологической защиты.

В исследовании Е.Л. Доценко психологическая защита рассматривается как некая деятельность, обусловленная поиском путей повышения личностной толерантности к психологическому вмешательству, а феномены психологических защит рассматриваются с точки зрения внутренних и межличностных процессов, характеризующих как поведение инициатора [6].

В исследовании Л.Р. Гребенникова психологическая защита рассматривается как релевантное средство саморегуляции и совладания в конфликтных ситуациях. Автор строит теоретическую модель защиты, опираясь на основные положения общей психозволюционной теории эмоций, раскрывает причины механизмов защиты и логику их развития в онтогенезе. В предложенные им синтетические характеристики основных восьми защитных механизмов включены такие проявления их функционирования на интерпсихическом уровне, как защитное поведение в норме, соответствующие акцентуации характера, возможные девиации, диагностические концепции, типы ролей в группе, возможные психосоматические заболевания [6].

Теоретический анализ развития проблемы психологической защиты в отечественной психологии позволяет сделать вывод о том, что до настоящего времени она остается дискуссионной. Неоднозначность оценки феномена

психологической защиты связана с различными аспектами его исследования. Анализ показывает, что психологическая защита, рассматриваемая в плоскости адаптации, предстает как релевантное средство сохранения психологического комфорта личности. Поддерживая постоянство определенных личностных параметров, и, прежде всего, самооценки, психологическая защита может быть оценена в этом смысле как явление позитивное.

Вместе с тем, процесс жизнеосуществления личности не исчерпывается адаптационными процессами, включая в себя помимо них процессы интеграции, саморазвития и самореализации. Именно поэтому, значительная часть исследователей, рассматривающих действие механизмов психологической защиты в более широком аспекте, указывают на то, что устранение тревоги и напряженности достигается ценой регрессии, снижения поисковой активности, самообмана, объективной дезинтеграции поведения.

2 Ситуация развития личности в студенческом возрасте

2.1 Анализ психологических новообразований студенческого возраста

Логика данного исследования предполагает анализ психологических новообразований студенческого возраста и тех социально-психологических противоречий, разрешение которых инициирует личностное развитие.

Множественность имеющихся в научной литературе теорий юности и схем возрастной периодизации (Б. Г. Ананьев(1980); Л. И. Анцыферова (1978); И. С. Кон (1989); В. С. Мухина (1998); В. А. Петровский (1996); В. И. Слободчиков и Г. А. Цукерман (1996); В. В. Столин (1983); Э. Эриксон (1996)) отражают факт многомерности и многовариантности человеческого развития, включающего в себя и онтогенез, и социализацию.

Студенческий возраст (от 17-18 и до 23 лет) онтогенетически расположен между юностью (и часто определяется как поздний юношеский возраст) и зрелостью. Это чрезвычайно значимый в развитии личности этап, итогом которого является целостность поведения, внутреннее единство, понимание связи внутренних и внешних событий, солидаризирование с социальными нормативами и групповыми стремлениями.

В.Т. Лисовский и А.В. Дмитриев выделяют три типичных черты студенчества как социальной группы:

- осознание социального престижа положения студента, а вуза как средства продвижения по служебной лестнице;
- интенсивность общения как условие социализации и укрепления связи с другими социальными группами;
- напряженный поиск смысла жизни, стремление к новым идеям и прогрессивным преобразованиям в обществе [2].

Б.Г. Ананьев выделяет студенческий возраст в качестве центрального

этапа становления личности и отмечает его особое значение как периода наиболее активного развития нравственных и эстетических чувств, становления и стабилизации характера, овладения полным набором функций взрослого человека [1].

Анализ ситуации развития личности в студенческом возрасте позволяет выделить ряд противоречий психологического, социального и педагогического характера, составляющих источник качественных преобразований личности.

По мнению ряда исследователей, основным психологическим противоречием юношеского возраста является противоречие, которое в самом общем виде сводится к противоречию между дальнейшим развитием механизма идентификации и обострением потребности к обособлению (В.С. Мухина (1998); В.А. Петровский (1995); В.И. Слободчиков и Г.А. Цукерман (1996); В.В. Столин (1983) и др.)

По мнению В.В. Столина, главным новообразованием этого возраста является формирование личной идентичности как центрального психологического процесса. Феноменальные проявления самосознания в этом периоде – осознание своей индивидуальности, неповторимости, мотивов своего поведения, интимизация внутренней жизни [21].

В.С. Мухина рассматривает идентификацию и обособление как диалектически связанные механизмы, по своей глубинной сущности находящиеся в единстве и противоположности. По ее мнению, именно в юности происходит становление человека как личности, когда молодой человек, пройдя сложный путь онтогенетической идентификации, уподобления другим людям, присвоил от них социально значимые свойства личности. Благодаря механизму идентификации в юности обостряются способности вчувствоваться в состояния других людей, способность эмоционально переживать эти состояния как свои. В то же время, именно в юности обостряется потребность в обособлении, стремление оградить свой внутренний мир от вторжения сторонних и близких людей для того, чтобы через рефлексию

укрепить чувство личности, чтобы сохранить свою индивидуальность, реализовать свои притязания на признание[15].

В.И. Слободчиков и Г.А. Цукерман, рассматривают развитие субъекта в пространстве событийной общности, акцентируя внимание на том векторе развития, который направлен на саморазвитие человека, т.е. на становление субъекта, хозяина и автора собственной биографии.

Прослеживая ступени развития субъектности, в качестве которых выступают базисные общности, авторы рассматривают юность и молодость как ступень, на которой партнером молодого человека становится (в пределе) человечество, с которым он вступает в деятельностные отношения, опосредованные системой общественных ценностей и идеалов. Суть данной ступени развития субъектности составляет индивидуализация общественных ценностей по мерке личной позиции человека. Обособляясь от оценок окружающих, преодолевая профессионально-позиционные или конфессионально-политические детерминации своего поколения, человек становится ответственным за собственную самость, которая зачастую складывалась не по его воле и без его ведома.

В периодизации общего психического развития, предложенной В.И. Слободчиковым и Г.А. Цукерманом возрастной период с 17 до 21 года определяется как критический, и характеризующийся разрывом идеала и реальности. Кризис юности рассматривается ими как один из «кризисов рождения» что связано с вхождением в молодого человека в новую общность (что подобно новому рождению).

По мнению авторов, кризис рождения – это всегда кризис самости и поиск новых форм со-бытийности, позитивное разрешение которого связано с наличием в культуре более масштабных форм предметности совместной жизнедеятельности субъектов со-бытия при отсутствии которых встает задача их целевого проектирования, культивирования [2].

Предметом исследования В.А. Петровского стало проявление субъектности человека, его бытия как личности. В его работах было показано,

что существуют такие формы проявления активности человека, в которых его субъектность выступает непосредственно, обнаруживаясь в качестве самодействующей причины его бытия в мире [18].

Полагая себя как субъект, человек отражается в других людях, в которых он получает свою идеальную представленность и продолженность. В предложенной В.А. Петровским модели развития личности в переходном возрасте описание развития производится по следующей абстрактной схеме: (результат) источник – цель – средство – результат (источник).

Такой подход позволяет рассматривать развитие как непрерывный процесс, при этом личность выступает в своей свободной причинности.

Рассматривая ситуацию развития в юношеском возрасте, В.А. Петровский отмечает, что кризис «неперсонализированности», послуживший внутренним динамическим фактором развития личности в подростковом возрасте, уступает место новому источнику роста личности.

В юношеском возрасте таким источником становится противоречие между экзотерическим Я, то есть тем, как представляет данный индивид представления о нем других людей, и собственным представлением о себе – эзотерическим Я. Это противоречие выступает для личности как противоречие Я-уникального (оригинального), фиксирующего внимание на своей нетождественности другим и Я - обычного (заурядного) – «Я как все».

В.А. Петровский обозначает данную ступень личностно образующего движения как ступень самоопределения личности, в связи с тем, что потребность в персонализации реализуется на этой фазе онтогенеза в форме поиска субъектом собственного индивидуального своеобразия, идентификации с таким воображаемым Я, которое является именно своим, исключает любое заимствование.

Сформировавшийся в итоге этой стадии некий незапланированный результат развития приводит к новому конфликту, который становится побудительным источником дальнейшего развития личности на стадии взрослости [18].

2.2 Противоречия студенческого возраста, инициирующие развитие личности в процессе ее адаптации

Помимо психологических противоречий, инициирующих личностное развитие в студенческом возрасте, можно выделить и ряд противоречий социального и педагогического характера, в процессе разрешения которых происходит дальнейшее становление личности. Вместе с тем, указанные противоречия, в случае их неразрешенности могут рассматриваться в качестве деструктивных факторов, препятствующих личностному развитию.

Анализ научной литературы, посвященной проблемам личностного развития студентов и их адаптации к условиям обучения в вузе позволяет выделить ряд таких противоречий.

Основным социальным противоречием студенческого возраста можно считать противоречие между сущностью нового социального статуса личности и связанным с этим возрастанием потребностей (физических, экономических, духовных) и реальными условиями жизни, характеризующимися жестким лимитом времени, отсутствием экономическими возможностями для удовлетворения этих потребностей.

С другой стороны, результатом изменений в самосознании студентов и в их социальном статусе, является возросшее стремление к самостоятельности, проявляющееся в различных аспектах жизнеосуществления. Это стремление нередко наталкивается на непонимание старшего поколения (родителей, преподавателей и др.), и в свою очередь, порождает противоречия педагогического характера. В их числе противоречия дидактические, возникающие в результате того, что стремление студентов к самостоятельности в отборе содержания, форм и методов обучения вступает в противоречие с требованиями высшего учебного заведения, готовящего специалиста определенного профиля по заданным программам.

Другой стороной этого противоречия является тот факт, что обилие информации, в том числе и учебной, поступающей через различные каналы, при отсутствии возможности ее адекватной переработки (лимит времени, отсутствие жизненного опыта, недостаточная сформированность смысловой сферы личности и т.д.) зачастую приводит к поверхностности в знаниях и мышлении.

Факт поступления в вуз влечет за собой смену социальной роли молодого человека, его социального окружения и жизненного уклада, что требует от него большего, по сравнению с предыдущими периодами жизни, напряжения. Рост напряжения связан и с тем, что переход из системы среднего образования к условиям обучения в вузе требуют от учащихся смены стереотипа учебной деятельности, перестройки функциональных систем, ответственных за ее исполнение. Зачастую, формально заданные условия деятельности студентов требуют непредвиденно большего напряжения для достижения предполагаемого результата; причем период адаптации может практически совпадать с периодом всего обучения в вузе из-за непрерывно изменяющихся учебных планов и программ.

В результате проведенного социологического анализа было установлено, что подавляющее большинство студентов (особенно младшекурсники) испытывают комплекс трудностей (социальные, психологические, социально-психологические и бытовые), обуславливающих негативные переживания и отрицательно сказывающихся на ходе процесса адаптации в период обучения в вузе.

В исследовании В.И. Карандашева акцентируется внимание на проблемах, возникающих у студентов в связи с изменением меры самостоятельности которая в вузе значительно выше, чем в школе. По данным автора, высокую стрессогенность для студентов (как «двоечников», так и «хорошистов») имеет и экзаменационная сессия, при этом, если у первых преобладают стрессы, связанные с неудачами и неожиданностями, то для вторых более характерны стрессы интеллектуального характера[6].

В исследовании Р.Р. Блажиса содержатся указания на высокую удельную выраженность состояния психического дискомфорта у студентов (28,5%), проявляющегося в главных сферах отношений – познавательной, эмоциональной, поведенческой [6]. Автором установлено, что общими условиями возникновения состояния психического дискомфорта у студентов является наличие взаимосвязанных предпосылок, к которым относятся: личностные особенности, опосредованные воспитанием и развитием; уровень активности личности; особенности регуляции актуальной деятельности. Анализируя экспериментальные данные, Р.Р. Блажис выделяет следующие факторы состояния психического дискомфорта у студентов:

- фактор пассивной неудовлетворенности;
- фактор внешней зависимости;
- фактор эгоцентризма;
- фактор тревожности.

Ряд исследователей, рассматривая медицинские аспекты обучения в вузе, говорят о негативном влиянии на психологическое благополучие студентов чувства одиночества, связанного со следующими факторами:

- резкая перемена социальной среды;
- отдаление от семьи;
- ослабление эмоциональных связей;
- переход в иные условия культуры;
- необходимость самостоятельного существования;
- ухудшение бытовых условий.

А.Л. Гройсман, исследуя проблему дидактогений в вузах, затрагивает вопросы конфликтов личности студентов, составляющих основу их психологической дезадаптации. Рассматривая различные аспекты студенческой жизни, автор выделяет две группы дезадаптаций. Первая группа – дидактогенная – связана со стрессовыми факторами самого процесса обучения (экзаменационные испытания, контрольные работы и т. п.). В комбинации с особенностями личностных подструктур, таких как характерологические черты

застенчивости, тревожной мнительности, а также в случае типологической неуравновешенности или инертности возникают стрессорные состояния типа смущенности, оторопелости, растерянности, напряженности, тревоги. Вторая группа дезадаптаций связана с семейно-брачной и сексуальной тематикой (дисфункциональная родительская семья, дефекты семейного воспитания, полоролевые конфликты и т.п.). При этом автор указывает на высокие показатели нарушений в системе отношений личности студентов в учебной и семейной сферах [6].

3 Активизация защитных механизмов личности и психолого-педагогическая поддержка студентов в период адаптации

3.1 Личностно-развивающая модель психологической защиты

Развертывание работы по осуществлению психологической поддержки студентов, направленной на развитие их личности и активизацию защитных механизмов личности, ставит задачу построения инструментальной модели психологической защиты.

Моделирование психологической защиты в контексте идеи развития личности предполагает создание теоретической конструкции, которая не только воспроизводит структуру психологической защиты, но и отражает взаимодействие противоборствующих тенденций развития.

В соответствии с целями нашего исследования, мы рассматриваем психологическую защиту в широком смысле слова, определяя ее как поведение (осознанное и неосознанное), способствующее устранению психологического дискомфорта и тем самым повышающее резистентность личности к деструктивным факторам ее жизнеосуществления.

Психологическая защита представляется нам как регулятивная система, действующая в ситуации внутреннего или внешнего конфликта и включающая в себя две подсистемы. Первая из них – система стабилизации личности. Выполняя гомеостатические функции, она включает в себя неосознаваемые механизмы психологической защиты и направлена на устранение или сведение до минимума чувства тревоги, связанного с осознанием конфликта путем ограждения сферы сознания от травмирующих личность переживаний. Другая подсистема – преодоления, – рассматривается как целенаправленное поведение личности, направленное на устранение или уменьшение воздействия источника тревоги (стрессора). Функция этой системы заключается в урегулировании

взаимоотношений индивида и среды путем гибкого взаимодействия гомеостатических и гомеоретических тенденций его жизнеосуществления. Согласно нашей гипотезе, именно с гомеоретическими тенденциями связаны перспективы развития личности.

Первую защитную подсистему мы называем дефензивной (от англ. «defense»), термин для обозначения соответствующего вида психологических компенсаторных механизмов.

Вторая система в своем содержательном плане совпадает с феноменами психологического преодоления и обозначается нами, вслед за Лазарус (1980) как копинг-защита или копинг-стратегии (от англ. «cope» – преодолевать).

Система дефензивной стабилизации в своем содержательном плане совпадает с системой адаптивных реакций личности, направленных на защитное изменение значимости дезадаптивных компонентов отношений – когнитивных, эмоциональных, поведенческих – с целью ослабления их психотравмирующего воздействия на Я-концепцию, или, иначе говоря, с системой защитных механизмов в их традиционном понимании.

В научной литературе описано более 20 видов защитных механизмов, которые могут быть отнесены к данной системе, однако, ввиду отсутствия общепринятых подходов к их классификации, операционализация этих механизмов представляет известную трудность.

В самом общем виде механизмы дефензивной стабилизации личности могут быть представлены в виде трех групп.

Первую группу представляют механизмы, критерием объединения которых выступает отсутствие переработки содержания психотравмирующей информации. К этой группе можно отнести следующие механизмы по Фрейду: вытеснение, отрицание, подавление.

Вторую группу составляют механизмы, критерием объединения которых являются разного рода трансформации (искажение) содержания мыслей, чувств, поведения личности; наличие собственной интерпретации личностных черт с целью сохранения позитивной Я-концепции. В эту группу могут быть

включены следующие механизмы: рационализация, интеллектуализация, изоляция, реактивное образование, замещение, проекция, идентификация.

Третью группу составляют механизмы манипулятивного типа, представляющие собой неосознанные попытки самоотстранения индивида от решения собственных проблем, снижения уровня ответственности. К этой группе могут быть отнесены следующие механизмы: регрессия, фантазирование. К этой группе механизмов может быть отнесен и механизм ухода в болезнь, проявляющийся в отказе индивида от ответственности и самостоятельного решения проблем, оправдании болезнью своей несостоятельности.

Система преодоления рассматривается в нашем исследовании как комплекс проявлений активности личности, направленной на овладение ситуацией. В содержательном плане она совпадает с копинг-поведением личности. В контексте транзакциональной когнитивной теории понятие «копинг-механизма» тесно связано с исследованиями психологического стресса и определяется как стратегии действий, предпринимаемые человеком в ситуациях психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию.

С учетом вышеизложенного, в числе механизмов, реализующихся в когнитивной сфере могут быть названы следующие:

- проблемный анализ ситуации и ее последствий, поиск соответствующей информации, обдумывание решений;
- поиск скрытого смысла ситуации, ее экзистенциальный анализ;
- принятие психотравмирующего фактора как чего-то неизбежного, проявление философии стоицизма;
- сознательное отвлечение от психотравмирующего фактора и переключение мыслей на другие проблемы;
- те или иные формы дистанцирования от психотравмирующего фактора (осознанное игнорирование, снижение его серьезности, подшучивание над ним);

- стойкость в вере;
- более глубокое осознание собственной ценности как личности;
- «идущее вниз сравнение» – осознание относительности в оценке ситуации, сравнение себя с другими, находящимися в худшем положении;
- «идущее вверх сравнение» – акцентирование внимания на своих успехах в других областях и ситуациях и др.

Анализ копинг-механизмов, выявляемых в эмоциональной сфере показывает, что экспрессивный компонент выступает вторичным по отношению к когнитивному. Реализация того или иного механизма в эмоциональной сфере происходит на основе процесса когнитивного оценивания психотравмирующего фактора и соответствующей когнитивной переработки.

С учетом этого, к числу копинг-механизмов, выявляемых в эмоциональной сфере можно отнести следующие:

- переживания протеста, возмущения, противостояния психотравмирующему фактору;
- эмоциональная разрядка – отреагирование чувств, связанных с психотравмирующей ситуацией;
- осознанная изоляция – недопущение адекватных ситуации чувств, переживаний;
- покорность, фатализм, капитуляция;
- самообвинения;
- сохранение самообладания, самоконтроль и др.

Анализ копинг-стратегий, реализующиеся в поведенческой сфере позволяет сделать вывод, что они включают в себя в качестве структурных элементов названные выше копинг-механизмы, проявляющиеся в эмоциональной и когнитивной сфере личности.

Проведенный теоретический анализ поведенческих копинг-стратегий личности позволил классифицировать их в соответствии с направленностью вектора активности субъекта: непосредственно на объект угрозы, вглубь

психотравмирующей ситуации (преобразующие стратегии); на себя (стратегии приспособления личностных параметров и отношений к ситуации); от объекта угрозы (дистанцирующие стратегии ухода, бегства от проблем).

3.2 Система психолого-педагогической поддержки студентов в вузе

Система психолого-педагогической поддержки студентов в вузе предполагает построение конструкции, которая не только воспроизводит механизмы функционирования психологической защиты, но и представляет собой систему гипотез о ее связи с личностным развитием. Данная модель должна стать основанием для развертывания реальной работы со студентами, направленной на педагогическую поддержку их личностного развития [6].

Построение такой модели требует рассмотрения феноменов психологической защиты и личностного развития в контексте той роли, которую они играют в процессе жизнеосуществления личности.

Жизнеосуществление понимается нами как активность человека, направленная на воплощение своей жизни в действительность, на детерминированный личностными смыслами выбор собственной жизненной линии и собственного жизненного стиля.

Процесс жизнеосуществления личности характеризуют ряд динамических показателей: интенсивность, направленность, результативность.

Исходя из этого, построение личностно развивающей модели психологической защиты основано на предположении, о том, что выбор той или иной стратегии психологической защиты личности осуществляется посредством психологической саморегуляции, включающей в себя три уровня.

На инструментально-экспрессивном уровне саморегуляции осуществляется адаптивное социотипическое поведение индивида в соответствии с его характером, интериоризированными социально одобряемыми

ценностями и образцами поведения, привычными стереотипами, социальными ролями.

Смысловой уровень саморегуляции обеспечивает поведение в соответствии с логикой жизненной необходимости и личностными смыслами, также способствуя адаптации личности. Вместе с тем, личностные смыслы могут стать основой для формирования высшего – экзистенциального уровня личностной регуляции, обеспечивающего автономное развитие личности. На этом уровне личностной регуляции способами существования и самоосуществления личности становятся выбор, свобода и ответственность. Наполняясь ценностным содержанием, они занимают центральное место в отношениях человека с миром и становятся стержнем развития личности.

Свобода как способ личностного существования субъекта проявляется в понимании действующих на него внешних и внутренних сил, что делает его способным выйти из ситуации, выступить в качестве активной действующей силы и изменить неблагоприятный для себя ход событий.

Предпосылкой и одновременно результатом свободы выступает ответственность. Осознавая возможность активного изменения ситуации, человек обретает возможность влияния на ход событий в своей жизни.

Категория выбора неразрывно связана с категориями свободы и ответственности. Под выбором мы понимаем осознанный поведенческий акт, направленный на принятие одной из возможных альтернатив. Жизненный путь личности – это история отклоненных альтернатив. Личность конституируется системой своих выборов, так как само осознание человеком возможности выбора того или иного пути жизнеосуществления является одним из важнейших внутренних факторов развития личности. (А.Г. Асмолов, Т. Шевеленкова, В. Франкл, В. Шутс и др.).

В предложенной личностно-развивающей модели психологической защиты показано, что защитные механизмы индивида ориентированы в двух, не исключających друг друга направлениях. Во-первых, на адаптацию к

окружению (тенденция к сохранению) и, во-вторых, на трансформацию психологической ситуации (тенденция к изменению) [6].

Рассмотрение личности как самоорганизующейся системы показывает, что адаптация к внешним условиям выступает как одна из линий ее развития.

Пассивная адаптация, основанная на принципах гомеостаза и экономии энергии, обеспечивает только внешний комфорт и не ведет к раскрытию всего личностного потенциала.

Активная адаптация предполагает расширение поля деятельности и сознания личности, преодоление инерции, и образует условия достижения внутренней гармонии, которая, в свою очередь, образует предпосылку для реализации заложенного в личности потенциала.

Тенденция к изменению может быть реализована посредством следующих способов.

1 Преобразование реальных условий существования.

2 Приспособление к реальным условиям существования путем изменения своих личностных параметров (включая личностные смыслы) или отношения к ситуации.

3 Дистанцирование от реальности в той или иной форме.

Рассмотрение перечисленных стратегий изменения психологической ситуации, используемых личностью, в соотношении с системой ее мотивов, а также с требованиями и характеристиками контекста ситуации, позволяет квалифицировать данные стратегии как конструктивные или деструктивные.

В соответствии с гипотезой, положенной в основу личностно-развивающей модели психологической защиты, личностное развитие происходит в процессе реализации конструктивных стратегий, предполагающих осознанный их выбор, свободу и ответственность.

Высокая выраженность затруднений психологического характера у студентов, с одной стороны, и недостаточная развитость системы психологической помощи в вузе – с другой, обусловили поиск соответствующих форм и методов работы, направленной на помощь студентам,

в разрешении их психологических проблем и повышение их психологической резистентности. Под резистентностью личности (от англ. *resistere* – сопротивляться) понимается ее способность оказывать сопротивление многочисленным деструктивным (внешним и внутренним) факторам жизнеосуществления.

Поиск путей повышения резистентности личности студентов связан, во-первых, с выявлением тех личностных потенциалов, реализация которых позволила бы нейтрализовать деструктивные влияния, и, во-вторых, с выбором релевантной тактики психолого-педагогической помощи, в наибольшей степени способствующей реализации этих потенциалов. Это диктует необходимость проектирования системы психолого-педагогической поддержки студентов в учебном процессе вуза.

В соответствии с названными идеями, ключевой характеристикой развитой личности является ее свободоспособность, предполагающая способность к автономному существованию, способность к независимому и самостоятельному построению своей судьбы и отношений с миром, способность к самореализации и осуществлению индивидуального выбора.

В организационно-деятельностной структуре системы психолого-педагогической поддержки студентов можно условно выделить три смысловых модуля: целевой, содержательно-деятельностный и организационно-управленческий (рисунок 1) [6].

Целевой модуль является определяющим в построении всей системы психолого-педагогической поддержки студентов. В его структуре имеет ключевое значение идея свободы личности в образовательном процессе. Реализация этой идеи предполагает постановку следующих целей:

- помощь студентам в конструировании автономного внутреннего мира;
- создание педагогических условий для развития личности как обретения свободоспособности;
- вооружение личности механизмами и способами саморазвития.

ЦЕЛЕВОЙ МОДУЛЬ
Создание психолого-педагогических условий для развития личности
Вооружение личности механизмами и способами саморазвития
Помощь студентам в конструировании автономного внутреннего мира

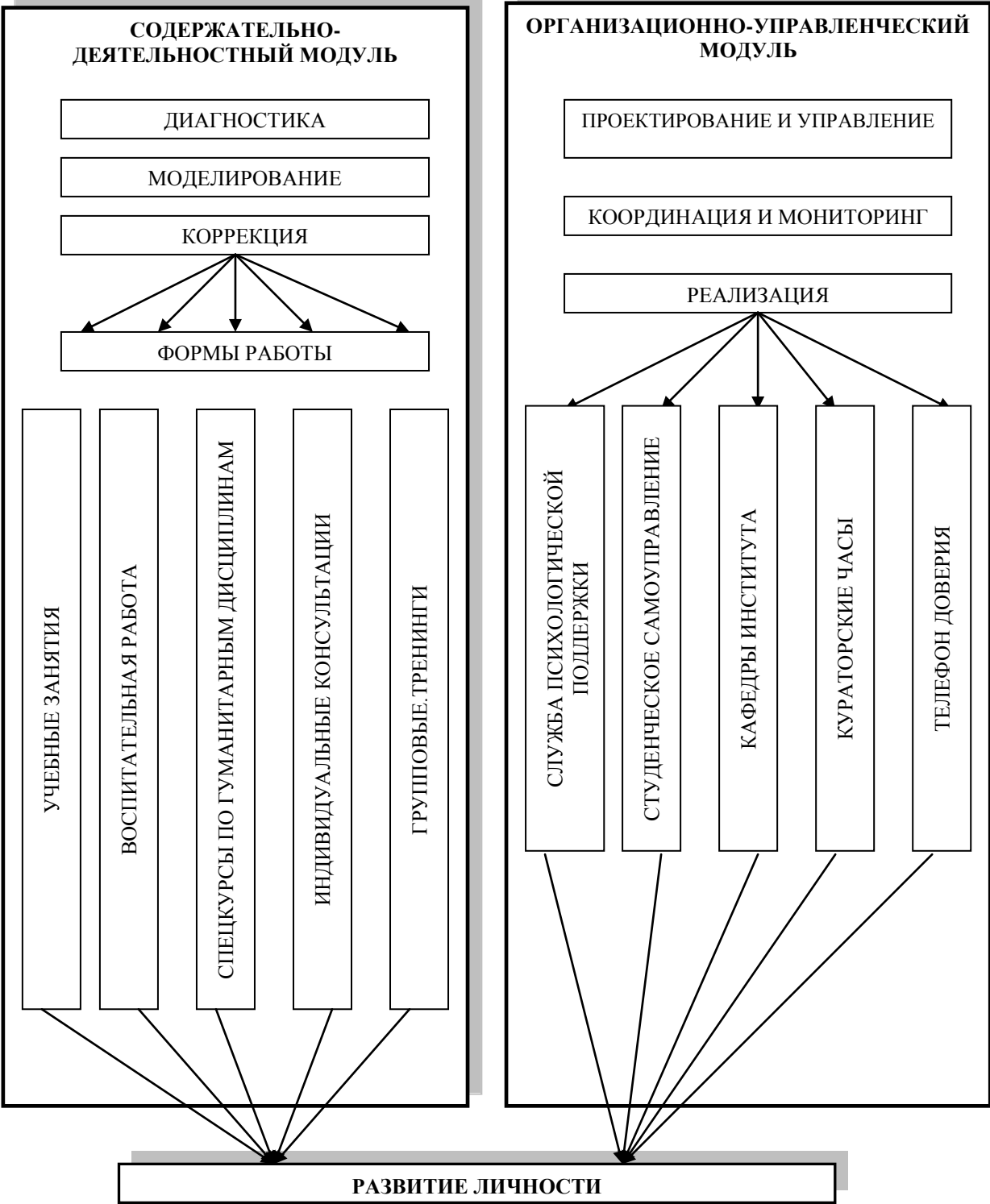


Рисунок 1 – Модель психолого-педагогической поддержки студента в вузе

Цели психолого-педагогической поддержки в вузе задают направление функционирования организационно-управленческого и содержательно-деятельностного модулей системы.

Содержательно-деятельностный модуль системы представлен содержательным и технологическим блоками, каждый из которых опосредован целями психолого-педагогической поддержки. Исходя из этого, содержание процесса психолого-педагогической поддержки можно представить как систему действий педагогов, направленных на решение следующих задач:

- стимулирование самоопределения личности;
- помощь в индивидуализации и саморазвитии;
- создание педагогических условий, оптимизирующих личностное развитие каждого студента, способствующих обретению свободоспособности.

Решение поставленных задач предполагает, в свою очередь, диагностику личностных параметров студентов, моделирование коррекционной работы и непосредственно коррекцию, осуществляемую с помощью различных технологий.

В технологическом плане психолого-педагогическая поддержка выступает как система педагогических средств, включающих в себя различные формы, методы и приемы помощи личности в ее саморазвитии и самоактуализации. Определяющими в их подборе являются принципы личностно-развивающего образования, основанного на гуманистических идеях и реализующегося в субъект-субъектном взаимодействии участников образовательного процесса.

Работа по психолого-педагогической поддержке студентов может осуществляться на учебных занятиях и в воспитательном процессе, при условии организации субъект-субъектного взаимодействия и выборе методов обучения и воспитания с позиций проблемно-исследовательского подхода..

Решающая роль в организации подобного взаимодействия отводится преподавателю, работающему со студентами. Однако, как показывают наши наблюдения, переход от функционально-ролевого к личностно-

ориентированному взаимодействию достаточно сложен для многих преподавателей вуза. Именно поэтому представляется целесообразной организация специальных занятий с преподавателями.

У студентов выражено стремление к изучению курсов по выбору, в том числе и психологических. Это создает предпосылки для более полного использования возможности спецкурсов в реализации целей психолого-педагогической поддержки, при наполнении их содержания психологическими знаниями (в том числе и прикладными), которые в наибольшей мере востребованы студентами.

Кроме того, развертывание работы по психолого-педагогической поддержке студентов предполагает психологическую коррекцию. Она осуществляется в индивидуальном порядке и в группах, с использованием групповых методов психологической коррекции и психотерапии.

Организационно-управленческий модуль представляет собой систему проектирования, координации и реализации психолого-педагогической поддержки студентов. Деятельность его структурных элементов – различных служб вуза – определена их функциями и целями психолого-педагогической поддержки. В соответствии с этим, организационно-управленческий модуль также имеет блочную структуру.

В первый блок – управленческий – входят ректорат и научно-методический совет, осуществляющие целеполагание, проектирование и управление.

Второй блок – координационный – представлен учебно-методическим управлением вуза, лабораторией практической психологии.

Остановимся подробнее на их функциях [6].

В основные функции данных подструктур входят мониторинг педагогического процесса вуза и координация усилий кафедр и деканатов по реализации целей психолого-педагогической поддержки студентов.

Мониторинг включает в себя комплексную диагностику состояния учебно-воспитательной работы в вузе и контроль отдельных ее параметров,

осуществляемые с помощью специальных психологических методик и массовых опросов, анкетирования, бесед с преподавателями и студентами, посещения и анализа занятий и т.д. Это дает основания для комплексного анализа работы системы психолого-педагогической поддержки, выявления ее «слабых звеньев» с последующим предоставлением рекомендаций по оптимизации педагогического взаимодействия.

Результаты мониторинга доводятся до сведения ректората и членов научно-методического совета вуза и публикуются по его решению в информационном бюллетене.

Служба психологической поддержки является одним из связующих звеньев между управленческим блоком и системой реализации психолого-педагогической поддержки, выполняя, таким образом, координационную функцию. Это осуществляется за счет согласовывания действий кафедр, деканатов, работающих непосредственно со студентами, в русле реализации целей психолого-педагогической поддержки.

Реализационный блок организационно-управленческого модуля представлен службой психологической поддержки вуза и различными кафедрами вуза, осуществляющими реальную работу со студентами в рассмотренных выше формах.

Осмысление целей психолого-педагогической поддержки студентов приводит к необходимости пересмотра парадигм традиционного педагогического процесса, основанного на функционально-ролевом взаимодействии его участников и оценочно-алгоритмическом методе обучения и воспитания. Альтернативой ему является педагогический процесс, базирующийся на субъект-субъектном взаимодействии и методах обучения и воспитания, основанных на проблемно-исследовательском подходе.

Ориентация на личностное развитие в решении проблемы повышения резистентности личности к деструктивным факторам жизнеосуществления, предполагает, таким образом, выход из плоскости «формирующей» педагогики в пространство педагогического взаимодействия. Это коренным образом

меняет вектор направленности усилий педагога, целью которого становится не формирование «недостающих» качеств личности учащегося, а фасилицирующее влияние на его личностное развитие, основанное на убеждении в том, что каждый человек обладает потенциями к непрерывному развитию и самореализации, являющимися частью его природы. Иначе говоря, гуманистически ориентированное взаимодействие основано на приоритете «внутреннего» над «внешним», в соответствии с чем, «...эффективное управление душевным миром есть влияние на условия развития, а не прямое вмешательство в душевный мир человека».

При разработке проекта системы психолого-педагогической поддержки студентов в учебном процессе вуза была осуществлена попытка конструирования условий развития личности, способствующие активизации ее защитных механизмов, реализации заложенного в ней внутреннего потенциала.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Осмысление психологической защиты личности как предмета научной рефлексии дало возможность обозначить основные этапы эволюции этого понятия в психологии, проследить динамику трансформации представлений о психологической защите, выявить внутренние и внешние детерминанты развития понятийного аппарата психологической защиты в рамках различных научных школ и направлений

Сопоставление взглядов представителей психоанализа (как классического, так и неортодоксального) и исследователей, развивающих концепцию личностного способа существования в гуманистической, экзистенциальной и позволило выявить их диаметрально противоположность в оценке той роли, которую играют механизмы психологической защиты в развитии личности. Если в психоанализе психологические защиты рассматриваются с точки зрения их конструктивности – как приемы, способствующие сохранению целостности и устойчивости индивида, то в русле концепции личностного способа существования человека, механизмы защиты рассматриваются как деструктивные, являющиеся препятствием личностному росту. Это различие в понимании психологической защиты основано на противоположности теоретических посылок, на которых базируются эти учения в рассмотрении личности.

В отечественной психологии теоретической базой для восприятия и дальнейшего развития идей психологической защиты, явились основные положения теории отношений В.Н. Мясищева и результаты исследований, проводимых в русле изучения установки Д.Н. Узнадзе и его школой. Интерпретация проблемы психологической защиты в отечественной психологии привела к расширению представлений о психологической защите, накоплению обширного теоретического и эмпирического материала, созданию достаточно валидных методик диагностики защитных проявлений.

Вместе с тем, проведенный теоретический анализ показывает, что до сих пор не сложилось единой точки зрения на сущность феномена психологической защиты, отсутствует четкость в обозначении круга явлений, которые могут быть к нему отнесены. Диапазон трактовки понятия «психологическая защита» чрезвычайно широк: от психоаналитического понимания защиты, как явления сферы бессознательного, имеющего исключительно гедонистическую и гомеостатическую направленность, до широкого понимания защиты как любого поведения, устраняющего психологический дискомфорт.

В результате анализа научной литературы можно заключить, что в студенческом возрасте закономерности онтогенетического развития опосредованы противоречиями социального порядка, возникшими в связи с поступлением в высшее учебное заведение. Это, в свою очередь, порождает у студентов целый комплекс психологических проблем как общих – обусловленных принадлежностью к своей возрастной группе, так и частных – тем или иным образом связанных с процессом обучения в вузе.

Возможности оптимизации защитных механизмов личности связаны с конструированием развивающей среды, в наибольшей мере способствующей реализации личностного потенциала. Основанием для такой работы может стать личностно-развивающая модель психологической защиты.

Психологическими условиями реализации личностно-развивающей модели психологической защиты являются:

- организация системы психолого-педагогической поддержки студентов в учебно-воспитательном процессе вуза;
- гуманистическая ориентация в определении стратегии педагогического взаимодействия, направленного на совершенствование психологической саморегуляции.

Условиями реализации проекта психолого-педагогической поддержки студентов в образовательном процессе вуза является личностно-ориентированный педагогический процесс, основанный на гуманистических принципах и субъект-субъектном взаимодействии.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- 1 Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. В двух томах. Том 2. – М.: Педагогика, 1980. – 288 с.
- 2 Асмолов А.Г. Психология личности. – М.: Смысл, 2010. – 448 с.
- 3 Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. – М.: Эксмо, 2008. – 256 с.
- 4 Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: Прогресс, 1986. – 420 с.
- 5 Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. – М.: МГУ, 1984 – 200 с.
- 6 Власова О.Г. Психологическая защита как средство личностного развития студентов: Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 : Ставрополь, 1998, - 179 с.
- 7 Воловик М.В., Вид В.Д. «Психологическая защита» как механизм компенсации и ее значение в психотерапии больных шизофренией // Психологические проблемы психогигиены, психопрофилактики и медицинской деонтологии. – Л., 1976. – С. 26 -28.
- 8 Зейгарник Б.В. Теории личности в зарубежной психологии. – М.: МГУ, 2012. – 128 с.
- 9 Кан-Калик В.А. Грамматика общения. – М.: Роспедагенство, 1995. – 108 с.
- 10 Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. – СПб.: Питер, 2006. – 944 с.
- 11 Киршбаум Э., Еремеева А. Психологическая защита. – М.: Смысл, 2005 – 181 с.
- 12 Костандов Э.А. Функциональная асимметрия полушарий мозга и неосознаваемое восприятие. – М.: Наука, 1983. - 171с.

- 13 Лапланш Ж., Понталис Ж.Б. Словарь по психоанализу. – М.: «Высшая школа», 1996. – 623 с.
- 14 Масляев О.И. Психология личности. – Донецк: Сталкер, 1997. – 416 с.
- 15 Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – 456 с.
- 16 Мясищев В.Н. Психология отношений. – М.: МПСИ, 2011. – 400 с.
- 17 Налчаджян А.А. Психологическая адаптация. Механизмы и стратегии. – М.: Эксмо, 2009. – 368 с.
- 18 Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности. – М.: Феникс, 1996. – 512 с.
- 19 Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. – М.: Прогресс, 1994. – 480 с.
- 20 Рожнов В.Е., Бурно М.Е. Гипноз как искусственно вызванная индивидуальная защита // Журнал им. Корсакова, 1976. – Т.76. – Вып. 9. – С. 406-408.
- 21 Столин В.В. Самосознание личности. – М.: МГУ, 1983. – 285 с.
- 22 Тарабрина Н.В. Экспериментально-психологическая методика изучения фрустрационных реакций. Методические рекомендации. – М.: МГУ, 1984. – 23 с.
- 23 Узнадзе Д.Н. Психология установки. – СПб.: Питер, 2001. – 416 с.
- 24 Фрейд А. Эго и механизмы психологической защиты. – М.: АСТ, 2008. – 160 с.
- 25 Фрейд З. «Я» и «Оно». – М.: Эксмо-Пресс, 2016. – 864 с.
- 26 Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза. – М.: Канон+РООИ «Реабилитация», 2014. – 256 с.
- 27 Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. – СПб.: Питер, 2017. – 336 с.