

**Міністерство освіти і науки України  
Державний заклад  
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ імені К.Д. УШИНСЬКОГО»**

**ВАРНАВА УЛЯНА ВОЛОДИМИРІВНА**

УДК 159.922.7+616.-092

**Психологічні особливості розвитку  
захисних механізмів дітей дошкільного віку**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Дисертаційна робота на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук

Науковий керівник:  
Кандидат психологічних наук, доцент  
Коробіцина М.Б.

Одеса – 2013

## ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ.....	4
ВСТУП.....	9
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ.....	15
1.1. Проблема визначення «захисних механізмів» у сучасній психологічній науці.....	15
1.2. З історії дослідження становлення концепції психологічного захисту в психологічній науці.....	21
1.3. Сучасний стан проблеми дослідження захисних механізмів у психологічній науці.....	46
1.4. Відмінність понять «захисні механізми» та «копінг-поведінка» .....	55
1.5. Дослідження захисних поведінкових реакцій у дітей .....	64
1.6. Вплив особливостей сімейного виховання на розвиток захисних механізмів дітей .....	70
1.7. Характеристика впливу безконтрольного перегляду програм телебачення на дітей.....	82
Висновки до розділу 1.....	92
РОЗДІЛ 2. ПРОГРАМА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ ПСИХІКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ (ПІД ВПЛИВОМ БЕЗКОНТРОЛЬНОГО ПЕРЕГЛЯДУ ПРОГРАМ ТЕЛЕБАЧЕННЯ) ТА РЕЗУЛЬТАТИ ЙОГО КОНСТАТУЮЧОГО ЕТАПУ	96
2.1. Організація, методика та етапи емпіричного дослідження захисних механізмів .....	96
2.2. Психодіагностичний інструментарій, дослідження психологічних особливостей розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку .....	100
2.3. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження захисних механізмів дітей дошкільного віку.....	109

2.4. Аналіз орієнтації дітей на перегляд телепередач батьками, як копінг-стратегія .....	146
Висновки до розділу 2.....	148
<b>РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ АПРОБАЦІЇ ПРОГРАМИ КОРЕКЦІЇ ПРОЯВІВ ЗАХИСНОЇ ПСИХІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА ДИСГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ, ЯКІ БЕЗКОНТРОЛЬНО ДИВЛЯТЬСЯ ПРОГРАМИ ТЕЛЕПЕРЕДАЧ .....</b>	
3.1. Психологічний аналіз особливостей розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку під впливом безконтрольного перегляду телепрограм	150
3.2. Програма корекції поведінкової, емоційно-вольової та когнітивної сфер дітей .....	157
3.3. Рекомендації батькам стосовно попередження розвитку та наслідків дії захисних механізмів .....	179
Висновки до розділу 3.....	183
<b>ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....</b>	<b>186</b>
Список використаних джерел.....	190
Додаток А .....	214
Додаток Б.....	215
Додаток В.....	216
Додаток Г .....	218
Додаток Д .....	221

### ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ:

№ п/п	Скорочення	Назва показника
Кольорових тест відносин		
1.	КТВ	Кольорових тест відносин
2.	Зн	Значуще
3.	НЗн	Не значуще
4.	Кл	Колір (-и, -ів,)
5.	Ас з Тв	Асоціація з телевізором
6.	ДСЗн	Досягнення статистичної значущості
7.	Коеф Сп	Коефіцієнт Спірмена.
8.	ТБ	Телебачення
9.	Тв	Телевізор
Проективні методики діагностики		
10.	МлС	Малюнок сім'ї
11.	ГМл	Гарний малюнок
12.	НТ	Неіснуюча тварина
13.	МЛ	Малюнок людини
14.	ПГ	Перша група
15.	ДГ	Друга група
16.	Сапб	Середнє арифметичне по балам
17.	Скв	Середнє квадратичне відхилення
18.	КВ	Коефіцієнт варіації
19.	Кр Ст	Критерій Ст'юдента
20.	КрФ	Критерій Фішера
21.	Емп	Емпіричне
22.	Млзг	Малюнок зміщений угору

23.	ЗвС	Завищена самооцінка
24.	Млзв	Малюнок зміщений вниз
25.	ЗнС	Занижена самооцінка
26.	МлП	Малюнок праворуч
27.	МлЛ	Малюнок ліворуч
28.	МлК	Малюнок у кутку
29.	ЕП	Ефект присутній
30.	ЕН	Ефекту немає
31.	Кр	Кількість респондентів
32.	Пхт	Переважає холодних тонів
33.	Ввк	Використання відтінків кольорів
34.	ЗбКлг	Збіднена колірна гама
35.	ЗнЩКл	Знижена щільність кольору
36.	Птт	Переважає темних тонів
37.	ПідвНКл	Підвищена насиченість кольору
38.	Прр	Природа
39.	ПРС	Предмети різної спрямованості (іграшки, предмети повсякденного використання тощо)
40.	ВС	Відсутність сюжету
41.	НерС	Нереальний сюжет
42.	Екст	Екстроверт
43.	Інт	Інтроверт
44.	СмК	Симптомокомплекс
45.	НуС	Незадоволеність у спілкуванні
46.	Агр	Агресивність
47.	Кф	Конфліктність
48.	ПчЗ	Почуття знехтуваності
49.	ОО	Особливості особистості

50.	PPP	Рівень розумового розвитку
51.	ЗЗКР	Загальна затримка когнітивного розвитку
52.	Т,С	Тривога, страхи
53.	Д,ЗнН	Депресія, зниження настрою
54.	НзС	Незадоволення у спілкуванні
55.	ДФ	Додатковий фактор
Опитувальник копінг-стратегій дітей молодшого шкільного віку за методикою І.М. Нікольської та Р.М. Грановської		
56.	К-с «ДТв»	Копінг-стратегія «Дивлюсь телевізор», також зустрічається «Дивлюся телевізор, слухаю музику»
57.	К-с «В,К»	Копінг-стратегія «Волаю, кричу»
58.	К-с «О,П,Г»	Копінг-стратегія «Обіймаю, притискую, гладжу», також зустрічається «Обіймаю, притискую до себе когось близького, улюблену річ або гладжу тварину (собаку, кішку та ін.)»
59.	К-с «Б,Б»	Копінг-стратегія «Борюся, б'юся»
60.	К-с «Б,Л,К»	Копінг-стратегія «Б'ю, ламаю, кидаю»
61.	К-с «Бж»	Копінг-стратегія «Божеволію»
62.	К-с «Кн»	Копінг-стратегія «Кусаю нігті»
63.	К-с «Гр»	Копінг-стратегія «Граю у що-небудь»
64.	К-с «ПВ,ГП»	Копінг-стратегія «Прошу вибачення, говорю правду»
65.	К-с «Мл»	Копінг-стратегія «Малюю», також зустрічається «Малюю, пишу, читаю»
66.	К-с «Млс»	Копінг-стратегія «Молюся»
67.	К-с «Сп»	Копінг-стратегія «Сплю»
68.	К-с «Пв,Гп»	Копінг-стратегія «Прошу вибачення, говорю

		правду»
69.	К-с «Г,Б,К»	Копінг-стратегія «Гуляю, бігаю, катаюся на велосипеді»
70.	К-с «Зс,н»	Копінг-стратегія «Залишаюся сам по собі, наодинці»
71.	К-с «Пр,Зс»	Копінг-стратегія «Прагну розслабитися, залишатися спокійним»
72.	К-с «Гнб»	Копінг-стратегія «Гуляю навколо будинку або вулицею»
73.	К-с «М,Усщ-н»	Копінг-стратегія «Мрію, уявляю собі що-небудь»
74.	К-Р	Корекційно-розвиваюча робота
Механізми психологічного захисту		
75.	РУ	Реактивне утворення
76.	Сб	Сублімація
77.	Смз	Соматизація
78.	Ін	Інтелектуалізація
79.	З	Заміщення
80.	Р	Регресія
81.	К	Компенсація
82.	П	Проекція
83.	В	Витіснення
84.	Рац	Раціоналізація
«Експрес-діагностика в дитячому садку» за Н.М. Павловою та Л.Г. Руденко		
85.	Ст «Д»	Субтест «Драбинка»
86.	Ст «Н»	Субтест «Нісенітниця»
87.	Ст «ПР»	Субтест «Пори року»
88.	Ст «ЗТСМ»	Субтест «Знайди такий самий малюнок»

89.	Ст «10П»	Субтест «10 предметів»
90.	Ст «3С»	Субтест «Знайди «сім'ю»
91.	Ст «Р»	Субтест «Рибка»
92.	Ст «ПК»	Субтест «Послідовні картинки»
93.	Ст «РК»	Субтест «Розрізнені картинки»
94.	Ст «НС»	Субтест «На що це схоже?»
95.	ПСо	Підвищена самооцінка
96.	АСо	Адекватна самооцінка
97.	ЗСо	Занижена самооцінка
98.	ЗО	Загальна обізнаність
99.	Вик	Виконано
Діагностики когнітивних процесів (батьків\дорослої людини)		
100.	ПЦР	Повторення цифрових рядів
101.	ПМР	Прогресивні матриці Равена
102.	КТЛ	Колірний тест Люшера
103.	ПА	Прості аналогії
104.	ТШ	Таблиці Шульте
105.	ТП	Тимчасова пам'ять
106.	ОП	Оперативна пам'ять
107.	ПД	Пам'ять довготривала
108.	ПК	Пам'ять короткочасна
109.	Гр	Група



## ВСТУП

Життя сучасної людини характеризується надзвичайно високим рівнем інформативності. Суттєві зміни, що відбуваються у суспільстві в результаті життєдіяльності людини, впливають на її інтереси, потреби, ідеали, світогляд, поведінку. Різноманітність інформації, її джерела, а також засоби, якими вона передається, висувають все більші вимоги до особистості та її можливостей обробки й аналізу отриманих блоків інформації.

Сучасна хвиля інформації на телебаченні, за дослідженнями зарубіжних учених (С.Г. Кара-Мурза, Р. Харріс, О. Ленг та ін.), має гіпнотичну дію і формує сурогат думки, пригнічує будь-яку творчу, духовну активність людини. А сьогоднішні дошкільнята в недалекому майбутньому самостійно формуватимуть нові традиції та цінності суспільства згідно із закладеними в них у дитинстві захисними механізмами, що є неконструктивними за своєю суттю. У психологічній науці майже не досліджується питання неконтрольованого з боку дорослих впливу засобів масової інформації на особистість дитини дошкільного віку, який призводить до її дисгармонійного розвитку. Це зумовлено споживанням дітьми переважно візуальної інформації, яка не піддається свідомому аналізу; інформації, призначеної для дорослих (К. Вейдман, А. Бердникова, Р. М. Грановська, І. М. Нікольська, І. Є. Хронюк). За цих умов психічна адаптація дитини вимагає актуалізації захисних механізмів

Існуючі наукові підходи до вивчення психологічних захисних механізмів психіки не мають чітко сформованої парадигми досліджень. У зв'язку з цим залишається актуальним питання систематизації існуючих наукових поглядів стосовно проблеми вивчення психологічних захистів особистості.

Теоретико-методологічний аналіз вітчизняних та зарубіжних наукових досліджень показав, що в сучасній психології немає єдиного розуміння механізмів виникнення психологічних захистів особистості.

Незважаючи на те, що цьому питанню присвячено багато наукових праць західних (З. Фройд, А. Фройд, Р. Плутчик, Г. Келлерман, Л. Вассерман, Г. Тарт, Г. Блюм, О. Кернберг, М. Кляйн, Н. Мак-Вільямс, Ж. Лапланша, Ж. Понталіса, Д. Айке, К. Хорні, Г. Саллівен та ін.) та вітчизняних учених (Т.С. Яценко, Н.Ф. Каліної, А.А. Реан, І.М. Нікольської, Р.М. Грановської, Є.С. Романової, Л.Р. Гребеннікова, А.А. Налачжан, Д.І. Іванова, А.В. Маричевої, М.М. Решетнікова, С.Г. Харенко, С.Ш. Раджабова, М.М. Кононова та ін.), у сучасній психологічній науці існує ще багато протиріч навколо цієї проблеми. Труднощі пов'язані як з різними підходами до вивчення й трактування захисних механізмів, з різною послідовністю їх виникнення та розвитку упродовж життя людини зокрема.

Особливо важливим є розгляд закономірностей та чинників розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку. Це пов'язано з пошуком шляхів забезпечення найсприятливіших умов для повноцінної психічної адаптації та гармонійного розвитку особистості дитини, необхідністю розробки адекватних корекційно-розвиваючих програм. Цілями зазначених програм є ліквідація або часткова компенсація проявів захисних механізмів, що актуалізуються в тому числі й внаслідок неконтрольного споживання медіа продукції

Таким чином, актуальність, теоретична і практична значущість, недостатня розробленість проблеми розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку в умовах неминучого впливу засобів масової інформації на психіку, установки, цінності, поведінку та здоров'я дитини, зумовили вибір теми дослідження «Психологічні особливості розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку».

**Мета дослідження** полягає в теоретико-емпіричному вивченні психологічних особливостей розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку (в умовах безконтрольного перегляду телепрограм).

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати наукові джерела з проблеми захисних механізмів психіки та їх розвитку на ранніх етапах онтогенезу, систематизувати дані, що існують у психологічній літературі, щодо безконтрольного впливу медіасередовища на психіку дітей.

2. Розробити програму емпіричного дослідження, створити психодіагностичний комплекс методик, що відповідає меті та завданням дослідження.

3. Емпірично вивчити психологічні особливості прояву та розвитку захисних механізмів у дітей дошкільного віку.

4. Розробити та апробувати програму корекції проявів захисної психічної адаптації та дисгармонійного розвитку дітей дошкільного віку.

*Об'єкт дослідження* – захисні механізми психіки, що актуалізується у дітей дошкільного віку.

*Предмет дослідження* – психологічні особливості розвитку захисних механізмів психіки у дітей дошкільного віку під впливом безконтрольного перегляду телепередач.

*Методи дослідження.* У дослідженні використано систему методів: теоретичні (аналіз літератури з обраної наукової проблеми, узагальнення, систематизація наукових даних); емпіричні (спостереження за дітьми, анкетування та опитування педагогів та батьків, тестування, бесіда); математико-статистичні методи (t-критерій Стьюдента, критерій Фішера). Обробка результатів дослідження проводилась за допомогою комп'ютерної програми SPSS 13.0 for Windows.

Створено комплекс психодіагностичних методик, спрямований на системне вивчення проявів захисних механізмів у дітей дошкільного віку: в

когнітивній сфері («Експрес діагностика в дитячому садку» Н. М. Павлова та Л. Г. Руденко), в емоційній (Кольорових тест відносин Ю. С. Максименко, проєктивні методики «Малюнок сім'ї»; «Гарний малюнок»; «Неіснуюча тварина» Дж. Ділео), в поведінці («Опитувальник копінг-стратегій для дітей шкільного віку» І. М. Нікольської, Р. М. Грановської (адапована для дітей дошкільного віку), «Схема спостережень за ігровою діяльністю» Л. В. Артемової, І. О. Школьної). Для дослідження умов перегляду дітьми телевізійних програм використовувались анкети для батьків та вихователів.

Одержані результати, з подальшою їх графічною репрезентацією, аналізувалися з використанням методів математичної статистики.

**Наукова новизна одержаних результатів** дисертаційного дослідження полягає у тому, що:

вперше розроблено модель проявів та розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку в умовах безконтрольного перегляду телевізійних програм; доведено, що в дошкільному віці ексквізитні ситуації є «пусковими» у активізації захисних механізмів як системи психічних дій, що призводить до того чи іншого ступеня і форми адаптованості особистості; визначено особливості проявів захисних механізмів у когнітивній, емоційній, поведінковій сферах особистості дітей дошкільного віку, що перебувають в різних умовах перегляду телевізійних програм; описано ознаки дисгармонійного розвитку та захисної адаптації дошкільників, які безконтрольно дивляться програми телепередач (негативні емоційно-поведінкові реакції, зростання психоемоційного напруження, зниження самооцінки, затримка когнітивного розвитку тощо);

уточнено наукові уявлення про вплив медіасередовища на психічний розвиток особистості у дошкільному віці; встановлено, що важливим параметрами, що опосередковують цей вплив є: ступінь активності взаємодії дитини з медіапростором, її обмеженість у часі та наявність контролю з боку дорослих; конкретизовано симптоматику змін у когнітивній, емоційній та

поведінковій сфері особистості, що зумовлена активізацією захисних механізмів в умовах медіавпливу;

набуло подальшого розвитку знання про чинники психічного розвитку дітей дошкільного віку в сучасному медіасередовищі, ризики його спотворення та способи гармонізації; корекцію проявів захисної психічної адаптації у когнітивній, емоційно-вольовій та поведінкових сферах особистості у дітей, які безконтрольно дивляться програми телепередач.

**Практичне значення одержаних результатів.** Теоретично обґрунтовано та апробовано психодіагностичний комплекс методик, спрямований на дослідження психологічних особливостей розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку. Складено та апробовано корекційно-розвивальну програму, що дозволяє мінімізувати негативний вплив на особистість дитини дошкільного віку безконтрольного перегляду програм телепередач. Отримані теоретико-емпіричні дані є складовою карти загального психічного розвитку дітей дошкільного віку, що використовується в роботі психологів дошкільних навчальних закладів в процесі організації психологічного супроводу формування особистості дошкільника.

Основні результати дослідження були впроваджені в систему навчально-виховної роботи в дошкільних навчальних закладах № 88 (довідка № 112 від 18 травня 2012 р.) та № 274 (довідка №28 від 26 травня 2011 р.). Також основні теоретичні положення дисертаційного дослідження були включені в програму курсів «Загальна психологія», «Вікова психологія», «Основи психосоматики» в процесі підготовки майбутніх психологів в Одеському національному університеті імені І. І. Мечникова (довідка № 55 від 08 червня 2012 р.).

**Апробація результатів дисертації.** Основні положення та результати дисертаційного дослідження доповідались на: Міжнародній науково-практичній конференції «Гене́за буття особистості» (Київ, 2006 р.),

Міжнародній науково-практичній конференції «Християнські цінності в освіті та вихованні» (Одеса, 2007 р.), Міжнародній науково-практичній конференції «Психологія особистості: теорія, досвід, практика» (Одеса, 2009 р.), Міжнародній науково-практичній конференції «Перспективні інновації в науці, освіті, виробництві та транспорті» (Одеса, 2007 – 2009 р.р., 2013 р.), на Першому Всеукраїнському конгресі психологів (Київ, 2005 р.), Всеукраїнській науково-практичній конференції «Розквітання» (Одеса, 2008 р.), засіданнях кафедри клінічної психології Одеського національного університету імені І. І. Мечникова (2008 – 2013 рр.), наукового семінару Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського (2013 р.).

На основі проведеного дослідження нами було розроблено: методичні семінари для психологів-практиків, вихователів, батьків дошкільних навчальних закладів № 88 та № 274 у рамках психологічної просвіти; проведено круглі столи з батьками дітей, які навчаються у ДНЗ № 88 і № 274, практичні семінари з елементами тренінгу. Результати дослідження впроваджувалися в систему навчально-виховної роботи педагогів Одеських дошкільних навчальних закладів. Також основні теоретичні положення дисертаційного дослідження були включені в програму курсів: «Загальна психологія», «Вікова психологія», «Основи психосоматики», які викладаються на кафедрі клінічної психології Інституту інноваційної та післядипломної освіти ОНУ імені І.І. Мечникова.

**Публікації.** Результати дисертаційного дослідження викладено в 8 публікаціях, із них 6 – у фахових наукових виданнях України.

**Структура та обсяг дисертації:** Дисертація складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків і списку використаних джерел, додатків. Обсяг основного тексту - 189 сторінок. Дисертація містить 20 таблиць на 22 сторінках, 5 рисунків на 5 сторінках, 5 додатків на 10 сторінок. Список використаних джерел нараховує 254 найменування на 24 сторінках.

## **РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ**

У розділі розкриваються та аналізуються напрями та підходи до вивчення феномену захисних механізмів людини, особливості розвитку захисних механізмів. А також визначено напрями та підходи до вивчення феномену копінг-стратегій поведінки дитини, особливості розвитку та вплив на них зовнішніх факторів, таких як сімейне виховання та ЗМІ.

Аналіз літератури показав, що поняття «захисні механізми психіки» використовується не тільки у рамках психоаналітичної парадигми. Наш науковий пошук спрямовано на висвітлення проблеми психологічного захисту особистості, розкриття основних сучасних теорій та підходів до цієї проблеми, розкриття сенсу механізмів захисту. У розділі надано характеристику копінг-поведінки, розкриття основних сучасних теорій та підходів до цієї проблеми, розкриття сенсу цього психічного явища.

### **1.1. Проблема визначення «захисних механізмів» у сучасній психологічній науці**

У сучасних дослідженнях поняття «захисні механізми психіки», «психічний захист», «психологічний захист», «захисні реакції», та «механізми психологічного захисту», «психозахист» ототожнюються, що ускладнює вивчення цієї проблеми в психологічній науці та відображає деякі труднощі в аналізі наукових робіт фахівців з питань дослідження цього явища. Виявлено існування широко розповсюджених неясностей, омонімічності і синонімічно існуючих термінів у рамках визначення захисних механізмів психіки людини.

Історія становлення проблематики захисних механізмів психіки в психологічній науці суперечлива. Вони були об'єктом дослідження в

різноманітних сферах психологічного знання і в різних парадигмах наукового пояснення. Певною мірою цей факт ускладнює виявлення інваріантних характеристик психологічного захисту та його роль у вирішенні ексцезивних ситуацій.

Проблема захисних механізмів психіки висвітлюється в роботах багатьох учених: З. Фрейда, А. Фрейд, Ж. Лапланша, Ж. Понталіса, Р. Плутчика, Г. Келлермана, Л. Вассермана, Г. Тарта, Г. Блюма, О. Кернберга, М. Кляйн, Н. Мак-Вільямс, Д. Айке, К. Хорні, Г. Саллівен, А. А. Наладжана, Ф. В. Бассіна, В. Менинжера, М. Ліфа, Е. Фромма, Н. Ф. Каліної, Є.С. Романової, Л.Р. Гребенникова, Г. Блюма, Ю. С. Савенка, Е. І. Кіршбаума, А. І. Єремєєвої, І. М. Нікольської, Р. М. Грановської та ін.

Як зазначає автор поняття З. Фрейд, захисні механізми – це психічний апарат, що не виносить невдоволення, він змушений уникати незадоволення за будь-яку ціну, а якщо сприйняття реальності викликає незадоволення, то воно – тобто істина приноситься в жертву. При зовнішній небезпеці деякий час можна рятуватися втечею й униканням такої ситуації, щоб пізніше, зміцнівши, зняти загрозу активною зміною реальності. Але від самого себе не втекти, при внутрішній небезпеці не допоможе ніяка втеча, і тому захисні механізми Его змушені шукати внутрішнє сприйняття, надаючи нам лише неповні та спотворені відомості нашого Ід. Тоді Его виявляється паралізованим або засліпленим власними помилками у своєму ставленні до Ід, і на успіх у психічному процесі стає можливим розраховувати з тим же шансом, що і подорожній, який заблукав у незнайомій місцевості і через втому ледве волочить ноги. Метою захисних механізмів є усунення небезпеки" [2, 17, 21-24, 33, 72, 167, 171, 203, 208, 209, 214, 220, 243, 248]. З. Фрейд конкретизує, що кожна людина користується лише певним набором захисних механізмів. Крім того, нам відомо, що відмінність між успадкованими і набутими властивостями не може розходитися до



протилежностей, а в успадкованому важливою частиною є, звичайно ж, придбане предками.

3. Фройд використовує поняття саме «психічні захисти», чим робить акцент на тому, що дія цих механізмів знажує внутрішні психічні конфлікти між потягами несвідомого і тими структурами, які відповідають за регуляцію поведінки особистості. У роботах неофройдистів вже зустрічається корекція цього поняття на «психологічні захисти». Надалі у психологічній науці були продовження, інтерпритації, модернізації поглядів на це явище як представниками різних поколінь дослідників і психотерапевтів психоаналітичної орієнтації, так і інших психологічних напрямів екзистенціальної психології, гуманістичної психології, гештальт-психології та ін

Саме А. Фройд дала першу розгорнуту дефініцію захисних механізмів: «Захисні механізми — це діяльність «Я», яка починається, коли «Я» схильне до надмірної активності спонукання або відповідних їм афектів, що є для нього небезпечними. Вони функціонують автоматично, не узгоджуючись зі свідомістю» [208].

У сучасному словнику з психоаналізу поняття «захист» пояснюється так: "Захист – сукупність дій, націлених на зменшення або усунення будь-якої зміни, що загрожує цілісності та стійкості біопсихологічного індивіда. Оскільки ця стійкість втілюється в «Я», яке всіляко прагне її зберегти, його а вважаємо ставкою і дійовою особою в цих процесах. У цілому йдеться про захист від внутрішнього збудження (потягу) й особливо від уявлень (спогадів, фантазій), причетних до цього потягу, а також захисту від ситуацій, що породжують таке збудження, своєю чергою, породжує душевну рівновагу і, отже, є неприємним для «Я». Мається на увазі також захист від неприємних афектів, що поступають тоді як приводи та сигнали до захисту. Захисний процес здійснюється механізмами захисту, більшою чи меншою мірою інтегрованими в «Я». Будучи позначеним і пронизаним потягами, тим,

проти чого він у кінцевому підсумку скерований, захист часом стає нав'язливим і проявляє себе (принаймні частково) несвідомими образами [171].

І. Е. Назарова визначає захисні механізми як такі, що «начебто охороняють усвідомлення особистістю різного роду негативних емоційних переживань і перцепції, сприяють збереженню психологічного гомеостазу, стабільності, вирішення внутрішньоособистісних конфліктів і протікають на несвідомому та підсвідомому психологічних рівнях. За допомогою захисних механізмів особистість несвідомо оберігає свою психіку від травм, які можуть заподіяти їй реальні життєві ситуації, що загрожують зруйнувати Я-концепцію особистості. Але разом з тим ці механізми заважають людині усвідомлювати свої помилки щодо власних рис характеру та мотивів поведінки, що часто ускладнює ефективне вирішення особистих проблем» [138].

Представники неофройдизму (К. Хорні, Г. С. Салліван, Е. Фромм) змістили акцент із внутрішньопсихічних процесів на міжособистісні стосунки. За джерела тривоги і, відповідно, захисту вони взяли соціокультурні фактори – почуття самотності, безпорадності, брак любові батьків та оточуючих людей, несумісні вимоги складних міжособистісних зв'язків.

Ідея психологічного захисту швидко вийшла за рамки виключно психоаналітичної теорії. Як зазначає А. А. Налчаджян, захисні механізми психіки – це такі «схеми психічних дій, які призводять до того чи іншого ступеня і форми адаптованості особистості, вирішення фруструючих ситуацій тощо. Захисні механізми виникають у фруструючих ситуаціях, закріплюються у психіці при повторенні схожих ситуацій, актуалізуються в них і забезпечують адаптацію особистості. Процес їх використання названо захисно-адаптивним або просто захисним процесом [137].

Г. Тарт у своїх дослідженнях пише, що захисні механізми психіки слід ототожнювати з поняттям «буфер», який увів у свій час Г.І. Гурджиев. «Якщо ми усвідомлюємо серйозні протиріччя у собі, ми страждаємо від цього. ... Роздріблені частини нас самих являють собою не просто випадкове скупчення; вони активно організовані у те, що є помилковою особистістю, яка зберігає свою структуру при всіх змінах та потрясіннях, що можуть трапитися. Коли ми розділюємо себе на частини, тоді активні механізми помилкової особистості зберігають ці частини на своїх місцях. Г.І. Гурджиев назвав ці механізми «буферами». (...) З іншого боку, сучасні психологія і психіатрія багато дізналися про різні види «буферів» та про специфіку їх роботи. Загальний психологічний термін для цих «буферів» – механізми захисту» [160]. Тобто, якщо перефразувати слова Г. Тарта, механізми захисту («буфери») – це такі активні механізми, що не дозволяють помилковій(помилкам) особистості зберігати свою структуру в разі зміни або потрясінь.

В. Менинжер і М. Ліф [102] дають наступне трактування захисних механізмів: це автоматичні, рушійні сили Его, які дозволяють підтримувати баланс між Ід та Супер-Его. Особливості їх поглядів заключаються у тому, що захисні механізми можуть працювати як у випадку пристосування до навколишнього середовища, так і у випадку порушення пристосування особистості.

Як зауважує Е.І. Кіршбаум, «психологічний захист – не нормальний, а особливий, незвичайний засіб вирішення ситуації і психологічної регуляції поведінки в ситуаціях скрути, деякої неможливості. Психологічний захист ініціюється такими винятковими, ексквізитними ситуаціями. Одне із значень англійського слова *exquisite* – «гострий, сильний, винятковий» [82]. Саме цього визначення дотримуємося у нашій роботі.

Також важливо виділити і дослідження проблеми захисту психіки Г. Блюмом, який дає таке визначення психологічних механізмів, які

передують утворенням захисних механізмів психіки індивіда: «Психологічний механізм – специфічне утворення, яким оперує індивід.... Механізми, якими оперує індивід на першому році життя, є попередниками подальших захисних механізмів» [28].

Окремо відзнаємо дослідження Р. Плутчика, який пов'язує захисні механізми з емоціями і базовою функцією виживання. Від доводить, що «мова захисту Его може бути концептуалізованою як така, що має відношення до емоцій» [164].

Зауважимо, що в наведених визначеннях психологічний захист завжди є лише частиною будь-яких інших психологічних феноменів і не виділяється в самостійний процес або механізм. У той же час загальним моментом, характерним для всіх визначень, є ситуація конфлікту, травми, стресу, а також мета – зниження емоційного напруження, пов'язаного з конфліктом, і запобігання дезорганізації поведінки, свідомості, психіки. Саме в цьому основна смислова конструкція всіх визначень збігається з психоаналітичним розумінням психологічного захисту. А відмінність полягає у визначенні того, що стоїть за конфліктом.

Слід додатково відмітити, що при аналізі сучасної літератури спостерігається відсутність понятійної чистоти, яка ускладнюється, крім того, неточним перекладом наукової термінології іноземними мовами. Так, наприклад, у багатьох роботах не розмежовані поняття «придушення» (repression) і «витіснення» (suppression). В інших останнє описується як свідомий варіант першого. Те ж саме спостерігається стосовно низки інших термінів.

Також, при дослідженні сучасних досліджень були вичвлені розбіжності у визначенні чіткої кількості захисних механізмів. Таким чином, серед вітчизняних та закордонних дослідників немає єдиної точки зору ні на загальну кількість захистів, ні на ступінь їх співвіднесеності один з одним, ні

навіть на їхні ясні визначення в деяких випадках. Тож, є сенс вивчати це явище більш детально, з урахуванням всіх можливих зовнішніх факторів.

В останнє десятиліття термін «психологічний захист» часто вводить у контекст самих різних, як наукових, так і науково-популярних праць з медичної, соціальної, вікової та педагогічної психології, нейропсихології, педагогіки, юридичної психології тощо. В.М. Прошкін зробив спробу систематизації типологій захисних механізмів у медичній психології (у клініці неврозів за Б.Д. Карвасарським; в дослідженнях стресу за В.А. Ташликовим; у клініці алкоголізму за В.Е. Бехтелем) і в юридичній психології (за А.Р. Ратіновим і Г.Х. Єфремовою). Незважаючи на актуальність, теоретичну і практичну значущість цих досліджень, вузька спеціалізація авторів залишає відкритим питання про системну й універсальну концепцію захисту.

Вважаємо, що і в подальшому розвитку питання психологічних захистів особистості буде розвиватися: конкретизуватися, уточнюватися та доповнюватися.

## **1.2. З історії дослідження становлення концепції психологічного захисту в психологічній науці**

Поняття про захисні механізми концептуально укорінено в психоаналізі, тому методико-теоретичний огляд важливо почати з позицій З. Фрейда та А. Фрейд. Саме їх роботи є концептуальною базою для подальшого розвитку та дослідження проблеми захисних механізмів.

Сам термін «захист» З. Фрейд використав у 1894 році у праці «Захисні нейропсихози» [207] (а також у низці робіт, які були надруковані пізніше: «Етіологія істерії», «Подальші зауваження про захисні нейропсихози») для опису боротьби «Я» проти хворобливих або нестерпних думок і афектів [210]. За його первинними увлеченнями, механізми психічного захисту є

природженими, запускаються в екстремальній ситуації і виконують функцію «зняття внутрішнього конфлікту», тобто діють як засіб вирішення конфлікту між свідомим і несвідомим. У сучасній психології уявлення про зв'язок захисту з екстремальними ситуаціями і про пом'якшення з її допомогою конфліктів збереглися, а положення про природжену різноманітність форм захисту в конкретної людини уточнено [29].

Дуже важливо, що спочатку З. Фройд використовує поняття саме «психічних захист», яке зустрічаємо у низці його робіт [207-2010], у подальшому це поняття трохи змінюється і вже у роботах А. Фройд зустрічається термін «психологічний захист». У назці сучасних джерел на наукових працях ці поняття змішують.

Свої фундаментальні положення про захист З. Фройд сформулював у процесі лікування хворих невротиками: зворотними розладами, обумовленими дією психотравмуючих чинників. При невроті пацієнти скаржаться на емоційні розлади, порушення тілесних і вегетативних функцій. В основі цієї хвороби знаходяться переживання людиною внутрішнього конфлікту — зіткнення особливо значущих стосунків особи з обставинами життєвої ситуації, що суперечить їм. Нездатність людини вирішити такий конфлікт викликає зростання внутрішньої напруженості і дискомфорту. З.Фройд показав, що в цей важкий для людини момент активізуються спеціальні психологічні механізми захисту, які обмежують неприємні переживання, що травмують свідомість людини. Актцалізація механізмів захисту супроводжується суб'єктивним відчуттям полегшення — зняттям напруженості. Згодом захисні механізми стали розглядатися не лише як елемент психіки людей, схильних до невротичних реакцій або які страждають невротиками, але і як функції «Я» — свідомої частини особи будь-якої людини. При загрозі цілісності особи саме захисні механізми відповідають за її інтеграцію і пристосування до реальних обставин.

3. Фройдом було показано, що актуалізація захисту може призвести не лише до актуального полегшення, але і до появи стабільних структур, які довго функціонують і надалі можуть активізуватися за схожих обставин. При цьому вторгнення захисту може супроводжуватися формуванням специфічних «умовно бажаних» симптомів, які залучаються людиною у вирішення ситуації, пов'язаної з конфліктом, і теж частково знижують внутрішнє напруження.

В процесі подальшого розвитку цього напрямку більшість дослідників схилилася до висновку, що функціональне призначення і мета психологічного захисту полягає в послабленні внутрішньоособового конфлікту (напруженість, занепокоєння), обумовленого конфліктом між інстинктивними імпульсами несвідомого і засвоєними (інтеріорізованими) вимогами зовнішнього середовища, що виникають у результаті соціальної взаємодії. Послаблюючи ці протиріччя, захист регулює поведінку людини, підвищуючи її пристосовність і врівноважуючи психіку. При цьому свій конфлікт між потребою і страхом людина може виражати різними способами: а) за допомогою психічних перебудов, б) за допомогою тілесних порушень (дисфункцій), що виявляються у вигляді хронічних психосоматичних симптомів, в) у формі зміни способів поведінки.

Розширення уявлень про захисні механізми розкривається в роботах Анни Фройд, котра узагальнила і систематизувала знання про механізми психологічного захисту, що накопичилися до середини 40-х років ХХ століття. Розглядаючи психологічні захисти як один із механізмів адаптації та інтеграції особи, вона вважала, що ці механізми є несвідомими, набутими в процесі розвитку особи, способи досягнення «Я» компромісу між протидіючими силами «Воно» або «Над-Я» і зовнішньою дійсністю. Механізми психологічного захисту спрямовані на послаблення тривоги, викликаного інтропсихічним конфліктом.

А. Фройд підкреслювала оберігаючий характер захисних механізмів, вказуючи, що вони запобігають дезорганізації і розпаду поведінки, підтримують нормальний психічний статус особи [106]. У базову концепцію З. Фрейда були внесені певні корективи, а саме сформовано уявлення про те, що набір захисних механізмів індивідуальний і характеризує рівень адаптованості особи. І, нарешті, вона дала першу розгорнуту дефініцію захисних механізмів: «Захисні механізми — це діяльність «Я», яка починається, коли «Я» схильне до надмірної активності спонукання або відповідних їм афектів, що є для нього небезпечними. Вони функціонують автоматично, не узгоджуючись зі свідомістю» [12].

У роботі А. Фройд [206] акцентувалася роль механізмів захисту у вирішенні зовнішніх (соціогенних) конфліктів, а самі механізми розглядалися не лише як прояв природжених здібностей, але і як продукти індивідуального досвіду й мимовільного навчання. Було сформовано уявлення про те, що набір захисних механізмів індивідуальний і характеризує рівень адаптованості особи.

А. Фройд (також як і З. Фройд) вважала, що захисний механізм ґрунтується на двох типах реакцій: а) блокування вираження імпульсів у свідомій поведінці; б) спотворення їх до такої міри, щоб початкова їх інтенсивність помітно знизилася або відхилилася убік, і групуються на три різновиди автоматизмів: а) перцептивні автоматизми; б) інтелектуальні автоматизми; в) рухові автоматизми. Ці автоматизми забезпечують послідовне спотворення образу реальної ситуації з метою послаблення травмуючого емоційного напруження. При цьому уявлення про середовище спотворюється мінімально, тобто знаходиться в гранично можливій відповідності з реальністю. У результаті, небажана інформація індивідом може ігноруватися (не сприйматися); будучи сприйнятою — забуватися, а в разі допуску в систему запам'ятовування — інтерпретуватися зручним для людини чином.



Проте ця позиція згодом була підтверджена у роботах Е.А. Костандова. Його експериментальні дослідження довели існування фізіологічної основи для реалізації перцептивного захисту [86]. Аналіз реакцій людини на ще не усвідомлювані стимул-реакції виявив існування особливо чутливого механізму, який на основі інформації, що ще не досягла свідомості, здатний за допомогою лімбічної системи оцінити емоційне значення подразника, за необхідності підвищити поріг сприйняття і тим самим викликати відповідну його переоцінку.

А. Фройд запропонувала вважати захисними такі "психодинамічні" механізми: витіснення (подавлення), регресія, утворення реакції, ізоляція, заперечення (анулювання) досконалої дії, котра актуально відбувається, проекція, інтроекція, ввертання на власну особистість, перетворення на свою протилежність, сублімація [206].

Вочевидь, А. Фройд механізм переміщення ототожнювала з сублімацією і тому не виділила його як самостійний захисний механізм. Інша особливість запропонованого нею переліку механізмів полягає в тому, що до нього долучені ті захисні механізми, які мимоволі або частково усвідомлено використовуються переважно для захисту від внутрішніх фрустраторів.

Надалі цей список був доповнений новими механізмами, спрямованими проти зовнішніх фрустраторів: втеча (відхід) від ситуації, заперечення, ідентифікація, обмеження «Я».

Проте і цей список з часом був доповнений А. Фройд наступними важливими захисними та адаптативними механізмами: раціоналізація, фантазія, конверсія, символізація, переміщення.

Крім того, про цей повний перелік слід сказати також те, що до нього було долучено не лише власне захисні механізми, а й безпосередні поведінкові і внутрішньопсихічні реакції на дію фруструючих ситуацій [110].

Анна Фройд [206] також детально опрацювала питання послідовності визрівання захисних механізмів і намітила приблизну хронологію механізмів

психологічного захисту. На її думку, перші способи захисту, що визрівають у дитини, пов'язані з негативним досвідом його спонтанного самовираження. Неможливість реагувати довільно створює у немовляти енергетичне напруження, яка і породжує занепокоєння і дестабілізацію образу «Я».

У розділі "Рекомендації щодо хронологічної класифікації" А. Фройд наводить такі можливі етапи розвитку "захисту Его": 1) передстадія захисту – кінець першого року життя; 2) механізми проєкції й інтроекції – від одного року до дворічного віку; 3) механізми витіснення й інтелектуалізації – від двох до трьох років; 4) механізми реактивного утворення і сублимації – від трьох до п'яти років.

Під час першої фази розвитку захисної діяльності незрілий організм має мінімальні засоби захисту від емоційних переживань, пов'язаних з неприємними і небезпечними стимулами зовнішнього середовища.

Друга фаза розвитку захисту пов'язується А. Фройд із здатністю здійснювати перші спроби виділення індивідом себе з навколишнього світу. На цій стадії переживання неприємностей і небезпек долаються за допомогою механізмів проєкції й інтроекції. За допомогою цих механізмів інфантильне "Я" особистості ігнорує у собі неприпустимі почуття, якості або дії і приписує навколишньому середовищу все болісне. Проте приймає приємне для себе, як дійсну частину свого життя, внутрішнього світу, тощо.

У третій фазі розвитку остаточно встановлюється дистанція між "Я" і "Воно", і витіснення стає основним видом захисту, який має забезпечити щойно сформований комфорт зі збереженням розділення цих інстанцій. А. Фройд зазначала, що на цій стадії актуалізується робота свідомості й індивід починає розрізняти поняття забороненого і дозволеного і, відповідно, себе "гарного" і себе "поганого". На цьому етапі функціонують онтогенетичні раніше види пам'яті, що не дає можливості виділення в матеріалі осмислених, семантичних зв'язків. Тому витіснення (у даному випадку як синонім – подавлення) грає істотну роль, забезпечуючи те, що особистість забуває

небажану інформацію або досвід. Пізніше з'являється інтелектуалізація, пов'язана з розвитком мови і логічним мисленням, які піднімають ментальну активність на вищий рівень засвоєння дійсності.

Індивід отримує можливість переоцінити небажану інформацію зручним для себе способом. За А. Фройд, "Я" закріплює свою владу над "Воно", і абстрактно-логічне мислення стає основною характеристикою "Я".

Реактивне утворення і сублімація характерні для четвертої фази розвитку захисту і знаходяться в нерозривному зв'язку із засвоєнням етичних цінностей.

Такі механізми, як регресія і звернення на себе (в іншій термінології - варіант заміщення), не залежать, згідно з А. Фройд, від стадії розвитку психіки і такі ж старі, як конфлікти між інстинктивними потягами і будь-якими перешкодами, з якими потяги можуть зіткнутися на шляху до задоволення. Проте далі автор зазначає, що "ця запропонована хронологічна класифікація не узгоджується з нашим досвідом, який полягає в тому, що найперші прояви неврозів, які спостерігаються у маленьких дітей, - це істеричні симптоми, зв'язок яких з витісненням (тут - запереченням) безперечний. Можливо, буде краще відмовитися класифікувати їх так само і зайнятися детальним вивченням ситуацій, що вимагають захисних реакцій" [29].

Надалі, у психологічній науці, більшість психологів-дослідників (Ф.В. Бассін, Є.С. Романова, Л.Р. Гребенніков, В.А. Ташликов, Е. Чумакова, А.А. Налчаджян, Г. Блюм, М. Борнштайн, Ю.С. Савенка, Ю.Л. Шевченко, І.С. Кон) розглядають психологічні захисні механізми як процеси інтрапсихічної адаптації особи за рахунок підсвідомої переробки інформації, що надходить. У цих процесах беруть участь усі психічні функції: сприйняття, пам'ять, увага, уява, мислення, емоції. Але при цьому найбільше навантаження щодо подолання негативних переживань бере на себе якась одна з них. (Наприклад, переорієнтація уваги при запереченні; побудова

логічних аргументів для виправдання своїх вчинків при раціоналізації; забування при подавленні.) У ситуаціях, які травмують людину, захисні механізми спрацьовують і виступають у ролі своєрідних бар'єрів на шляху просування інформації. У результаті цього тривожна для особи інформація спотворюється, ігнорується або змінюється вигідним чином. Тим самим формується специфічний стан свідомості, що дозволяє людині зберегти гармонійність і врівноваженість структури своєї особи. Така захисна внутрішня зміна розглядається як особлива форма пристосування людини до середовища. Принципово важливо, як підкреслює низка авторів (А.А. Налладжан, Р.М. Грановська, І.М. Нікольська, Є.С. Романова та ін.), що всі ці процеси — несвідомі.

У часи радянської психології явище психологічного захисту розглядалося як і з загальноприйнятих позицій, так і в прикладному значенні.

Як стверджує І.С. Кон, концепція захисних механізмів, що розробляється в психоаналізі, може бути легко використана на практиці [80, 81]. Інші спеціалісти (Ф.В. Бассін, В.Е. Рожнов, М.А. Рожнова, І.С. Кон) вважають, що явище захисних механізмів може і має бути предметом дійсно наукового дослідження [17, 18, 19, 20, 21, 147]. Б.В. Зейгарнік у своїх дослідженнях вважає, що використання психологічного захисту в конфліктних ситуаціях здоровими людьми рідко стає об'єктом вивчення в науковій психології [68]. Такі спеціалісти, як Н.Ф. Каліна, Ф.Е. Василюк, Р.М. Грановська, І.Я. Березная, А.А. Налладжян та інші, починають активно вводити у свої дослідження категоріальний апарат психологічного захисту й практику психотерапії та психокорекції [38, 47, 110].

Одним із перших у формулюванні проблеми захисних механізмів у радянській літературі є Ф.В. Бассін. Він розглядав явище захисту як реально існуючий психічний феномен, що має право на існування та на операціональні можливості наукового дослідження [17-21].

У своїх наукових працях учений підкреслює важливий статус психологічного захисту як об'єкта дослідження: «...навряд чи можна ... серйозно думати..., що теорія активності людини, її взаємовідносин з оточуючим її світом, із соціальними колективами, до яких вона входить, не вимагає звернення до ідей типу «психологічний захист»»[19].

Сам Ф.В. Бассін не обмежує значення психозахисту тільки специфічними ексквізитивними ситуаціями, як це, наприклад, роблять такі дослідники, як Ю.С. Савенко і Ф.Є. Василюк, які вважають, що захисні механізми виникають у процесі самоактуалізації в ситуаціях, що ускладнюють цей процес [51], або в так званих «ситуаціях неможливості» [9]. У роботах Ф.В. Бассіна бачимо, що захист є стандартним механізмом, спрямованим на запобігання розладів поведінки та фізіологічних процесів не лише при конфліктах свідомого і несвідомого, але й при зіткненні цілком усвідомлюваних, але афективно насичених установок [17-21]. Ф.В. Бассін зараховує до психозахисних механізмів створення більш широкої у смислового відношенні установки, яка спрямована на нейтралізацію нездійсненої з яких-небудь причин афективно насиченої установки. При цьому в полі дії нової установки знімається протиріччя між початковими прагненнями і перешкодою, і, таким чином, первісне прагнення як мотив перетворюється та знешкоджується [18]. При такому визначенні психологічного захисту знімаються негативні моменти в психозахисній регуляції поведінки, ігнорується той важливий для оцінки особистості факт, що психозахист є свідченням слабкої сили «Я», що вона, хоча певним чином і мобілізує поведінку, але, підкоряючись інфантильній установці, «намагається боротися зі складністю не подоланням і роздільною здатністю, а ілюзорним спрощенням та усуненням», певною мірою нечутлива до цілісної психологічної ситуації [34]. У розумінні Ф.В. Бассіна вже присутній момент розвитку, момент розширення мотиваційної структури особистості, розширення взаємодії, а отже, розширення і диферентації індивідуальних

процесів відображення і регулювання. На думку ж Б.Д. Карвасарського, для повсякдення звичними є психологічні адаптивні реакції, а не реакції психологічного захисту [76].

Слід зупинитися на працях Б.Д. Карвасарського, який поділив всі захисти на чотири групи:

У першу групу входять захисти, які не здійснюють переробки інформації, але або її витісняють, або пригнічують, або блокують, або заперечують. До цієї групи відносяться витіснення та близькі до нього механізми перцептивного захисту (спотворення інформації, підвищення порогів чутливості), пригнічення, блокування або гальмування думок, емоцій, дій, заперечення.

У другу групу входять захисти, спрямовані на спотворення змісту думок, почуттів, поведінки особистості. Це – раціоналізація, інтелектуалізація, ізоляція, формування реакції (реактивне утворення), зміщення, проекція, ідентифікація.

Третю групу складають психологічні захисти, що призводять до розрядки емоційного напруження. До цього типу захистів відносимо: реалізації в дії, соматизація тривоги, сублімація. Аналізуючи соматизацію тривоги, вважаємо за необхідне розглянути погляди А. Мітчерліха на цю проблему.

До четвертої групи можуть бути віднесені механізми маніпулятивного типу, а саме: регресія, відхід у фантазії, відхід у хворобу.

Велика розбіжність між ідеальним і реальним Я людини, на думку клінічних психологів, є тривожним симптомом, оскільки вказує на неадекватність самооцінки і ставлення до себе, що часто призводить до емоційних та поведінкових неадекватностей. Така особистість не здатна подолати «відстань» між своїм актуальним станом і тим, до якого прагне. У пошуку виходу з цієї скрутної ситуації особистість використовує іноді й

патологічні захисти. Прикладом таких захистів є невроз або психосоматизація. [166]

Найбільш розгорнуто формування психосоматичної симптоматики як результату застосування незрілого психологічного захисту подано у концептуальній моделі двохшелонної лінії оборони А. Мітчерліха [90]. Визнаний психоаналітик вважав, що виникнення і розвиток будь-якого психосоматичного патологічного процесу йде у такій послідовності, що спочатку особистість намагається подолати конфлікт за допомогою виключно психічних процесів на психосоціальному рівні. На цьому рівні психологічного захисту можливі такі варіанти:

- якщо особистість є достатньо зрілою, то вона намагається подолати конфлікт за допомогою копінг-стратегій або більш зрілих механізмів психологічного захисту;

- у випадках, коли застосування більш зрілих (здорових) механізмів психологічного захисту недостатньо, то актуалізуються невротичні (патологічні) захисні механізми;

- бувають випадки, коли захисні механізми запускають поведінку особистості у загальному вимірі (невротичний розвиток особистості, невроз характеру) [90].

А. Мітчерліх зазначає, що якщо особистість не може подолати конфлікт виключно психічними засобами, тобто не спрацьовує перша лінія оборони, тоді актуалізується захист другого ешелону – соматизація, яка з часом може призвести до структурних змін у тому чи іншому органі. На думку автора, це є захист на психосоматичному рівні [101].

Закордонний психоаналітик О.Ф. Кернберг, доповнюючи концептуальну модель А. Мітчерліха, виокремлює ще й третій рівень психологічного захисту – психотичне симптомоутворення. У своїх клінічних спостереженнях за багатьма психотичними пацієнтами, він помітив, що тільки-но в них завершується загострення психотичного стану, то майже

зразу виникають психосоматичні розлади [90, с. 70]. Концептуальна модель А. Мітчерліха та її продовження у роботах інших науковців психодинамічної орієнтації є теоретико-методологічною основою багатьох сучасних досліджень у галузі психосоматичних захворювань.

Отже, висновуємо, що в парадигмі медико-психологічних досліджень використання психозахисних технік розглядається певною мірою як патологічна, неплідна форма розширеного протиріччя.

Але в результаті вивчення та аналізу сучасної наукової літератури, висновуємо, що як серед медиків, так і серед психологів визначення базових понять захисних механізмів є достатньо однозначними але у психологічній науці, кожен теоретик підходить до зазначеної проблеми зі своєї позиції і тим самим дає різні визначення і різні пояснення основним поняттям цієї області.

Р. М. Грановська та І.Я. Березна вважають, що психологічний захист гальмує політ творчої фантазії, роботу інтуїції, він виступає як бар'єр, який звужує, затуляє і спотворює повноцінне сприйняття і переживання світу. У своїх наукових роботах вчені описують захист як організацію пасток та перетворювачів небезпечної й тривожної для особистості інформації. Найбільш небезпечна інформація не засвоюється вже на рівні сприйняття, менш небезпечна сприймається, але потім спотворюється, трансформується у вигідну для особистості. Одночасно автори виділяють й іншу, позитивну роль захисту. Захист оберігає свідомість від інформації, яка може зруйнувати цілеспрямоване мислення, мислення, яке налаштоване на вирішення ситуацій. У цьому сенсі захисні техніки розглядаються як система стабілізації особистості, яка спрямована на усунення або мінімізацію негативних емоцій, тривоги, яка виникає при розладі наявної картини світу і ситуації зіткнення з новою й несподіваною інформацією [47-50]. Також у своїх роботах Р.М. Грановська стверджує, що захисні механізми є «засобом організації часткової душевної рівноваги для того, щоб зібрати сили для реального подолання труднощів, які виникли» [49].



Згадані нами вище наукові праці стосувались базових понять, пов'язаних з проблемами дослідження захисних механізмів у сучасній психологічній науці. Крім цього, важливим і складним є питання послідовності появи та розвитку захисних механізмів у людини. Цій проблемі присвячені роботи таких учених, як: Г. Блюм, М. Борнштайн, Є.С. Романова, Л.Р. Гребенніков, Р.М. Грановська, Р. Плутчик та ін.

Г. Блюм зазначає, що механізми, які функціонують на першому році життя дитини, ще не є захисними, але вони виступають як попередники захисних механізмів, що з'являться пізніше. До низки перших таких механізмів належать: інтроекція (заснована на ковтанні їжі, спочатку служить для інстинктивного задоволення, пізніше – відновлення величі і ще пізніше – руйнування ненависного об'єкта оральної інкорпорації.); проекція (бере початок від випльовування неприємного і має на увазі приписування болючих стимулів зовнішньому світові); заперечення (теж дуже примітивний механізм, що означає уникнення неприємної реальності шляхом простого заплющування очей на неї й удавання, що її не існує); фіксація; регресія (також як і фіксація пов'язана з ненормальним збереженням низки характеристик більш ранніх стадій та зі схильністю повернення до них у разі труднощів).

Як зазначав Г. Блюм, «хронологічна послідовність захисних механізмів на другому році життя мало підлягала теоретичному осмисленню, нічого сказати і про спроби експериментального дослідження» [24].

Аналізуючи розвиток захисних механізмів Его на цьому віковому рівні, О. Феніхель [71] зауважує на здатності до активного керування тривогою та її регулювання. У результаті обох процесів виникають контроль над руховим апаратом і функція судження про реальність (контролювання реальності). Маленька дитина вчиться активно пристосовуватися до оточення. Его набуває здатності судження про потенційно небезпечні ситуації, тому тривога виступає як захисний застережливого сигналу. Зазвичай тривога в

цей час породжується страхом перед тим, що інші можуть завдати шкоди, яку дитина у фантазіях заподіює навколишнім, і побоюванням втратити любов й захист. Коли переживання провокують ситуацію тривоги, дитина через процеси захисних механізмів зменшує напруження відтворенням ситуації, що травмує, в іграх і сновидіннях.

У період від одного до трьох років, за словами Г. Блюма, особливо важко простежити генетичну послідовність механізмів. Кілька механізмів (реактивні утворення, ізоляція, зміщення) вважаються тісно пов'язаними з витісненням, яке логічно більше відповідає віковій стадії три-п'ять років [24].

Аналізуючи вік від трьох до п'яти років, Г. Блум наводить приклади з праць Феніхеля, в яких він привертає увагу до «відмінності успішного захисту, при якому припиняється блокування спонукань, від безуспішного захисту, при якому залишається потреба в безперервному відновленні процесу блокування. Перша категорія містить різні типи сублимації, які передбачають десексуалізований вираз спонукань шляхом акультурації. Друга категорія містить вже обговорені механізми – заперечення, проекції, інтроекції, регресії поряд з витісненням, реактивним утворенням, знищенням, ізоляцією і переміщенням» [189].

У латентний період (від п'яти років до пубертатного періоду), за Г. Блюмом, нові захисні механізми в особистості дитини не з'являються. Домінує часткова сублимація і реактивні утворення, які є основними засобами захисту в латентний період. М. Борнштайн [33] виділяє ранні та пізні захисні реакції:

- Рання фаза ускладнюється змішуванням двох різних напрямків захисту: проти генітальних і проти прегенітальних спонукань. Як захист проти генітальних спонукань Его тимчасово регресує до прегенітальності, оскільки останні спонукання здаються менш загрозливими.

- Протягом другої латентної фази існує менша потреба в захисті, і захист, перш за все, орієнтується на підтримку знову здобутої рівноваги.

Що стосується захисних механізмів передпубертатного періоду, то висновуємо, що, прикладаючи зусилля до відновлення рівноваги латентного періоду, Его мобілізує всі наявні в його розпорядженні захисні механізми. У препубертатний період Его без розбору закликає всі захисні механізми, які є в його розпорядженні. Упродовж юності найчастіше використовуються два механізми: аскетизм, відхилення всіх інстинктивних бажань; інтелектуалізація, що зв'язує інстинктивні процеси з ідейним змістом.

Юнацька творчість, наприклад, щоденники, теж інтерпретується як форми психологічного захисту.

Що стосується дорослих, то, на думку Г. Блюма, захисні механізми Его охороняють організм від зовнішніх і внутрішніх стимулів за допомогою блокування реакцій. Его одночасно служить фільтром й організує стимули та спонукання: деяким дозволяється пряме вираження, іншим – непряме [24].

Дослідження вікових особливостей появи захисних механізмів психіки здійснювали також Є.С. Романова і Л.Р. Гребенніков [142-143], які доповнили хронологію розвитку «захистів Его» та показали, що вік до одного року — це передстадія захисту. Далі (1-2 роки) небезпеки долаються дитиною за допомогою заперечення (у його незрілих формах пасивного й активного протесту — відмови та опозиції), а також у вигляді тенденції до приєднання — проекції та імітації. При цьому проекція та імітація пов'язані з виділенням дитиною себе з довкілля, з приписуванням середовищу всього болісного і з прийняттям в себе всього приємного. Далі починає переважати тенденція до відокремлення. До трирічного віку мають місце витіснення, заміщення і інтелектуалізація. Такі захисні механізми, як регресія, звернення проти власної особи і заміщення, не залежать від етапів розвитку «Я». Вони є модифікацією активності спонукання і функціонують з того моменту, як функціонують і самі спонукання, тобто з моменту, коли починається конфлікт між поривами «Воно» і будь-якою перешкодою на шляху їх задоволення. Важливо, що заміщення виявляється при активізації потреби в

автономії і свободі у формі емансипації. У зв'язку з розвитком мовлення і логічного мислення пізніше, уже в молодшому шкільному віці, посилюється тенденція до приєднання і починає розвиватися й компенсація як незріла форма раціоналізації. Поступово «Я» закріплює свою владу над «Воно», і абстрактне логічне мислення стає основною характеристикою «Я» [142, 143, 50]. На цьому тлі все більше актуалізується свідомість і засвоюються поняття забороненого і дозволеного, забезпечуючи забуття небажаного досвіду. Відповідно формується «добра» і «погана» поведінка (або соціально схвалювана, або соціально не схвалювана поведінка). Після 5-річного віку внаслідок формування статевої ідентичності і потреби в самоприйнятті, з'являється сублімація, яка нерозлучно пов'язана із засвоєнням етичних цінностей [50]. Саме Є.С. Романова і Л.Р. Гребенников [143] виділили один критерій хронологічної класифікації захисних механізмів, а саме: інтелектуальну зрілість індивіда відповідно до актуалізації певних видів пізнавальних процесів – пам'яті чи мислення в онтогенезі.

Р.М. Грановська та І.М. Нікольська у своїх дослідженнях указують, що у зв'язку з накопиченням експериментальних даних стала виявлятися певна неоднозначність ролі захисту. І пояснюють це тим, що спочатку захист виявляється в ранньому дитинстві, коли форми спілкування і види конфліктів з середовищем обмежені рівнем розвитку особи. Захист призначений для автоматичного пристосування до середовища за рахунок самопротекції. Проте в дорослому віці, при взаємодії в розширеному соціальному оточенні, захисту лише за типом автоматизмів стає недостатньо. Тому якщо захист не ускладнюється і не коректується, то за певних умов може привести до дезадаптації особи.

Організація захисту і його здатність протистояти зовнішнім шкідливим для гармонійного стану особи діям (тобто виконувати свої функції) у різних людей неоднакова. Одних захист не оберігає і від того, від чого треба було б захистити, а інших захищає настільки міцно, що в психіку не просочується

навіть важлива для особистого розвитку інформація. У зв'язку з цим виникла необхідність розрізняти нормальний, постійно діючий у нашому повсякденному житті захист, що виконує профілактичні функції, і захист патологічний — як неадекватну форму адаптації [48].

Дослідження Р.М. Грановської і І.М. Нікольської підтверджують гіпотезу про те, що захист спрацьовує автоматично, знижує напруженість, покращує самопочуття і тим самим адаптує людину до ситуації, оскільки зменшує тривогу і страх. Проте часто від людини вимагається надто багато сил, щоб тримати свої страхи і бажання «на прив'язі». У цьому випадку захист створює для особи безліч обмежень, неминуче приводить людину до замкнутості та ізоляції. Значні витрати енергії на утримання себе «у футлярі» можуть призводити до хронічної втоми або підвищення загального рівня тривожності.

Відповідно до досліджень М.Б. Коробіциної, якщо захисні механізми психіки у людини слабкі, страх, тривога і дискомфорт неминуче переполюють її. Одночасно для підтримки роботи механізмів захисту на оптимальному рівні необхідна постійна витрата енергії. І ці зусилля стають настільки істотними і навіть непосильними для особи, що у низці випадків це може призвести до появи специфічних невротичних симптомів і до порушень пристосованості [84].

Із усього вище викладеного висновуємо про те, що проблема психологічного захисту містить у собі центральне протиріччя між прагненням людини зберегти психічну рівновагу і тими втратами, до яких веде зайве вторгнення захистів. З одного боку, є безумовною користь від всіх видів захистів, які сприяють зниженню напруженості, що накопичується в душі людини шляхом спотворення вихідної інформації або відповідної зміни поведінки. З іншого боку, їх зайве вторгнення не дозволяє особі усвідомлювати об'єктивну, дійсну ситуацію, адекватно і творчо взаємодіяти зі світом [47].

Великий внесок у вивчення психологічного захисту і розробку методів її тестування зробив Р. Плутчик [135]. Його основна ідея полягає в тому, що механізми психологічного захисту є похідними емоцій, а емоції визначаються як базисні засоби адаптації [135]. Р. Плутчик у своїй роботі виділяє вісім базисних адаптивних реакцій, а саме: інкорпорація, відкидання, протекція, руйнування, відтворення, реінтеграція, орієнтація, дослідження. Ці адаптативні реакції, за його гіпотезою, виступають як прототипи восьми базисних емоцій: страху, гніву, радості, суму, прийняття, відрази, чекання, здивування. Крім того, науковець звернув увагу на те, що захисні механізми характеризуються протилежністю (біполярністю) у тій мірі, в якій полярно закладені в них основні емоції: радість — печаль, страх — гнів, прийняття — відраза, чекання — здивування. Таким чином, вісім базисних механізмів він зводить до чотирьох пар, а саме: реактивні утворення — компенсація, подавлення — заміщення, заперечення — проекція, інтелектуалізація — регресія. Оскільки захисні механізми є похідними емоцій, то вони, за аналогією до емоцій, класифікуються як базові та вторинні. До базових Р. Плутчик відносить такі захисні механізми: заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проекція, заміщення, інтелектуалізація, реактивне утворення.

До вторинних відносяться всі інші.

У своїх дослідженнях учений визначає залежність прояву тих або інших механізмів захисту від етапу вікового розвитку особи, особливостей конкретних когнітивних процесів і гіпотетичної шкали примітивності-зрілості окремих захисних механізмів.

Таким чином, він вибудував послідовність появи захисних механізмів, яка, у порядку настання зрілості, виглядає так:

1. У числі перших виникають механізми, пов'язані з перцептивними процесами, до таких відносяться заперечення, регресія тощо;

2. Далі виникають захисти, пов'язані з процесами пам'яті, а саме з тими, що відповідають за забування (витіснення і подавлення);
3. І останніми розвиваються ті види захистів психіки, які пов'язані з переробкою і переоцінкою інформації (раціоналізація).

Першими виникають захисні механізми, пов'язані з перцептивними процесами. Саме процеси відчуття, сприйняття і уваги є джерелом розвитку захистів психіки, пов'язаних з небаченням, нерозумінням інформації (перцептивні захисти психіки). До цієї групи належать заперечення і регресія, а також їх аналоги. Ці захисти є найбільш примітивними і характеризують особу, яка «зловживає» ними, як емоційно і особистісно менш зрілу.

Далі в порядку появи захисних механізмів, за Р. Плутчиком, виникають захисти, пов'язані з процесами пам'яті, а саме з тими, що відповідають за забування інформації (витіснення і подавлення).

Останніми у процесі розвитку мислення й уяви формуються і найбільш складні та зрілі види захистів психіки, які пов'язані з переробкою і переоцінкою інформації (раціоналізація).

Переважання у людини якого-небудь захисного механізму може призвести до розвитку певних меж і акцентуації характеру. Навпаки, люди з певними властивостями характеру схильні довіряти конкретним захистам психіки. Певний механізм захисту як засіб спотворення реальності може характеризувати серйозні особові розлади і порушення. Якнайповніше такий взаємозв'язок обґрунтований у спільних дослідженнях Г. Келлермана та Р. Плутчика [135], які пропонують специфічну мережу взаємозв'язків між різними рівнями особи: емоціями, захистом і диспозицією (спадковою схильністю до психічних захворювань). Таким чином, Г. Келлерман і Р. Плутчик зазначають, що параноїдна особа, для якої характерні висока критичність і підозрілість до тих, хто її оточує, відчуваючи власну неповноцінність, схильна використовувати такий захисний механізм, як

проекція. Пасивний особовий тип (боязкий, залежний, безініціативний, схильний до уникнення вирішення проблем і замикання в собі) захищається від страху — найхарактернішої для нього емоції — за допомогою подавлення і витіснення. Агресивна особа, основною емоцією якої є гнів (роздратування), використовує захисний механізм заміщення, що дозволяє їй направляти реакцію агресії на безпечніший об'єкт. В істеричної особи переважає такий тип захисту, як заперечення.

Психоаналітична традиція розглядає захисти в контексті їх інтенсивності й дереалізуючої, спотворюючої інтенції. Психологічний захист створює проблеми як у випадках, коли він занадто деформує реальність, так і при недостатності – останнє може викликати психотичну декомпенсацію особистості.

Захисти тісно пов'язані з его індивіда, його свідомим Я. Я.Ж.Лапланш та Ж.Б.Понталіс визначають психологічний захист як «сукупність дій, спрямованих на зменшення чи усунення будь-якої зміни, що загрожує цілісності та стійкості біопсихологічного індивіда. Оскільки ця стійкість втілюється в Я, яке будь-що-будь прагне її зберегти, його можна вважати ставкою і діючою особою в цьому процесі», - пишуть вони [37, с. 145]. Психологічні захисти розглядаються в психоаналізі не тільки як найважливіші функції его, але й як його структурні елементи з вираженою індивідуальною своєрідністю сполучень і проявів.

Такі автори, як О. Кернберг, М. Кляйн, Д. МакДугалл, Е.Т. Соколова [86, 88, 89, 185, 186] схиляються до думки, що захисні механізми є механізмами несвідомими і незмінними, при цьому одні виділяють зрілі (витіснення, ізоляція, раціоналізація, рефлексія, ідентифікація, альтруїзм, сублімація) і примітивні (розщеплення, проєктивна ідентифікація, ідеалізація, знецінення, грандіозність) захисні механізми, але Г.С. Коритова, А. А. Налчаджян, розглядають захисні механізми як адаптивні (компенсація, заміщення, раціоналізація) і дезадаптивні (витіснення, проекція,



заперечення). Тож виявлено тенденцію у тому, як автори розглядають роль зрілих захисних механізмів особистості у формуванні "стратегій взаємодії з реальністю" і "стратегій опанування" [186 с. 66-79.], інші автори розглядають неусвідомлювані захисні механізми як невід'ємну частину функціонування захисно-долаючої поведінки особистості, причому активізація і інтенсивність функціонування захисних механізмів "детермінується допомогою реалізації обраної стратегії поведінки" [33, 101]

Мелані Клейн у своїх глибоких дослідженнях сил, що розщеплюють і організують психіку, дає опис Его, який значно відрізняється від того, що запропонувала Анна Фройд, вивчаючи захисні механізми Его. Тому в нашому історичному огляді проблеми розвитку захисних механізмів слід проаналізувати і дослідження Мелані Кляйн (Melanie Klein) [210 стр.61], яка стверджувала, що використання захисних механізмів є доступним для дитини з самого народження. У рамках психоаналізу в її роботах звернено увагу на те, що процес інтеграції Его, розвитку його захисних механізмів, процес становлення і розвитку об'єктних відносин проходить через дві стадії. Ці стадії не мають чіткої хронологічної прив'язки і можуть існувати протягом всього життя людини як позиції, які відображають її ставлення до самої себе і навколишнього світу. При цьому основними захисними механізмами є розщеплення себе і об'єкта, і як наслідок – різкі, зовні не мотивовані зміни в почуттях і поведінці щодо себе та інших людей на протилежні, і проективна ідентифікація. Тобто висновуємо, що проекція на об'єкт нестерпних у собі самому почуттів, бажань, намірів і одночасно ідентифікація з цим «збагаченим» своїми проекціями об'єктом призводить до порушення меж між особистістю й об'єктом і до відчуття зовнішнього об'єкта як поганої частини себе, частини, що переслідує, і навпаки. Для зрілої особистості, згідно з М. Кляйн, «нормальною» є депресивна позиція, для якої характерна цілісність себе і об'єкта, тобто реалістичне визнання в собі і в інших людях як хороших, так і поганих сторін, здатність відчувати провину за свої агресивні та

руйнівні почуття і бажання, пом'якшувати свою ненависть любов'ю і відшкодовувати завдані своїми вчинками збитки. Так само їй притаманні зрілі захисні механізми (витіснення, раціоналізація, реактивні утворення і т. п.). Також М. Кляйн підкреслює той факт, що в зрілому стані особистість знайде більшу здатність переносити біль провини і створювати відповідні захисти, в основному – тенденцію до погашення завданої шкоди. [88].

Однак, як зазначає Отто Кернберг [86], аналізуючи теорії Х. Кохута, він упускає відмінність між патологічними типами ідеалізації, які активізуються в нарцисичному перенесенні, і більш нормальними типами ідеалізації, що виражають ранні захисні механізми ідеалізації та їх подальші модифікації під впливом інтеграції об'єктних відносин. Також у своїх роботах Х. Кохут нехтує інтерпретацією негативного перенесення і навіть штучно сприяє розвитку в перенесенні ідеалізації.

Згідно з психологією особистості Кохута, становлення особистості вищого порядку – ідеальний результат процесу розвитку, відбувається на основі сприятливих відносин між дитиною та її я-об'єктами і утворене трьома основними складовими: базовими прагненнями до влади та успіху, базовими ідеалізованими цілями, базовими талантами і здібностями [195 стр 414]. У ситуації, коли ці відносини порушуються в результаті протистояння вимог найближчого оточення та засвоєних з різних джерел ЗМІ паттернів поведінки, це становлення особистості вищого порядку значно ускладнюється.

Слід зазначити, що з використанням двох типів перенесення (ідеалізуючий та дзеркальний) Х. Кохут [103] виявляв діагноз нарцисичної особистості. Ідеалізуюче перенесення відображає терапевтичну активізацію ідеалізованого образу батька. Пацієнт відчуває себе порожнім і безсилим, коли відокремлений від ідеалізованого об'єкта перенесення. Кохут припускає, що інтенсивна залежність від цих ідеалізованих Я-об'єктів

обумовлена бажанням особистості замінити ними сегмент, якого бракує, у своїй психічній структурі.

Також науковець [103] вважає, що ці два типи перенесення – ідеалізований і дзеркальний, являють собою активізацію архаїчного грандіозного Я особистості. Крихкість такого архаїчного Я вимагає емпатії та нормальної функції "віддзеркалювання" з боку матері, яка є "Я-об'єктом". Її любов і відданість допомагають спочатку консолідації грандіозного Я, а потім його поступового розвитку, переходу до впевненості в собі і більш зрілих форм самоповаги через все менш і менш архаїчні типи "віддзеркалювання".

Як вважає Айке, захисні механізми являють собою функції Я. Ці функції Я не є тільки патологічними і не служать тільки Над-Я. Вони є скоріше надзвичайно важливими і корисними функціями навчання, пристосування, знаходження себе й емоційного мислення. Адже почуття – це не тільки переживання настрою, з їх допомогою тим чи іншим чином розуміється й оцінюється ситуація. [2 стр 507]

Для аналізу історії вивчення захисних механізмів слід торкнутися і таких концепцій неофрейдистів, як концепції К. Хорні, Г. Саллівана, Е. Берна.

З точки зору К. Хорні, психологічний захист особистості спрямований не на подолання конфлікту між суспільством і людиною, так як його завдання – привести у відповідність думку людини про себе і думку про неї навколишніх, тобто два "образи Я". К. Хорні виділяє три основних види захисту, в основі яких лежить задоволення визначених невротичних потреб. Якщо в нормі всі ці потреби і, відповідно, всі ці види захисту гармонійно поєднуються між собою, то при відхиленнях один з них починає домінувати, призводячи до розвитку у людини того чи іншого невротичного комплексу. Згідно з її концепцією, захист особистість знаходить, відчуваючи або потяг

до людей (поступливий тип), або потягу проти людей (агресивний тип), або потягу від людей (усунутий тип).

Так само К. Хорні підкреслює, що в ситуації сімейного виховання, коли поведінка батьків перешкоджає задоволенню потреби в безпеці, досить імовірним є патологічний розвиток особистості. Основним результатом впливу і звернення з боку батьків до особистості дитини є розвиток у дитини установки базальної ворожості. У цьому випадку вона виявляється між двох вогнів: вона залежить від батьків і в той же час відчуває по відношенню до них почуття образи і обурення. Цей конфлікт приводить в дію такі захисні механізми, як витіснення. У результаті поведінка дитини, яка не відчуває безпеки в батьківській родині, скеровується почуттями безпорадності, страху, любові і провини, які виконують роль психологічного захисту, мета якого – придушення ворожих почуттів по відношенню до батьків, щоб вижити. Така ворожість, врешті-решт, трансформувалась у базальну тривогу, буде спрямовуватися на кожного.

Щоб впоратися з почуттями недостатньої безпеки, безпорадності і ворожості, властивими базальній тривозі, дитина часто змушена вдаватися до різних захисних стратегій – невротичних потреб: у любові і схваленні; у керівництві партнера; у чітких обмеженнях; у владі; в експлуатуванні інших; у суспільному визнанні; у замилюванні собою; у честолюбстві; у самодостатності і незалежності; у бездоганності і незаперечності. Як і всі 10 невротичних потреб, кожна з трьох міжособистісних стратегій призначена для зменшення почуття тривоги, викликаного соціальними впливами в дитинстві. [243]

Якщо торкнутися теорії Г. Саллівана, то в його роботах зустрічаємо поняття "Я-система", при цьому він виділяє три її структури – хороше Я, погане Я і не-Я. Прагнення до персоніфікації себе як хорошого Я і уникнення думок про себе як про поганого Я є найбільш важливими для особистості, оскільки думка про себе як про поганого є джерелом постійної тривоги. Для

захисту своєї позитивної персоніфікації людина формує спеціальний механізм, який Саллівен назвав вибірковою увагою, що вважається одним із захисних механізмів особистості. При цьому всі негативні фактори просто ігноруються свідомістю, щоб зберегти незмінним самооцінку людини. Цей захисний механізм поширюється не тільки на саму особистість, але і на всіх оточуючих людей, так як думка інших значно впливає на самооцінку. Вибіркова увага відсіює всі подразники, які можуть принести тривогу, змінити думку людини про себе. Оскільки основні причини тривоги криються в спілкуванні з іншими людьми, то вибіркова увага регулює не тільки власну персоніфікацію, але й образи інших людей.

Виходячи з аналізу діяльності Г. Саллівана, зазначимо, що основною метою його психотерапії є вироблення захисних механізмів особистості, які забезпечують її адекватне пристосування до оточуючих.

У роботах Е. Берна [25] розглядається гра з позиції захисних механізмів, винагород (нагороди), ідентифікації. При цьому виділяються такі винагороди: зняття напруження, уникнення психологічно небезпечних ситуацій, отримання "погладжувань", збереження досягнутої рівноваги. Крім того, Е. Берн вважає, що у кожної людини є свій набір певних поведінкових схем (ролей), який співвідноситься з психічним станом людини (Дорослий, Батько, Дитина). Згідно з визначенням Е. Берна, гра – це сфера прихованих трансакцій, має і прихований мотив, і ціль, які завжди несвідомі. Він виділяє низка типових ігор, таких, що часто зустрічаються: ігри на все життя, подружні ігри, ігри в компаніях, сексуальні ігри та ін.

Так само дію даного захисного механізму описано й у теорії маніпуляцій Е. Шострома [229], який зазначав, що маніпуляція – це маска, яку людина надягає для гри, це спосіб приховати справжні почуття, це звалювання своєї провини на інших, ідентифікація з іншими, оскільки програвання ролі для маніпулятора – це спосіб життя. На його думку, люди бояться бути такими, якими вони є, вони прагнуть керувати і бути

керованими. Автор вважав, що маніпулятор – це умілий гравець з життям, який постійно прагне приховати свою порожню карту.

Також непрямий розгляд даної проблеми виявлено і у К.Г. Юнга [234] при описі такого структурного компонента особистості, як "персона". Персона – це маска, за допомогою якої людина взаємодіє зі світом. Небезпека полягає в тому, що люди стають ідентичні своїм персонам, ідентифікуючись з ними, граючи досить "жорстко" прописані ролі. Вихід зі становища – руйнування ігор, психологічні прийоми якого і представлені в роботах Е. Берна, Е. Шострома, Е. Фромма та ін.

### **1.3. Сучасний стан проблеми дослідження захисних механізмів у психологічній науці**

На даний час у психологічній науці кожен теоретик підходить до психоаналітичних проблем зі своєї позиції і тим самим дає різні визначення і різні пояснення основним поняттям цієї сфери. У результаті констатуємо велике розмаїття теорій. Однак, що важливо для сучасного стану проблеми дослідження виявлено, що з'являються все більше досліджень, які деталізують обрану проблему, вносять важливі уточнення, описують важливі випадки з практичної діяльності.

Термін "захист", на думку Н. Мак-Вільямс, у багатьох відношеннях невдалий. Те, що в психологічній науці у зрілих дорослих прийнято називати захистами, не що інше як глобальні, закономірні, здорові, адаптивні способи переживання реального. Тому дослідниця робить висновок про те, що найбільш ранній контекст, в якому йшлося про захисти, був той, де завдання терапевта полягало у зменшенні їх інтенсивності.

Саме в роботі Н. Мак-Вільямс «Психоаналітична діагностика» міститься струнка класифікація захисних механізмів, виходячи з існуючих підходів до структури особистості та типології характерів і конкретних

практичних рекомендацій щодо проведення психоаналітичної терапії з різними типами пацієнтів. Н. Мак-Вільямс визначила вирішальний вплив захистів на формування характеру.

Також Н. Мак-Вільямс вважає, що однією з найважливіших функцій психологічного захисту є творча адаптація. У тих випадках, коли дія механізмів спрямована на захист власного "Я" від будь-якої загрози, їх розглядаємо як "захисти", і ця назва цілком виправдана. Особистість, чия поведінка носить захисний характер, несвідомо прагне виконати одне або обидва з наступних завдань: уникнути або опанувати якимсь могутнім загрозливим почуттям – тривогою, іноді найсильнішим горем чи іншими дезорганізуючими емоційними переживаннями; зберегти самоповагу. Ознайомившись з аналізом сучасного стану наукових досліджень з цієї проблеми за кордоном Н. Мак-Вільямс, виявлено, що Его-психологи виділяють функцію захистів як засіб подолання тривоги. Теоретики об'єктних відносин, що роблять акцент на прихильності і сепарації, прийшли до висновку, що захиститися можна і від горя. Селф-психологи приділили увагу ролі захистів у психічних зусиллях, які служать підтриманню сильного, несуперечливого, позитивного почуття власного "Я".

У працях Н. Мак-Вільямс [122,123] простерігаємо наступні погляди на захисні механізми. Вона ділить захисти за принципом їх локалізації на первинні, або примітивні, що розташовуються між Я і зовнішнім світом, і вторинні, або зрілі, які оберігають особистість від внутрішньо і міжсистемних конфліктів [61]. До низки первинних захистів відносяться примітивна ізоляція, заперечення, всемогутній контроль, примітивна ідеалізація і знецінювання, розщеплення Его, дисоціація, проекція, інтродекція і проективна ідентифікація. Характерною особливістю примітивних захисних механізмів є їх автоматичний несвідомий характер ("миттєве включення") і відсутність зв'язку з принципом реальності. Висновуємо, що примітивні захисти працюють на рівні первинного процесу, не допускаючи в свідомість

матеріал, проти якого вони спрямовані. Первинні захисти відповідають ранній стадії розвитку об'єктних відносин, так званої параноїдно-шизоїдної позиції [61], на якій індивід не в змозі сприймати амбівалентні характеристики і властивості навколишньої реальності, розглядаючи зовнішній світ як тільки добрий або винятково поганий. Також, як зазначено Н. Мак-Вільямс, примітивні захисти – це просто способи, за допомогою яких, дитина природним шляхом пізнає світ. Примітивні захисти діють загальним, недиференційованим чином у всьому сенсорному просторі індивіда, сплавляючи між собою когнітивні, афективні і поведінкові параметри, у той час як більш розвинені захисти здійснюють певні трансформації чогось одного – думок, почуттів, відчуттів, поведінки або деякої їх комбінації.

Вторинні захисти характеризуються більш специфічною дією (спрямовані тільки на отримання або на конкретні аспекти сприйняття і переживань) і обов'язковою участю мислення. Вони меншою мірою спотворюють і деформують реальність, більш адаптивні і майже завжди можуть бути пізнані за наявністю і раціональних компонентів, і таких, що раціоналізують. На думку Н.Ф. Каліної, при цьому вторинні захисти стійкі до терапевтичного впливу, і це обумовлене тим, що багато клієнтів схильні ототожнювати невротичні захисти з власним «Я». [83].

До низки вторинних захистів Н.Мак-Вільямс відносить витіснення, регресію, раціоналізацію й інтелектуалізацію, ізоляцію, моралізацію, роздільне мислення, анулювання, зміщення, поворот проти себе, ідентифікацію, реактивне утворення, реверсію, відігрівання, сексуалізацію і сублимацію. Всі вони тою чи іншою мірою є "вивертами свідомості", за допомогою яких вона оберігає себе від зіткнення з небажаними аспектами реальності – як зовнішньої, так і внутрішньої.

Як зазначено у підручнику Н.Ф. Каліної [82 с. 66], психологічним захистом прийнято називати широке коло поведінкових реакцій особистості, які не обов'язково мають відношення до психопатології. Це притаманні



кожній людині стійкі способи сприйняття й переживання світу, у процесі яких окремі аспекти дійсності змінюються, спотворюються. У вітчизняній психології феномени, що відносяться до захисту, описуються як суб'єктивні характеристики образу сприйняття. Процеси взаємодії з реальністю можуть мати захисну функцію, і це цілком природно. Люди прагнуть тою чи іншою мірою пом'якшити негативні й загрозливі впливи соціального оточення, захиститися від несправедливої або різкої критики, не помічають багатьох прикрих та неприємних подій. Однак спотворення реальності не повинно бути настільки сильним, щоб з його допомогою можна було відгородитися від справжньої дійсності і жити ілюзіями. Стійка звичка не помічати неприємні факти і події, вважаючи їх чимось не вартим уваги, може поступово привести до повного краху життєвих планів. [82 стр. 60].

У монографії Надії Федорівни ретельно подається визначення трьох основних реєстрів психіки – Реального, Уявного та Символічного, висвітлюється роль стадії дзеркала в процесі формування самосвідомості особистості, її Я. Останнє, тамож визначається як система психологічного захисту суб'єкта, сума притаманих йому опорів та ілюзій, яка слугує відчуженню від власної суті. Підкреслено, що неусвідомлювані процеси стосуються перш за все структур організації внутрішнього досвіду суб'єкта, його деформації за рахунок витискування, заперечення, конверсії в системі психологічного захисту індивіда. [83]

Деякі сучасні вітчизняні дослідники “психологічний захист” розуміють як фільтр свідомості (наприклад, у працях Т.С. Яценко). У цьому разі “витіснення” зі сфери свідомого в сферу несвідомого дозволяє заповнити “порожнечі”, що виникли між змістами, що суперечать уявленню особистості про себе. Як відзначає академік Т.С. Яценко, основна функція психологічного захисту полягає в недопущенні людиною до власної свідомості розуміння наявності в неї негативних рис характеру. Наглядно спостерігаємо це у наступному рисунку (Рис. 1.1.).

Саме завдяки репрезентативному емпіричному матеріалу отриманому Т.С. Яценко, що адекватно об'єктивує закономірності несвідомої сфери, та системному підходу до його аналізу, було виокремлено у структурній організації психіки лінійні взаємозалежності в доповнення до вертикальних, встановлених З. Фройдом. Цілісність системи полягає у взаємозв'язках з навколишнім світом. Розглядаючи психіку як цілісне системне утворення, Тамара Семенівна розкриває її внутрішню динамічну сутність, від розуміння якої залежить прогнозування поведінки суб'єкта і є суттєвим у нашій роботі. Такий підхід орієнтує дослідження на розкриття цілісності об'єкта та механізмів, котрі її забезпечують, на виявлення багатоманітності взаємозв'язків та зведення їх у єдину концептуальну систему, або картину.

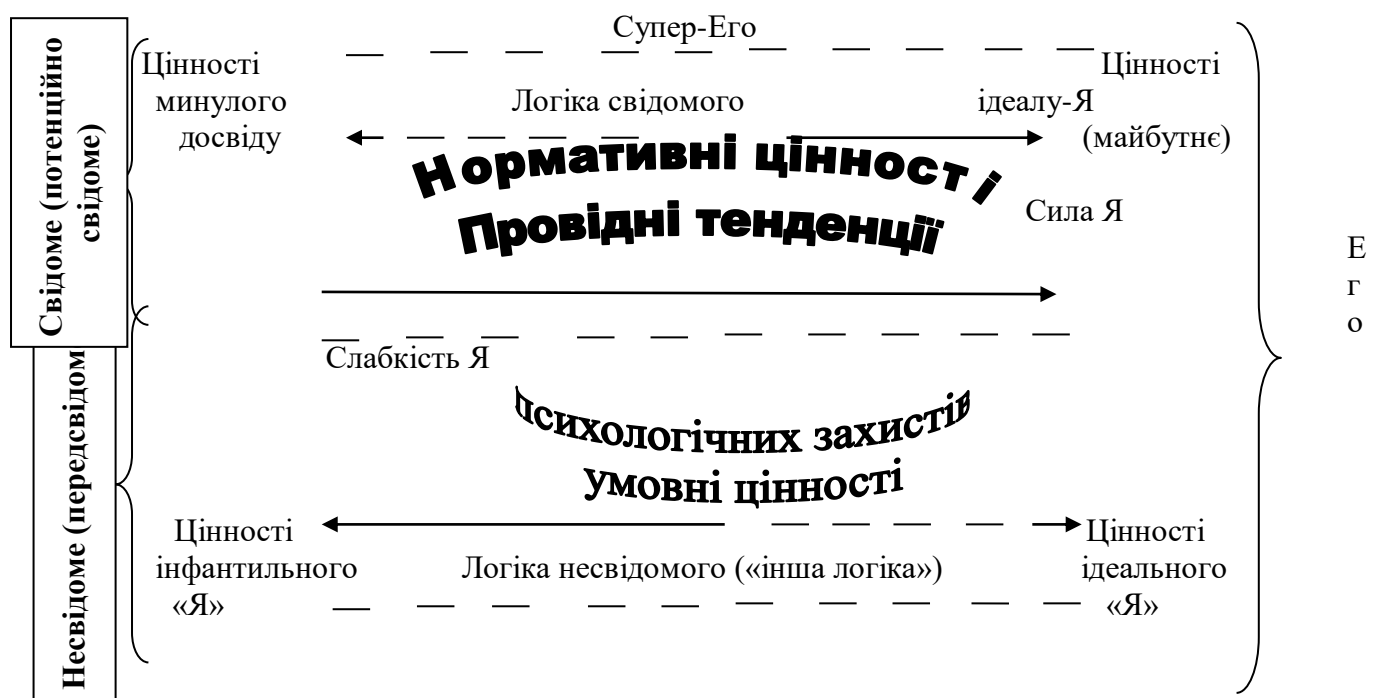


Рисунок 1.1. Модель внутрішньої динаміки психіки за д.психол. н., акад. Т.С. Яценко

Подана у рис. 2.1. модель внутрішньої динаміки психіки у підґрунті своєї містить об'єктивування механізмів інтрасуперечностей та психодинаміки в межах внутрішньої цілісності. Тамара Семенівна визначає

поняття «антиномія», головним значенням якого є єдність та поєднання суперечливих тенденцій. В запропонованій "моделі" (рис. 2.1.) відображено універсум, який охоплює всі основні підструктурні компоненти психіки, із котрих лише одна слідує «принципу реальності», а решта — «принципу задоволення». Також відмічено, що дедалі частіше ця система набуває смислу фіксованої системи.

З точки зору американського психолога Т. Шибутані, захищається врешті-решт не біологічний організм, а особистість, яка охороняє себе від усвідомлення неприємних для власної гідності фактів [132].

У своєму емпіричному матеріалі глибинно-психологічної корекції за методом активного соціально-психологічного навчання Т.С. Яценко [246, 247] підкреслює, що несвідомому, яке формується за участю вербальних засобів, властива системна упорядкованість, яка найбільш рельєфно проявляється в базисних, особистісних захистах, на противагу захистам ситуативним, провідною функцією яких є "адаптація" суб'єкта до соціально значущої ситуації. Однак слід пам'ятати, що обидва різновиди захистів не тільки взаємопов'язані, але і не існують одне без одного. Відтак психологічні захисти закамують компромісний, ризикований для просоціального «Я» зміст, маскують його захисним «туманом». Ситуативні захисти, зорієнтовані на просоціальний характер актуальної ситуації, намагаються, не втрачаючи «інфантильного інтересу», за яким стоїть базовий захист, зреалізувати просоціальне спрямування особи в контексті «логіки свідомого». Зважаючи на це, можна встановити взаємозв'язок між базовими та ситуативними захистами.

Представляють інтерес нечисленні роботи, в яких агресивність розглядається як захисний механізм особистості. Наприклад, А.А. Налчаджан, А.А. Реан.

Сучасні розробки в цьому напрямку А.А. Реана показують, що прагнення зберегти самоповагу особистості (та й просто психоемоційну

стабільність) в умовах перманентно негативного ставлення до неї з боку оточуючих може призводити до інтенсивного формування зовнішнього локуса контролю. Зовнішній локус контролю відіграє в даному випадку роль захисного механізму, який, знімаючи відповідальність з особи за невдачі, дозволяє адаптуватися до постійних негативних оцінок і зберегти самоповагу. У контексті наших міркувань логічно буде привернути увагу до феномена захисної екстернальності. [166]

Як що розглядати розвиток поглядів на вплив захисних механізмів на здоров'я людини, а саме соматизацію. У цьому напрямку для нас становляться цікавими погляди М.М. Решетникова, який стверджує, що в тих випадках, коли «сума збуджень», яка зростає в повсякденності буття особистості, не може бути відреагована (у тому числі і вербально), починають функціонувати захисні механізми, головним з яких є витіснення. У випадках, коли «сума збуджень» існує і не може бути відреагована, захисні механізми трансформують цю енергію в «щось соматичне». У психоаналізі дане явище отримало назву «конверсії». Оскільки в психології як і раніше залишається невідомим об'єктивний зміст цього «щось», то вельми умовно М.М. Решетников зауважує, що відбувається перетворення «психічної енергії» в «нервову енергію» або «енергію іннервації органів або тканин», і при цьому – незвичайної іннервації (назвемо це - «спотвореного типу»), розрядка якої здійснюється в соматичній сфері. Для більшості конверсійних симптомів характерне символічне значення, що знаходить своє тисячократне підтвердження в практиці: образа, яку людина не змогла "проковтнути", може викликати порушення саме в сфері ковтання; те, що інший не зміг «переварити», проявиться в симптомах захворювання шлунково-кишкового тракту; прийняте «близько до серця» буде мати ту ж локалізацію; а за порушеннями мови нерідко ховається те, про що неможливо розповісти, чи важка психічна травма, отримана в довербальний період розвитку дитини, яка спочатку взагалі не могла бути осмислена і виражена словами (у розділі,

присвяченому масовій психічній травмі, виявлено реальні приклади саме такого «відреагування»).

Незважаючи на те що соматизація сприяє розрядці психічного напруження, яке виникло, у тій інстанції психіки, де відбулася «трансформація» однієї енергії в іншу, формується специфічне «ментальне ядро» або «пункт перемикавання», асоціативно пов'язаний з усією наявною в пам'яті «атрибутикою» отриманої психічної травми. І це «ядро» буде активізуватися щоразу, коли буде з'являтися будь-який стимул, який хоча б віддалено нагадує отриману раніше психічну травму, одночасно запускаючи патологічні механізми відреагування. [171 С.54-55]

Таким чином, сучасні уявлення про «нормальну», розвинуту систему психологічного захисту передбачають оцінку таких характеристик: адекватність захисту: наприклад, людина може відновитися після тієї чи іншої несвідомої захисної реакції і після цього обговорювати її; гнучкість захисту: наприклад, людина може використовувати різні види захисних реакцій в якійсь певній, типовій для неї ситуації загрози, тобто «репертуар» її захисної поведінки не заданий занадто жорстко; зрілість захисту: відносно більш зрілими вважаються механізми інтелектуалізації, сублимації, придушення, раціоналізації, зміщення без частого вдавання до більш примітивних форм проєкції, заперечення, інтроекції. [165]

Також у сучасних дослідженнях спостерігається все більша інтеграцію поняття «захисних механізмів» до пояснення різних сфер особистості. Дуже суттєвими є, на наш погляд, дослідження Ф.Є. Василюка, який вважає, що емоційне вигорання – один з новітніх, розглянутих у психологічній літературі, механізмів психологічного захисту. І через свою "новизну" його визначення дещо розмиті, хоча, по суті, жодне з цих понять емоційного вигорання не суперечать один одному. Тому слід розглядати емоційне вигорання як і будь-який механізм психологічного захисту в континуумі: "психологічний захист – невроз"[41].

Враховуючи цей факт, вважаємо за важливе згадати дослідження Н.А. Чепелевої, яка [216] синдром емоційного вигорання розглядає як феномен адаптації особистості. Відповідно до цієї позиції, емоційне вигорання слід розуміти як такий варіант дезадаптації, при якому порушується контакт з реальністю та функція творчого пристосування. Тоді суб'єкт використовує шаблонні і неадекватні ситуаціям засоби вирішення. Детально описане в літературі переживання синдрому емоційного вигорання на безпосередньо психологічному рівні є наслідком неадекватних дій, від якого свідомість намагається захиститися. Тут висновуємо про виняткову актуальність піднятої проблематики для сучасного суспільства у період кризи.

Окремі статті у наукових виданнях, особливо у журналі «Психологія і суспільство» присвячено глибинним механізмам переносу та контрпереносу (С.Г. Харенко), ідентифікації (С.Ш. Раджабова). Не залишилися поза увагою й прикладні аспекти досліджень глибинної психології, що пов'язані з проблемами соціальної адаптації та дезадаптації (М.М. Кононова). [250]. Вказані джерела істотно доповнюють розуміння сутності захисних механізмів психіки і визначають подальші перспективи досліджень у психологічній науці.

Однак, слід зазначити, що у методологічному плані дослідження зазнають певних труднощів, тому що пізнання психічного ускладнене традиційною залежністю досліджень від природничого підходу, що відкриває перспективи дослідження лише для однієї сторони — свідомості — за ігнорування іншої — несвідомого. Необхідність заповнення цієї прогалини і зумовила, орієнтацію дослідницького пошуку на цілісність психічного у його свідомих і несвідомих формовиявах і на розкриття перспектив пізнання несвідомого відповідно до його функціональних особливостей та взаємозв'язків зі свідомим. [246, 247]. Формування методології пізнання цілісної психіки у функціональній єдності свідомого і несвідомого — одна з

центральної проблем психології. Представники діяльнісного підходу, віддають пріоритети зовнішній заданості активності суб'єкта, визнавали існування несвідомої сфери. [248].

#### **1.4. Відмінність понять «захисні механізми» та «копінг-поведінка»**

Термін «coping» почав використовуватися в американській психології на початку 1960-х років для вивчення поведінки особистості у складних життєвих ситуаціях. Поняття «копінг» у перекладі з англійської «to cope» означає опанувати, долати. Російські дослідники інтерпретують його як «совладание» або «совладающее поведение», а в роботах німецьких вчених дане поняття визначається синонімом «bewältigung».

З появою книги Р.Лазаруса «Психологічний стрес і копінг-процес» почалася поступова зміна моделі стресу, розроблена Г.Сельє за рахунок розгляду копінга як центрального ланцюга стресу, а саме, як стабілізуючого чинника, який може допомогти особистості підтримувати психосоціальну адаптацію в період його впливу [199].

Серед аналогів поняття «копінг» у літературі виступають: «система регуляції стресу» (В. Бодров), деякі складові «субсиндрому стресу» (Л. Китаєв-Смик), «патерни розв'язання проблемних і несприятливих життєвих ситуацій» (Л.Дика), «життєві стратегії» (К.Альбуханова-Славська), «типи переживань» (Ф.Василюк), «техніки існування або реакції на проблемні моменти життя» (Л.Анциферова).

Поряд із змістовним розширенням поняття «копінг» у період кінця ХХ століття значно розширився предмет його досліджень. Сьогодні ця проблематика розробляється в різних галузях психологічного знання. Так, у рамках психології особистості копінг розглядається як ситуативний прояв життєвого стилю, а основною функцією виступає підтримання психологічного благополуччя. У рамках клінічної психології основна увага

фокусується на з'ясуванні неконструктивних і самодеструктивних стратегій психологічного подолання, які призводять до деліквентної та девіантної поведінки [182, 183, 242 та ін.].

Серед зарубіжних авторів вивченням цієї проблеми займаються А.Білінгс, Р.Лазарус, А.Райт, С.Фолкмен, К.Форд та ін. У російській психології вивчення проблеми копінг-поведінки розпочалося в 90-ті роки та представлено науковими працями, авторами яких є Л.І. Анциферова, В.І. Голованевська, Р.І. Грановська, К. Муздибаєв, І.М. Нікольська, С.К. Нартова-Бочавер та ін. Серед українських дослідників слід відзначити таких науковців, як О.І. Склень, С.В. Малазонія, О.Л. Марковець, С.В. Харченко та ін.

Вітчизняні дослідники поняття "копінг-поведінка" інтерпретують як поведінку, що допомагає впоратися зі скрутними життєвими обставинами, або психологічне подолання. Копінг-поведінка має на увазі індивідуальний спосіб виходу людини зі скрутною ситуації відповідно до її значимості в житті людини і до особистісно-середовищних ресурсів, які багато в чому визначають поведінку людини. [44, 55, 140, 142, 143, 176, 199]

Незважаючи на те що теорія «копінга» отримала всесвітнє визнання, у психологічних дослідженнях немає погодженості в оцінці значення і механізму, засобом якого копінг впливає на стрес і самопочуття. Саме через це важко організувати існуючі в літературі думки в єдине ціле. Проте найбільш розробленою є концепція Р.Лазаруса. У своїй останній роботі він розглядає поняття «копінг» як засоби, психологічні захисти, які виробляє людина, щоб уникнути психотравмуючих ситуацій, і як поведінку, яка впливає на ситуацію. Учений підкреслює, що здоров'я може бути краще зрозумілим, як результат ефективних і неефективних копінгів, ніж просто результат стресу в навколишньому середовищі.

Як вже було зазначено, поняття "копінг" інтерпретується по-різному в різних психологічних школах.



Перший підхід – неопсихоаналітичний [212]. Копінг-процеси розглядаються як еґо-процеси, спрямовані на продуктивну адаптацію особистості у важких ситуаціях. Функціонування копінг-процесів передбачає актуалізацію когнітивних, моральних, соціальних та мотиваційних структур особистості в процесі подолання проблеми. У разі неспроможності особистості адекватно впоратися з проблемою, актуалізуються захисні механізми, які сприяють пасивній адаптації. Такі механізми визначаються як ригідні, дезадаптивні способи, що дозволяють впоратися з ситуацією, або проблемою, і які перешкоджають адекватній орієнтації індивіда в реальній ситуації. Інакше кажучи, копінг і захист функціонують на підставі однакових еґо-процесів, але є різноспрямованими механізмами в подоланні проблем.

Другий підхід визначає копінг як якості особистості, що дозволяють використовувати відносно постійні варіанти відповіді на стресові ситуації. А. Біллінґс і Р. Моос виділяють три способи подолання стресової ситуації:

1. Копінг, націлений на оцінку, - подолання стресу, що містить спробу з'ясувати значення ситуації і ввести в дію певні стратегії: логічний аналіз, когнітивна переоцінка та ін.;

2. Копінг, націлений на проблему, - подолання стресу, що має на меті модифікувати, зменшити або усунути джерело стресу;

3. Копінг, націлений на емоції, - подолання стресу, що містить когнітивні, поведінкові зусилля, за допомогою яких людина намагається зменшити емоційне напруження та підтримати афективну рівновагу. [212]

В основі третього підходу [212] лежить розуміння копінга як динамічного процесу, який визначається суб'єктивністю переживання ситуації і багатьма іншими факторами. Р.Лазарус і С. Фолькман визначили психологічне подолання як когнітивні та поведінкові зусилля особистості, спрямовані на зниження впливу стресу. Активна форма копінг-поведінки, активне подолання, є цілеспрямованим усуненням або послабленням впливу стресової ситуації. Пасивна копінг-поведінка, або пасивне подолання,

передбачає використання різного арсеналу механізмів психологічного захисту, які спрямовані на зниження емоційного напруження, а не на зміну стресової ситуації.

Аналізуючи роботи Р. Лазаруса, відокремлюємо три типи стратегій подолання загрозової ситуації: механізми захисту Его; пряму дію – напад або втеча, яка супроводжується гнівом або страхом; подолання без афекту, коли реальна загроза відсутня, але потенційно існує.

Виокремлюють дві основні функції копінга. Перша сфокусована на проблемі і спрямована на руйнування стресового зв'язку особистості та середовища. Друга сфокусована на емоціях і спрямована на керування емоційним дистресом. Завжди при подоланні стресової ситуації мають місце обидві зазначені функції.

Стрес може переживатися емоційно, когнітивно, поведінково, але, як правило, існують багаточисельні і неповторні комбінації всіх трьох компонентів. Саме через це, при оцінці копінга необхідно враховувати обидві його функції. Оцінка індивідом стресової ситуації визначає пропорційне представництво кожної функції. Поведінка, яка має на меті усунути або зменшити інтенсивність впливу стресора, змінити зв'язок стресу з власне фізичним або соціальним середовищем, розглядається як активна копінг-поведінка. Пасивна копінг-поведінка являє собою інтрапсихічні форми подолання стресу, призначені для зниження емоційного збудження раніше, ніж зміниться ситуація.

Дж.Кохен і Р.Лазарус, узагальнивши дані багатьох досліджень, виділили п'ять основних завдань копінга: 1) мінімізація негативного впливу обставин та підвищення відновлення психічних та фізичних ресурсів (одужання); 2) терпіння, пристосування або регулювання, зміна життєвих ситуацій; 3) підтримання позитивного «образу Я», впевненості у своїх силах; 4) підтримання емоційної рівноваги; 5) підтримання, збереження тісних взаємозв'язків з іншими людьми [199].

Успішність подолання залежить від перерахованих завдань. Копінг-поведінка оцінюється як успішна, якщо вона: а) усуває фізіологічні та зменшує психологічні прояви напруження; б) дає особистості можливість відновити достресову активність; в) оберігає індивіда від психічного виснаження, іншими словами – попереджає дистрес.

Ефективність копінга дослідники пов'язують також із тривалістю позитивних наслідків. Виокремлюють два види наслідків подолання стресової ситуації: короточасні ефекти (їх вимірюють за фізіологічними та афективними показниками) та тривалі ефекти (здійснюють вплив на психологічне благополуччя).

Залишається відкритим питання про ефективність емоційно-фокусованого копінга – тривалість його дії, контексту та суб'єкта. Відомо, що відновлення емоційного балансу за допомогою пасивних стратегій використовується більш інтенсивно, якщо джерело стресу незрозуміле і в людини немає знань, вмінь або реальних можливостей зменшити його. У таких випадках більш продуктивним є емоційно-фокусований копінг. Використання проблемно-фокусованого копінга у ситуаціях, які погано піддаються контролю, є малопродуктивним, оскільки виснажуються енергетичні ресурси. За умови можливого контролю над ситуацією найбільш ефективними є проблемно-орієнтовані стратегії.

Критерії ефективності подолання можуть бути пов'язані з психічним благополуччям суб'єкта і визначаються зниженням рівня його невротизації, яка виражається у ситуативній зміні депресії, тривожності, психосоматичної симптоматики і дратівливості. [199]

Д. Галахер [212] запропонував гіпотезу, у якій говорить про те, що оцінка події залежить від обсягу наявних у особистості внутрішніх та зовнішніх ресурсів, що дозволяють впоратися з цією подією. Якщо індивід оцінює особистісні ресурси як недостатні, неадекватні для вирішення

ситуації, то подія сприймається як загроза. Зазвичай стійкі до стресу люди адекватно оцінюють свої ресурси і сприймають стресогенні події як зміни.

Виділяються два види когнітивної активності в копінг-поведінці особистості – первинна і вторинна оцінка.

Первинна оцінка дозволяє людині вирішити: є дана ситуація загрозливою чи її віднесено до ситуації зміни, яка не містить в собі загрози благополуччю особистості. Вона дозволяє оцінити силу стресового впливу, зіставити можливість нанесення їм шкоди з індивідуальними можливостями. Вторинна оцінка доповнює первинну. Вона визначає, якими методами особистість може вплинути на негативну подію і її результат, тобто процес вибору механізмів і ресурсів подолання стресу. З її допомогою людина вирішує, що вона може зробити в ситуації, яка відбувається.

Після когнітивної оцінки ситуації відбувається вибір механізмів подолання стресу. Як підкреслює Р. Лазарус, у людини при подоланні стресу актуалізуються когнітивні розумові процеси прийняття адаптаційного рішення [159].

А. Незу, Т. Дзурілла, М. Голдфрід першими описали процес розв'язання соціальних проблем або копінг-процес. Це стало теоретично важливим моментом у вивченні формування активної копінг-поведінки – стратегій вирішення проблем. Активне вирішення проблем є когнітивно-поведінковим процесом, у результаті якого формується загальна соціальна компетентність особистості. [157]. Автори у своїх дослідженнях виділили п'ять компонентів копінг-процесу: 1) орієнтація в проблемі, підключення когнітивного і мотиваційного компонентів для загального ознайомлення; 2) визначення та формулювання проблеми, її опис у конкретних термінах та ідентифікація специфічних цілей; 3) генерація альтернатив, розробка численних можливих варіантів вирішення проблеми; 4) вибір оптимального варіанта вирішення проблеми; 5) виконання рішення з подальшою перевіркою, підтвердженням його ефективності.

У сучасній науковій літературі також зустрічається таке поняття, як "життєстійкість". Це поняття не тотожне поняттю «копінг-стратегій», або стратегій подолання життєвих труднощів. Життєстійкість (hardiness) – це особливий патерн настанов і навичок, це база, виходячи з якої відбувається переробка стресових впливів, це каталізатор поведінки, який дозволяє трансформувати негативні враження в нові можливості [90].

Слід зазначити, що, по-перше, копінг-стратегії – це прийоми, алгоритми дій, звичні й традиційні для особистості, у той час як життєстійкість – настанова на виживання. По-друге, що важливо в нашому дослідженні, копінг-стратегії можуть набувати як продуктивної, так і непродуктивної форми, навіть вести до регресу, а життєстійкість дозволяє впоратися з дистресом ефективно й завжди в напрямку особистісного зростання. [90].

Аналіз наукової літератури дозволяє висновувати про те, що існують певні труднощі в розмежуванні механізмів захисту й подолання (coping behavior). Найбільш поширеною є точка зору, згідно з якою психологічний захист характеризується відмовою індивіда від конструктивного вирішення проблеми, а способи подолання передбачають необхідність проявляти продуктивну активність, прагнення впоратися з труднощами. Висновуємо, що предметом дослідження феномену подолання є вивчення механізмів емоційної та раціональної регуляції людиною своєї поведінки з метою оптимальної взаємодії з життєвими обставинами або їх перетворення згідно зі своїми намірами.

На думку С.К. Нартова-Бочавер, копінг – "це індивідуальний спосіб взаємодії із ситуацією згідно з її власною логікою, значущістю в житті людини і її психологічними можливостями" [ 138 с.21].

Дослідження проблеми подолання в психології призвело до цілої низки висновків. По-перше, необхідно вивчати ситуативні змінні, або так звані важкі життєві ситуації [10, 11, 159], по-друге, дослідити ті особистісні

властивості, які багато в чому визначають стиль реагування на ситуацію [159, 212]. Наприклад, проблемно-орієнтований стиль спрямований на раціональний аналіз проблеми і полягає в розробці плану вирішення важкої ситуації. Він заснований на таких діях людини, як пошук необхідної інформації, самостійна обробка ситуації, звернення по допомогу до інших, більш компетентних людей. Суб'єктно-орієнтований стиль є наслідком емоційного реагування на ситуацію і проявляється у вигляді небажання розбиратися в проблемі, зміщення уваги на інші, релаксуючі види діяльності – вживання їжі, алкоголю та ін.

У дослідженнях А.В. Лібіна [115] було визначено, що стиль поведінки особистості пов'язаний з особливостями темпераменту й особистісними властивостями. Так, наприклад, стратегія уникнення співвідноситься з низькою предметною активністю і високою емоційністю, як чутливості до неспівпадання очікуваного і отриманого результату [69], а також негативним ставленням до себе і низьким рівнем контролю. Стратегію співробітництва віддають перевагу люди, які характеризуються високою предметною енергійністю (тобто потребою в напруженій роботі), більш низькими показниками емоційності, інтернальністю локуса контролю. Стиль суперництва корелює з високим рівнем емоційності в комунікативній сфері, екстернальним локусом контролю і негативним відбитим самоствавленням.

Існує безліч підходів до класифікації способів психологічного подолання. Так, згідно з одним із них, опанування містить такі форми, як: 1) реальне (поведінкове або когнітивне) вирішення проблем; 2) пошук соціальної підтримки; 3) перекручення ситуації на свою користь; 4) захист і відкидання проблем; 5) ухилення та уникнення; 6) співчуття до самого себе; 7) пониження самооцінки; 8) емоційну експресію [136, 137].

Таким чином, процеси психологічного подолання або копінга – це сукупність когнітивних, емоційних і поведінкових стратегій особистості, спрямованих на досягнення адаптації до стресових ситуацій, подолання

життєвих криз та її самореалізації. Критеріями їх ефективності є: психічне благополуччя, тривалість позитивних наслідків, зниження рівня невротизації та вразливості до стресів. Ефективність копінг-поведінки визначається також специфікою ситуації у конкретному випадку. Інструментальні стратегії психологічного подолання ефективні у тому випадку, якщо ситуація контролюється суб'єктом, а емоційні доречні, коли ситуація не залежить від волі людини. [199]

Спираючись на існуючу психологічну літературу, висновуємо, що широко дискутуються такі питання, як ефективність coping-стратегій, вплив статевих та вікових особливостей на психологічне подолання, специфіка важких ситуацій і її зв'язок з опануванням. Окремо формулюється завдання діагностики форм копінг-поведінки.

Ф.В.Бассін, досліджуючи визначальні ситуації формування та актуалізації механізмів психологічного захисту, позначає їх терміном „ексквізитні ситуації” (exquisite – англ., гострий, сильний, виключний). Характерною ознакою ексквізитних ситуацій є саме емоційно-психічне напруження.

Тобто, для загального позначення умов, що викликають утворення і функціонування механізмів захисту, ми розглядаємо «ексквізитні» ситуації (Ф. В. Басін, Е. Кіршбаум). Тут маються на увазі такі ситуації, в яких протиріччя, як певний момент розвитку, що акумулює впливи зовнішніх та внутрішніх чинників, гранично загострене і вимагає свого зняття, а характер вирішення протиріччя визначає напрям у розвитку особистості. Спрямованість і якість вирішення подібних ситуацій визначають можливості особистості виходити на якісно новий рівень стосунків з середовищем, продуктивно структурувати процес взаємодії з оточенням, адаптивно реагувати. Засоби подолання цих ситуацій – зняття назрілих протиріч у взаємодії – специфічно пов'язані з особистісними особливостями дошкільника. Саме ексквізитні ситуації, що мають певну «екзистенціальну

значущість», є «пусковими» для вибору захисних механізмів психіки як системи психічних дій, які призводять до того чи іншого ступеня і форми адаптованості особистості у таких ситуаціях, що в свою чергу відображається у змінах особистості дитини.

### **1.5. Дослідження захисних поведінкових реакцій у дітей**

Згідно із вченнями З. Фрейда, у дитини кожен захисний механізм спочатку формується для оволодіння конкретними інстинктивними спонуканнями і пов'язаний, таким чином, з певною фазою індивідуального розвитку. Спонукачем розвитку захисних механізмів виступають різноманітні типи тривоги, які виникають в онтогенезі і є характерними для дітей. Сюди відносимо реакції занепокоєння, фізичний дискомфорт, страх розлуки і самотності (темряви, самотності, замкнутих просторів), страх смерті (напади, захворювання, смерті батьків, казкових персонажів, стихії тощо [66]. П. Куттер пов'язує розвиток захисних механізмів із спробою дитини впоратися з архаїчним, примітивним страхом, який супроводжує розвиток будь-якої дитини і проявляється в типових для дітей фобіях, наприклад, темряви, самотності, привидів та ін [85, 89]. На кожному віковому етапі існують свої страхи, і кожен з цих страхів може бути як конструктивним, так і деструктивним (корисним або шкідливим) для подальшого розвитку дитини. Однак згадування про користь у П. Куттера не відноситься до стійкості до страху. Це пояснюється тим, що дитина ще не набула навичок подолання об'єктивних обставин у процесі свого невеликого суб'єктивного досвіду.

Подібно до інших психічних процесів, захисні механізми мають свої об'єктивні прояви - зовні спостерігаються і зазначені ознаки на рівні дій, емоцій або міркувань людини. У цьому зв'язку І.М. Нікольська, Р.М. Грановська наголошують на тому, що для деяких сучасних дослідників



захисний механізм – це, у першу чергу, саме міцні захисні поведінкові патерни: зовні спостерігаються дії, емоції і прояви мислення, які функціонують як обхідні маневри для уникнення відомостей, що тривожать, або як перетворювачі того, що породжує почуття або відчуття тривоги. Слід зазначити, що відбувається розрізнення понять «захисна (поведінкова) реакція» (копінг-стратегія) та «захисний (інтрапсихічний) механізм». На базі такого розмежування згадані вчені виділяють три основні форми адаптації людини до зовнішнього середовища: 1) пошук людиною того середовища, яке сприятливе для її функціонування; 2) зміни, які вона здійснює у середовищі для приведення його у відповідність до своїх потреб; 3) внутрішні психічні зміни людини, за допомогою яких вона пристосовується до середовища [50].

Ці форми автори пропонують розглядати і як своєрідні етапи у формуванні системи захисного пристосування дитини.

Стверджуючи, що механізми психологічного захисту діють автоматично, неузгоджено зі свідомістю, А. Фройд відносить їх до особливого класу несвідомих явищ. Як вже зазначалось, ці явища отримали назву автоматизмів. Автоматизми – це дії й акти, які відбуваються самі по собі, незалежно від свідомих бажань і намірів людини [54].

Аналіз автоматичних процесів виявляє їх двояке походження. Деякі з цих процесів ніколи не усвідомлювались, оскільки були природженими або сформувалися дуже рано, часто впродовж першого року життя дитини (так, у маленьких дітей до того, як сформується повноцінна система психологічного захисту, реакція на неприємні стимули та стани виявляється автоматично у вигляді фізіологічного відходу від подразника). Інші процеси пройшли через свідомість і лише потім перестали усвідомлюватись. Головним у цьому контексті є розуміння того, що особистість «реагує», «не помічає», «забуває» або «виправдовує себе» в неприємній ситуації автоматично, тобто не усвідомлює цього.

Як засіб адаптації та вирішення психологічних конфліктів захисні автоматизми розвиваються в онтогенезі. Вони оберігають дитину від незадоволення, що виходить зсередини (внутрішні інстинктивні стимули), і від незадоволення, джерела якого знаходяться у зовнішньому світі. Під час першої фази розвитку до 1 року незрілий організм має мінімальні засоби захисту від негативних емоцій, пов'язаних з неприємними, дискомфортними та небезпечними стимулами. Це низка вроджених рухових реакцій, до яких відносять захисне відсмикування, замружування, крик, плач, посмішку, ссання, рухи тулуба, кінцівок, голови тощо, а також комплекси перерахованих реакцій.

Як відомо, новонароджений починає своє життя з крику, який у перші дні носить безумовний рефлексорний характер. Перший крик – це результат спазму голосової щілини. Однак деякі вчені вважають, що перший крик – це і перший прояв негативної емоції: спазми викликають відчуття стиснення. У даному випадку неможливо розрізнити м'язову реакцію й емоційне ставлення – адже у новонародженого ще немає ніякого життєвого досвіду. Однак вже в перші дні життя дитина криком відповідає на неприємні відчуття, пов'язані з потребою в їжі, теплі, сні, а пізніше – з відривом від матері, і тим самим захищає себе [106-107].

На базі природжених безумовних реакцій шляхом ускладнення форм поведінки (форм рухової активності) в процесі індивідуального навчання ускладнюються і форми психічного відображення. У результаті такого розвитку та навчання починають функціонувати і більш складні захисні поведінкові реакції, такі як: пасивний протест, імітація, опозиція, компенсація, а також перші захисні психологічні механізми – заперечення, заміщення, проекція.

Становлення захисних автоматизмів найчастіше пов'язують із задоволенням або незадоволенням базисних психологічних потреб дитини, найбільш ранньою з яких є потреба в безпеці. При цьому механізми захисту

розглядаємо як ті первинні інтрапсихічні прояви, які є наслідком обмеження спонтанної експресії дитини [50-51].

Специфікою становлення дитячої системи захисту є те, що спочатку вона проявляється за рахунок і на рівні рухових (поведінкових) реакцій за участі елементарних психічних функцій. Вони поступово ускладнюють автоматичні зміни поведінки, що виникають у відповідь на травмуючий вплив, подразник, враження, забезпечують пристосованість дитини до нової життєвої ситуації. Поведінкові реакції експресивні, доступні для зовнішнього спостереження та реєстрації, тому такі реакції не тільки дозволяють здійснювати певні зміни у зовнішньому середовищі, але і привертають до себе увагу оточуючих дорослих. Пізніше розвиваються захисні механізми, у реалізації яких беруть участь, у першу чергу, психічні функції: сприйняття, емоції, пам'ять, мислення. При цьому захисні процеси дозволяють дитині адаптуватися до середовища не за рахунок зміни зовнішнього світу, а за рахунок змін всередині, а саме – трансформації внутрішньої картини світу та образу самого себе.

У момент внутрішнього дискомфорту автоматично, несвідомо актуалізується захисний механізм, той, якого від них вимагає характер травмуючих вчинків і дій. Найчастіше у дітей поведінкові реакції захисту демонстративні, спрямовані на привернення уваги дорослих.

Найбільш значущим є те, що і захисні поведінкові реакції, і захисні психологічні механізми за своєю суттю є автоматизмами. Це означає, що вони актуалізуються в ситуації конфлікту, психотравми, фрустрації, стресу незалежно від волі і свідомості людини.

До типових дитячих захисних реакцій, за І.М. Нікольською та Р.М. Грановскою, відносять: відмову (пасивний протест), опозицію (активний протест), імітацію, компенсацію і емансипацію. Ця класифікація створена на основі робіт Д.Н. Ісаєва [69], В.В. Ковальова [72], А.Е. Личко [96], Г.Е. Сухарева [57].

У своїх роботах І.М. Нікольська і Р.М. Грановська наводять таку класифікацію дитячих поведінкових реакцій:

1. Відмова – в її основі лежить неможливість задоволення базових потреб у безпеці і захищеності. Пасивний протест авторка розуміє як елемент більш глобальної захисної поведінкової стратегії віддалення (відділення), сутність якої складають підсвідомі захисні автоматизми ізоляції та заперечення
2. Опозиція – активний протест дитини проти норм, правил і вимог дорослих. Цю реакцію спостерігаємо при втраті або зменшенні уваги з боку близьких.
3. Імітація – вид психологічного захисту у дітей, незріла форма ідентифікації. Вона суттєво відрізняється від ідентифікації тим, що є цілісною. Незрілість виявляється у вираженому прагненні наслідувати певну особу, улюбленого героя у всьому. Тому нерідко імітацію розглядають як процес емоційного та іншого самоототожнення людини з іншою людиною, групою, зразком.
4. Компенсація – це реакція, за допомогою якої дитина прагне пояснити собі й заповнити слабкість і невдачу в одній сфері – успіхами в іншій. Вважаємо, що компенсація – це відволікання від основної проблеми за допомогою переключення на інші успіхи.
5. Емансипація – це боротьба дітей за самоствердження, самостійність, свободу. Взагалі це захисна реакція, спрямована на те, щоб звільнитися з-під контролю і заступництва дорослих. Слід звернути увагу, що емансипація вважається переважно підлітковою поведінковою реакцією, однак в останні роки у зв'язку з великими вимогами, які висовуються до дитини з боку дорослих і суспільства, з вимогами шкільної програми, що передбачає вивчення конституційних прав дитини, вона проявляється раніше.

6. Заміщення – вид психологічного захисту, іноді виявляється досить рано. Цей захисний механізм дуже значущий у нашій роботі, оскільки тісно пов'язаний з розвитком дитячих ігор та роллю іграшок в нормалізації психічної рівноваги дитини у важких ситуаціях.
7. Витіснення – це реакція, коли дитина починає замінювати реальні факти вигаданими, описує події так, як вони повинні були б розвиватися згідно з іншим сюжетом, відповідно до бажань дитини. Таким чином формується дитяча брехливість.
8. Сновидіння – саме завдяки цій захисній реакції дитини виявляє джерело її тривоги. Тим більше, що у дітей досить рано починають працювати форми психологічного захисту, пов'язані з фабулою сновидіння.
9. Відчуження (або ізоляція) – це захисний механізм, пов'язаний з відокремленням почуття від ситуації. Нерідко ізоляція проявляється у дитини досить рано при сприйнятті емоційно травмуючих ситуацій або спогадах про них з почуттям тривоги, спровокованої цими подіями.
10. Сублимація – як захисна реакція у дітей є незрілою формою поведінки, полягає у використанні вигаданих ритуалів і нав'язливих дій, які виступають як комплекси мимовільних реакцій, що дозволяють людині задовольнити заборонене несвідоме бажання.
11. Регресія – це захист за рахунок повернення почуттів та дій до тієї стадії психічного розвитку особистості, в якій ці дії були успішними, а почуття переживалися як задоволення.

Крім захисних реакцій, що виступають, у першу чергу, на поведінковому рівні, у дитини поступово виявляються психологічні захисні механізми, типові для дорослих. Виявлення їх у дошкільнят та молодших школярів свідчать про становлення зрілої системи психологічного захисту.

Відомо, що дошкільний вік є важливим етапом формування особистості, коли відбувається активне засвоєння норм, правил, установок, поглядів, світогляду, що й передбачає психологічне занурення у простір

ексквізитних ситуацій, пов'язаних з пошуком нових цілей і засобів їх досягнення. Такі засоби здебільшого дитина засвоює від оточення (батьки, родичі, друзі, вихователі), але й сучасний медіапростір, зокрема телебачення, грає значну роль у її житті. З телеефіру дитина засвоює готові патерни реагування в ексквізитних ситуаціях, насичені комплексами стимули, що сприймаються дошкільниками без аналізу, невід'ємно від яскравості та емоційної насиченості образу, відповідно до вікових особливостей (Л. П. Василенко, Р. В. Павелків, Т. О. Піроженко, М. В. Савчин). Це дозволяє розглядати телевізійні перегляди у якості одного з чинників розвитку захисних механізмів у дітей дошкільного віку.

#### **1.6. Вплив особливостей сімейного виховання на розвиток захисних механізмів дітей**

Як уже зазначалося, в умовах стресу психологічна адаптація людини відбувається, головним чином, за допомогою двох механізмів: психологічного захисту і копінг-механізмів. Щоб взаємодіяти зі скрутною, кризовою ситуацією, необхідні навички опановуючої поведінки – особливої соціальної поведінки, сенс якої – опанувати, дозволити або пом'якшити, звикнути або ухилитися від вимог, що ставляться кризовою ситуацією, а також, можливо, запобігти їй, своєчасно розв'язавши. Опановуюча з труднощами поведінка, або копінг, – це свідома цілеспрямована поведінка на відміну від поведінки захисної. Саме копінг визначає життєздатність, адаптивність сім'ї. Однак слід зауважити, що він і по-різному представлений у сім'ї як загалом, так і у членів сім'ї.

З поглядів Б.В.Зейгарник можна виділити деструктивні і конструктивні заходи захисту. Перші зв'язуються з неусвідомленістю їх суб'єктом, а другі - з усвідомленим прийняттям і регуляцією. Матеріал досліджень патології дослідниці показує: багато симптоми при неврозах, важких соматичних

захворюваннях являють собою неусвідомлювані хворими заходи захисту. Несвідома і неконструктивна захист відзначається і у здорової людини в ситуації фрустрації. Такі симптоми як негативізм, аутизм часто є засобами прикриття порушеного спілкування.

Б.В.Зейгарник підкреслює, що проявляючись на неусвідомлюваному рівні, заходи захисту нерідко призводять до деформації вчинків людини, порушення гармонійних зв'язків між цілями поведінки та обумовленою поведінкою ситуацією. Свідомо поставлена мета і контроль за своїми діями на шляху до досягнення мети стають основними ланками опосередкованого поведінки.

У ситуаціях, що ускладнюють досягнення поставлених цілей або загрозливих особистісним установам людини, він нерідко свідомо вдається до заходів психологічного захисту.

Однак, копінг є стабілізуючим фактором, що допомагає родині здійснити психологічне пристосування під час пережитого стресу. Опановуюча поведінка – це цілеспрямована соціальна поведінка, що дозволяє суб'єкту впоратися з важкою життєвою ситуацією (або стресом) способами, адекватними особистісним особливостям та ситуації, через усвідомлені стратегії дій. Ця свідомо поведінка спрямована на активну зміну, перетворення ситуації, що контролюється, або на пристосування до неї, якщо ситуація не контролюється [91]. При такому розумінні копінг-поведінка важлива для соціальної адаптації здорових людей. Стили і стратегії опанування розглядаються як окремі елементи свідомої соціальної поведінки, за допомогою яких людина може впоратися з життєвими труднощами [30]. Іншими словами, опанування, або копінг, – це процес, коли людина витримує, терпить, звикає, уникає і / або вирішує стресову, тобто напружену, ситуацію. Встановлено, що адаптивні можливості копінг-поведінки збільшуються під дією сильніших стресорів. Це означає, що чим сильнішим є стресор, тим більше явно виражена копінг-поведінка у людей, які добре

адаптуються, і сімей. Важливими чинниками, що впливають на виразність копінга, істотно збільшуються: у людей, що пережили несподіване розлучення; у чоловіків, що повернулися після участі у бойових діях, до мирного, родинного життя. Тобто, очевидно, що сім'ї можуть по-різному реагувати на стрес. Способи (стратегії, стилі) функціонального, або продуктивного, копінга сім'ї в стресовій ситуації зазвичай містять: 1) пошук інформації, розуміння стресової ситуації, події; 2) пошук соціальної підтримки від близького оточення, родичів, друзів, сусідів, інших людей, що знаходяться в подібних ситуаціях, і фахівців; 3) гнучкістю родинних ролей; 4) оптимізм, віру в краще; 5) повноцінне спілкування в родині, налагоджену комунікацію; 6) участь всіх членів сім'ї в розв'язанні проблем, труднощів [91].

Конструктивний (продуктивний) копінг зазвичай має позитивні наслідки для сімейного функціонування. У сім'ї спостерігаються такі наслідки, як: вирішення проблеми або важкої ситуації, зниження рівня напруження, тривоги, дискомфорту, душевний підйом і радість подолання. Якщо ситуація не може бути розв'язана в короткий термін, відбувається переоцінка ситуації і нова оцінка себе в ситуації, в основі якої лежить зміна ставлення членів сім'ї до проблеми, позитивне тлумачення того, що відбувається, оптимізм. Важливо зазначити, що при цьому не знижується мотивація досягнення, зберігаються реалістичний підхід до оцінки події і здатність сім'ї мобілізувати сили.

Неефективний (непродуктивний) копінг пов'язаний з переважанням емоційних реакцій на ситуацію, своєрідною «фіксацією» на них і проявляється у вигляді занурення в переживання, самозвинувачення, обвинувачення один одного, залучення одним членом сім'ї інших у своє непродуктивне становище. Це коло неефективних поведінкових реакцій набагато ширше, однак, у цьому переліку представлені ті, що найбільш часто зустрічаються в сучасних українських сім'ях. Так, іноді деякі члени сім'ї



постійно скаржаться, шкодують, ображаються на «несправедливе» ставлення життя до них, замість того, щоб діяти. Уникання, як стиль подолання, також може бути непродуктивним. Воно проявляється у вигляді відходу від проблеми, засіб не думати про її вирішення взагалі, бажання забути уві сні, «розчинити» свої негаразди в алкоголі або компенсувати негативні емоції їжею, сховатися за спиною компетентних людей, які гарантують соціальну підтримку і вирішення проблеми, замість самої сім'ї. Нерідко це поведінка характеризується наївною, інфантильною оцінкою того, що відбувається.

Ефективність (продуктивність, конструктивність) копінга проявляється в тривалості позитивних наслідків. Вони можуть бути або короткочасними або довготривалими. Короткочасні, зазвичай, визначають за психофізіологічними і емоційними показниками і за тим, наскільки швидко люди повертаються до рівня нормальної активності від стресу. Довготривалі поліпшення впливають на психологічне благополуччя сім'ї, покращення її соціального функціонування.

Проблема ефективності будь-якого копінг-стилю до кінця не досліджена. Справа в тому, що ті засоби поведінки, які ефективні в одних ситуаціях, можуть не працювати в інших. Наприклад, відомо, що відновлення емоційного балансу за допомогою пасивних стратегій (стратегії не через вирішення проблеми) використовується більш інтенсивно, якщо джерело стресу незрозуміле і особистість не володіє знаннями, уміннями або реальними можливостями зменшити його. Використання проблемно-орієнтованого копінга в абсолютній ситуації, що не піддається контролю, також виявляється малопродуктивним, виснажує ресурси [91].

Рівень і якість подолання життєвих труднощів залежать від того, наскільки успішно функціонує сім'я, тобто від того, як вона виконує свої головні функції. Функції сім'ї – це діяльність сім'ї, спрямована на задоволення потреб її членів і суспільства в цілому. Нормально функціонуюча сім'я – це сім'я, яка забезпечує необхідний мінімум добробуту,

соціального захисту та розвитку її членів. Дисфункціональна сім'я – та, в якій виконання функцій виявляється порушеним, внаслідок чого виникають передумови для проявів різного роду стресорів.

У поняття «неблагополучна сім'я» немає чіткого визначення в науковій літературі. Вживаються синоніми цього поняття: «деструктивна сім'я»; «дисфункціональна сім'я»; «сім'ї групи ризику»; «негармонійна сім'я» [52].

Розрізняють такі типи неблагополучних сімей: педагогічно некомпетентна; конфліктна; аморальна; асоціальна.

Дослідження Т.Л. Крюкової, М.В. Сапоровської, Є.В. Куфтяка дають нам таку модель поведінки, яка допоможе впоратися зі стресом в сім'ях з нормальним і порушеним функціонуванням. Данні табл. 1.1. містять узагальнений порівняльний аналіз особливостей копінг-поведінки дітей та батьків сімей з нормальним та порушеним функціонуванням за Т.Л. Крюковою, М.В. Сапоровською, Є.В. Куфтяком.

Однак слід зазначити, що не завжди сім'я, яка відчуває стрес, вдається до копінг-поведінки, в основному домінує захисна поведінка. Такі психотерапевти, як А.Я. Варга, А.І. Захаров, А.С. Співаковська, Е.Г. Ейдемільер і В. Юстицькіс, описують умови, за яких сім'я у важких життєвих ситуаціях схильна використовувати, швидше, механізми психологічного захисту, ніж механізми свідомого подолання. Найчастіше сім'я використовує дисфункціональні стабілізатори рівноваги сімейної системи. На думку А.Я. Варги, такими непродуктивними стабілізаторами можуть стати: діти, хвороби, порушення поведінки (наприклад, циклічність подружніх зрад і фізичного насильства) [39]. У деяких сім'ях батьки не сваряться тільки тоді, коли дитина хворіє. Напад астми може виникати у дитини, як несвідомо засвоєна закономірність, при найменших ознаках сварки. Якщо ця захисна поведінка довгий час є стабілізатором сімейної системи, відокремлення від батьків у підлітковому віці відбувається дуже важко і болісно [35].

Таблиця 1.1.

Узагальнена порівняльна таблиця особливостей копінг-поведінки дітей та батьків сімей з нормальним та порушеним функціонуванням за Т.Л. Крюковою, М.В. Сапоровською, Є.В. Куфтяком.

Сімейні параметри	Функціональна сім'я	Дисфункціональна сім'я
Ідентифікація стресора	Чітке, стресор приймається	Нечітке, негативне
Локус проблеми	Це справа всієї сім'ї	Це справи однієї людини
Підхід до проблеми	Рішення	Обвинувачення інших
Терпимість один до одного	Висока	Низька
Участь та турбота	Прямі, явні	Непрямі, неявні
Спілкування	Відкритість	Відхід у себе, закритість
Згуртованість	Висока	Низька
Сімейні ролі	Гнучкі	Жорсткі
Використання ресурсів	Повне	Неповне
Насильство	Ні	Присутня
Вживання алкоголю, наркотиків	Рідко	Часто
Наявність лідера	Один лідер або рівність	Відсутність лідера, «параліч рішень»

Існують загальнозначущі фактори, що стабілізують сімейну систему і зменшують вразливість сім'ї до стресу. За даними вітчизняних і зарубіжних дослідників (Д. Брайт, Ф. Джонс, Д. Майєрс, А.С. Співаковська, Е.Г. Ейдемільер, В. Юстицькіс), до них відносяться соціальний і професійний статус, вирішення проблеми шляхом опанування, взаємна підтримка в родині і підтримка тих людей, з якими пов'язані будь-якою діяльністю (подружні пари без дітей). У сім'ях з дітьми-дошкільнятами та школярами важливим є фактор релігійності (віра), підтримка оточення і пристосування до більш широкої соціальної групи, частиною якої вони себе відчують. Сім'ї з підлітками використовують інші фактори: статус і дохід, взаємна підтримка сім'ї і чоловіка (дружини), внутрішня згуртованість сім'ї, підтримка більш широкої соціальної групи. І нарешті, сім'ї без дітей досягають стабілізації за рахунок внутрішньої згуртованості сім'ї та підтримки оточення, з яким їх пов'язує якась діяльність [91].

Факторами стійкості сім'ї до стресу є: загальні завдання по вихованню дітей, наявність роботи, задоволеність членів сім'ї своєю діяльністю, спільні інтереси і справи, поділ цінностей, у тому числі духовних, любов і вірність один одному, відповідальність за родину. Крім того, велике значення мають: уміння членів сім'ї вирішувати проблеми; налагоджене спілкування; задоволеність взаємовідносинами та рольовою структурою в сім'ї; соціальна підтримка (найчастіше від батьків до дітей); хороше здоров'я; опирання на себе і близьких родичів.

У проблемі дослідження сім'ї в ситуації подолання важких життєвих подій має значення той фактор, чи є проблеми реально важкими, чи тільки сприймаються як важкі. У кожному випадку, вони виступають як стресори і впливають на адаптивність функціонування кожної людини і сім'ї в цілому. До нормативних стресорів, або звичайних щоденних труднощів, найчастіше сім'ї відносять труднощі в таких сферах, як матеріальне забезпечення, здоров'я, виховання дітей, переїзди, зміна житла, міжособистісні стосунки.

Успішність подолання сім'єю труднощів пов'язана зі ступенем задоволення стосунками в сім'ї та узгодження ціннісних орієнтацій подружжя. Чим більше задоволення взаєминами в родині, тим більше виражений ефективний або орієнтований на вирішення проблем копінг. Проте у подружжя зі значними подібностями ціннісних орієнтацій проявляється лише тенденція до вибору і подібних копінг-стратегій проблемно-орієнтованої спрямованості. Залежно від віку подружжя та стажу сімейного життя збільшується виразність емоційно орієнтованого копінгу, а подружжя у віці до 30 років істотно частіше подолають труднощі за допомогою уникнення (соціального відволікання, захопленість новинами у світі, новинками електроніки тощо) [90].

У нашому теоретичному дослідженні складно узагальнити вплив всіх можливих факторів ризику на особливості впливу сімейного виховання на розвиток захисних механізмів особистості дитини, уразливості до стресу і подолання його сім'єю, з'ясувати, як вони сприяють або перешкоджають добрій адаптації та благополуччю сім'ї.

Ще Д.Айке відзначав дослідження Лампль де Гроота, який виділив дві форми побудови ідеалу. Один ідеал – Я-ідеал – являє собою те, що дитина перейняла норму поведінки від батьків, а в подальшому від вчителів. Сюди відносяться всі заборони, всі уявлення про гріх, погане і зле, а також всі чесноти, наприклад, ввічливість або навіть любов до ворога. Це головним чином масивні, глибоко засвоєні уявлення. Інший ідеал – ідеал-Я – являє собою те, що дитина розвиває як ідеальні бажання: чи стосовно власної персони, чи фантазій про ідеальну матір та ідеального батька. Виходячи з такого розуміння, бачимо, що в Я-ідеалі дитини, яка живе в родині, де нормальну дитячо-батьківську комунікацію замінюють «спілкуванням» з телевізором, виникає «копіювання» не тільки загальних уявлень про світ з даного джерела ЗМІ, але і манери поведінки для дитини як готових конструктів взаємодії з навколишнім світом.

Слід зазначити, що усвідомлення батьками своєї ролі в генезі проблем дитини піддається активній дії витіснення, опору та інших захисних механізмів. Форма звернення до спеціаліста з боку батьків, яке можна розглядати як прохання виправити стосунки з дитиною, котра раптово змінилися в гірший бік, являє собою, по суті, спробу компенсації батьками негативних переживань, які пов'язані з актуальним протиріччям на рівні їх розуміння ситуації. На думку Д.І. Іванова, наслідком конфлікту, що виникає між дитиною та батьками, є нездатність батьків виробити адекватні (тобто такі, що враховують в однаковій мірі власні потреби і потреби дитини) адаптивні (засновані на конгруентних зв'язках внутрішнього світу бажань і потреб і універсума реальності) стратегії взаємодії з дитиною. Врешті-решт це і призводить до усвідомлення того, що в стосунках батьки-діти існують проблеми. [78].

Назвемо деякі демографічні, соціальні та соціально психологічні загальноукраїнські тенденції, що неоднозначно впливають на успішність / неуспішність поведінки сім'ї, що подолає стрес:

- розповсюдження(зростання кількості) сімей лише з однією дитиною;
- тривалий та міцний зв'язок з батьківською сім'єю, посилення залежності батьків від дітей у пізньому віці у зв'язку з недостатньо розвиненими соціальними програмами в суспільстві;
- повна зайнятість обох батьків, висока зайнятість матерів (мати, яка працює, проводить з дитиною в середньому 1,5 години на добу);
- зміна пріоритетів сім'ї та роботи: у соціалістичному суспільстві передбачалося, що головне відбувається не в сім'ї (пріоритет роботи), тепер значення сім'ї зростає;
- сімейне двовладдя: проблеми з лідерством у сім'ї (формальне лідерство чоловіка і неформальне дружини), і як наслідок роз'єднаність у цілях і стилях виховання дітей;
- поширення «свідомого» батьківства в молодих сім'ях;

- відродження інтересу до сімейної історії, сімейного дерева – це не просто як генеалогічне хобі, а як потреба у відновленні сімейної культури, традицій, як звернення до ресурсу.

Таким чином, в умовах стресу психологічна адаптація людини відбувається за допомогою психологічного захисту і копінг-механізмів. Опановуюча поведінка, або копінг-поведінка, – це свідомо цілеспрямована поведінка на відміну від поведінки захисного характеру. Вона створює сімейну основу стійкості, доброї життєздатності, адаптивності. Копінг є стабілізуючим фактором, що допомагає родині здійснити психологічне пристосування під час переживання стресу.

Дошкільний вік – найбільш сенситивний для копіювання моделей поведінки членів родини, копінг-реакцій батьків, і, отже, саме в цей період нам слід досліджувати особливості впливу сімейного виховання на розвиток захисних механізмів особистості дитини. Вчасне виявлення дисфункцій у розвитку захисних механізмів у дітей допоможе нам відкоригувати прояв соціально не схвалюваних копінг-стратегій у дітей дошкільного віку та розвивати адаптивну поведінку.

Не менш важливим у нашому дослідженні є те, як сім'я проводить вільний час удома і скільки часу батьки та їх діти проводять біля телевізора. Вважаємо що перегляд програм телебачення – це саме копінг-стратегія, яка допомагає людині позбавитися стресового стану після роботи. Залежно від сімейної традиції родина є споживачем найбільш розповсюдженого засобу масової інформації (ЗМІ) – перегляд програм телебачення. Велика кількість каналів, шоу, фільмів та мультфільмів, які є доступними для кожної родини, вибір ефіру є свідомим для людини. Але величезний психологічний вплив, який чинять на свідомість та підсвідомість людини засоби масової інформації, досі не досліджено у повному обсязі. Та реальність, яку нам пропонують сьогоднішні ЗМІ, безумовно опосередкована суб'єктивною думкою, вона є спрощеною і не спрямованою на пошук та аналітичне

мислення. У деяких випадках ця інформація може бути небезпечна, тому що людина приймає її готовою, не замислюючись ні над чим. Нам часто легше зануритися в потік інформації, ніж критично її сприймати.

Оскільки діти копіюють будь-яку поведінку своїх батьків, тому вважаємо, що вони, спостерігаючи за батьками, які безконтрольно переглядають програми ТБ, копіюють і цю копіювальну поведінку батьків. Перебуваючи під впливом яскравих образів, цікавих сюжетів, дитина вбирає всю інформацію, яка до неї надходить, некритично.

Розглянемо детальніше, як телебачення і ЗМІ взагалі можуть впливати на особистість дорослої людини і дитини.

ЗМІ сьогодні – це потужний чинник впливу на людей. За останнє десятиріччя було поведено безліч досліджень саме такого впливу в абсолютно різних сферах (друк, радіо, телебачення, реклама, інтернет). Окремо слід назвати дослідження таких сучасних вчених, як С.Г. Кара-Мурза, Д.В. Ольшанський, А.А. Зінов'єв, А.П. Назаретян, Г.В. Грачов, Г.С. Мельник, В.Г. Крисько, Г.Г. Почепцов та ін., а також дослідження вчених минулого століття – Ж. Тард, Г. Лебон, В.М. Бехтерєв, С. Московічі, Е. Канетті, Х. Ортега-і-Гассет, К. Ясперс, В. Райх, Г. Шиллер та ін. Незважаючи на те що проблема, на перший погляд, нібито активно вивчалася, у працях перелічених вище науковців нема єдиного підходу до розв'язання цієї проблеми, адже особливими рисами ЗМІ є публічність і неоднозначний, суперечливий характер самих ЗМІ, що стимулює нове зростання досліджень.

Однак mass media – все-таки засіб комунікації. І доросла та здорова людина не просто механічно опрацьовує отриману інформацію – вона відкидає непотрібну, індивідуально сортує її за ступенем важливості, сама встановлює черговість її сприйняття.

Таким чином, досвід спілкування із засобами масової інформації багато в чому обумовлює ті знання, які особистість отримуємо про світ. Річард



Харріс [173] назвав дане явище когнітивним підходом до ЗМІ, оскільки наголос робиться на тому, як люди формують уявлення про світ – по суті, якусь ментальну реальність, спираючись на свій досвід спілкування зі ЗМІ. Ця ментальна реальність стає потім основою всіх установок і моделей поведінки і має великий вплив на життя особи. Замість того, щоб більш-менш точно відображати якісь зовнішні події, телебачення перетворилося на реальність, з якою порівнюють навколишній світ. Досвід психологів-практиків показує, що для великої кількості пацієнтів світ, яким його бачать ЗМІ, став більш реальним, ніж саме життя.

Закономірним є питання: що робить масову комунікацію масовою? По-перше, аудиторія ЗМІ велика і анонімна, а часто – і дуже гетерогенна. Інформація може бути адресована окремим глядачам, слухачам, читачам або навіть групам людей, але точність адресування обмежена. По-друге, джерелами комунікації є певні інститути й організації, деякі, наприклад, телевізійні мережі, газетні концерни та телеграфні агентства, які володіють цими підприємствами, що знаходяться в числі найбільш великих і багатих приватних корпорацій. По-третє (і, можливо, цей пункт найбільш важливий), основна економічна функція більшості ЗМІ – залучати та утримувати максимально можливу аудиторію в інтересах рекламодавців.

У сучасній науці існує безліч теорій масових комунікацій, але, на нашу думку, найбільш вагомими є такі: 1. Теорія соціального навчання (Social learning theory); 2. Теорія культування (Cultivation theory); 3. Теорії соціалізації; 4. Теорія використання та задоволення (Uses and gratifications theory).

Але знову слід зазначити, що кожна з цих теорій має різні витoki, тобто не має єдиної парадигми, тому іноді дуже важко виявити єдину концепцію впливу ЗМІ на особистість.

Безсумнівним є те, що телебачення – частина повсякденності сучасної родини. Дуже важливо тут оцінити наслідки впливу телебачення на свідомість людини.

Безперечно, телебачення значно впливає на суспільство. Однак дорослі люди сприймають одне й те саме повідомлення по-різному і реагують на нього різним чином. Наприклад, після перегляду телевізійної програми з елементами насильства глядачі не підуть на вулицю і не почнуть завдавати один одному каліцтв, але така програма може підкріпити насильницькі тенденції, що вже існують у невеликій частини глядачів, і злегка притупити чутливість у багатьох інших. Деякі позитивні чи негативні аспекти телебачення здатні вплинути скоріше на тих, які відхиляються від норми, ніж на здорових дітей. Значна частина зусиль у дослідженнях цього типу спрямовується на виявлення інших змінних, які взаємодіють між собою та які посилюють або зменшують подібні ефекти. Проте той факт, що ці ефекти не є однаковими, не знижує їх значущості.

### **1.7. Характеристика впливу безконтрольного перегляду програм телебачення на дітей**

При визначенні наслідків впливу телебачення слід пам'ятати про сукупний (кумулятивний) ефект. Більшість повідомлень або образів, що з'являються на телебаченні, особистість щоденно бачить або чує десятки, якщо не сотні й тисячі разів. Хоча такий тривалий вплив важко імітувати в лабораторних умовах і проконтролювати в ході польових експериментів, але є методи, що дозволяють його дослідити. Дуже показовими у дисертаційному дослідженні є праці О. Ленга, присвячені оцінці реакцій людей на ЗМІ. Під час своїх наукових досліджень він виділив 4 типи наслідків [62]: 1) поведінкові наслідки, 2) настановні наслідки, 3) когнітивні наслідки, 4) фізіологічні наслідки.

Усі ці наслідки проявляються особливо на прикладі дітей, які безконтрольно дивляться телевізор протягом дня, нехтуючи іграми з однолітками, спілкуванням та виконанням шкільного домашнього завдання, завдання з підготовчих груп.

Загальновідомо, що одна й та сама інформація на одного індивіда може не здійснити ніякого впливу, а іншого змусити мало не кардинально змінити життя дитини. Подібне стає можливим у результаті як мінімум низки обставин, основна з яких пов'язана з особливістю сприйняття індивідом інформації, що отримується із зовнішнього світу. Як вже розглянуто раніше у роботі, адаптації подібного впливу інформації на психіку людини сприяє низка факторів, основні з яких: а) колективне несвідоме (філогенетичні схеми); б) генотип конкретної дитини; в) соціальне середовище, яке містить досить багато різних факторів; г) виховання дитини; д) соціальне оточення; е) інформація, що надійшла в підсвідомість дитини в процесі її життя.

Тобто, у несвідомому психіки індивіда формуються таким чином певні сталі механізми (патерни), а також архетипи, установки і т.ін. І дія на всі ці складові несвідомого психіки якраз і призводить до того, що певним чином подана інформація має сугестивний вплив (шляхом подолання Над-Я, цензури психіки, так званого бар'єру критичності на шляху нової інформації), а значить: такий індивід здатний на здійснення (реалізацію) установок маніпулятора (у ролі маніпулятора може виступити будь-хто, наприклад, гіпнотизер, або психіатр, або вчитель, або начальник, або дружина,).

Якщо розглядати засоби масової комунікації, виявляємо, що вони містять у собі досить розширений арсенал способів впливу на підсвідомість, з метою впровадження відповідних установок, закладення патернів поведінки. До засобів масової комунікації, як вже було підкреслено раніше, відносяться, крім ЗМІ, ще й кіно, театр, відеофільми і т.ін., тобто все, за допомогою чого можна впливати на масову аудиторію, що передається за допомогою яких-

небудь носіїв (наприклад, листівки або рекламні плакати теж відносимо до засобів масової комунікації).

Комунікація – це інформація, повідомлення. Засоби комунікації – способи передачі повідомлень на великі території. Масова комунікація означає залучення до подібного процесу мас. І вже якщо об'єднати це все, виявиться, що за силою свого впливу на психічну свідомість мас засобам масової комунікації віддають перевагу. Вони грають мало не першорядну роль саме у факторі залучення масової аудиторії, активного впливу на психіку. Причому важливими є особливості впливу інформації на психіку. Справа в тому, що будь-яка інформація, навіть якщо вона не отримала свій «відгук» у свідомості, відкладається в підсвідомість (у несвідоме психіки), а пізніше справляє свій вплив на свідомість.

Зупинимося на цьому детальніше. Отже, проаналізуємо, як відбувається процес впливу інформації зовні на індивіда або маси?

По-перше, інформацією (тим чи іншим її ступенем у факторі значущості) є будь-яке повідомлення, яке працює або проходить через індивіда.

По-друге, психіка через свідомість може оцінити тільки частину інформації, що надходить. Подібна інформація проходить через свідомість, і в її обробці (оцінкою) бере участь така структура психіки, як цензура. Цензура психіки стоїть на шляху інформації, яка з'являється в зоні сприйняття її індивідом, і є свого роду загороджувальним щитом, перерозподіляючи інформацію, що надходила з боку зовнішнього світу, між свідомим і несвідомим (підсвідомістю). Тобто саме цензура психіки є певним межею, що впливає на надходження тієї чи іншої інформації у свідомість або підсвідомість. Частина інформації в результаті роботи цензури психіки надходить у свідомість (вона пропускає інформацію у свідомість). А велику частину (яка з тих чи інших причин «забракована» на той момент в оцінці психікою інформації, що надходила) цензура психіки не пропускає, і така

інформація відкладається в підсвідомість. По-третє, слід зауважити, що інформація, яка переходить у підсвідомість (причому така інформація може перейти як у результаті того, що було забраковане її свідомістю, так і відразу, минаючи цензуру психіки), через якийсь час починає впливати на свідомість, а через свідомість вже на будь-які (на всі) думки індивіда, і наступним етапом у цьому процесі є поява відповідних бажань, а значить, і вчинків. Цей факт досить важливий, тому на нього необхідно звернути особливу увагу. Будь-яка інформація, що надходить у підсвідомість, з часом починає впливати на думки, вчинки, бажання, поведінку індивіда взагалі. Особливо яскраво це бачимо на прикладі дитини. Слід звернути увагу ще й на те, що в підсвідомості відкладається інформація, яка взагалі коли-небудь проходила повз дитину. І не важливо, пам'ятає вона її чи не пам'ятає (тобто, проходила така інформація через свідомість чи не проходила). Тут, на думку О. Ленга, діє єдине правило: будь-яка інформація, яка коли-небудь перебувала в зоні сприйняття індивіда (тобто інформація, яку він міг побачити чи почути, інформація, яка оцінюється психікою з залученням органів зору, слуху, нюху, дотику, навіть та інформація, якої немає, але яку індивід може тільки уявляти), неодмінно відкладається в підсвідомість, у несвідоме психіки, звідки і починає незабаром свій вплив на індивіда. При цьому подібна інформація може поєднатися з уже наявною в підсвідомості інформацією. Адже підсвідомість або несвідома частина психіки формується як протягом життя індивіда, так і впродовж існування взагалі попередніх поколінь (т.зв. колективне несвідоме). Така інформація поєднується з уже існуючою інформацією. Причому в кожному окремому випадку відбувається це завжди виключно індивідуально, тобто в кожного індивіда по-різному, але є і спільне: завжди інформація з підсвідомості згодом або переходить у свідомість, або, що більш ймовірно, починає несвідомо впливати на думки, бажання і вчинки індивіда. Це саме той випадок, коли індивід говорить про те, що скоїв той чи інший вчинок несвідомо. Якщо інформація не виявилася в

спектрі уваги свідомості, то це зовсім не означає, що вона не робить свого впливу на психіку такого індивіда. Ленг вважає, що у даному випадку взагалі не спостерігається будь-якого залежного зв'язку між тим, чи надійшла подібна інформація до свідомості, чи не надійшла. Все одно така інформація, вступивши у взаємодію з уже наявною у психіці індивіда інформацією, почне чинити свій вплив на поведінку подібного індивіда. Це необхідно неодмінно враховувати в прогнозуванні різного роду мотивації поведінки як дитини, так і дорослого. Тому, коли через психіку індивіда проходить будь-яка інформація, коли така інформація потрапляє в спектр дій його психіки, коли інформація проходить через дії різних органів чуття індивіда, - завжди слід говорити про те, що ця інформація спочатку залишає «відбиток» у психіці індивіда, а після починає чинити свій вплив на сприйняття таким індивідом життя.

І ось тут якраз дуже важливо виділити значну роль впливу засобів масової інформації на особистість людини, виділити те, як саме за допомогою подібного роду дії відбувається свого роду обробка психічної свідомості мас, обробка вже не одного окремого індивіда, а індивідів, об'єднаних у групи, у маси. І тому саме тут, у цьому випадку, необхідно пам'ятати, що якщо яка-небудь інформація надходить з боку (і з допомогою) засобів масової інформації (телебачення, кіно, глянцева журналістика та ін.), то така інформація неодмінно осідає в психіці дитини. Уже сам факт наявності подібної інформації говорить про те, що така інформація вже назавжди відкладалася в дитячій підсвідомості. І така інформація може чинити свій вплив на свідомість як одразу після взаємодії з дитиною, так і через багато років. Тобто фактор часу тут не грає ролі. Специфікою такого впливу інформації полягає в тому, що реакція індивіда може проявитися як одразу (як найчастіше і буває у дітей дошкільного віку), так і через десятиліття. Подібного роду інформація вже ніколи не йде з підсвідомості дитини. Вона може, у кращому випадку, лише бути відтіснена на другий план, тому що

пам'ять індивіда так влаштована, що вимагає постійного оновлення наявної (що зберігається) інформації, щоб запам'ятовувати нові об'єми інформації. При цьому дійсно не важливо, чи пройшла подібна інформація через свідомість, чи ні. Хоча якщо пройшла, то подібного роду вплив може посилюватися, якщо інформація, яка надходить, задіює емоційну складову психіки. Будь-які емоції, емоційна наповнюваність смислового навантаження, лише посилює сприйняття психікою індивіда подібного роду інформації. Така інформація, по-перше, впливає відразу на почуття дитини. А відомо, що якщо актуалізуються почуття, то цензура психіки вже не може чинити свій вплив у повній мірі, оскільки те, що стосується почуттів, емоцій, руйнує захист психіки, і така інформація взагалі відразу проходить у підсвідомість. Розрізняючи інформацію, яка надходить у підсвідомість через бар'єр психіки (цензуру), та інформацію, яка відразу надходить до підсвідомості, зауважимо, що, ймовірно, у першому випадку подібна інформація відкладається не дуже глибоко, а в другому – проникає далі. Але не вірно говорити, що в першому випадку інформація перейде в подальшому у свідомість швидше, ніж та інформація, яка до цього через свідомість (а отже, оцінку) не проходила. О. Ленг наголошує на тому, що на інформацію, що отримується з підсвідомості, впливає безліч різних чинників, і в тому числі архетипи. Тільки в разі задіяння того чи іншого архетипу, можливо, виведення інформації з підсвідомості – і переведення її до свідомого. А це вже означає, що така інформація буде робити свій вплив на поведінку дитини.

Якщо розглядати більш ретельно архетипи, то зауважимо, що під архетипами розуміється сформованість у підсвідомості певних образів, подальший вплив на які здатні викликати у психіці індивіда якісь позитивні асоціації, і через це впливати на інформацію, яка отримується індивідом «тут і зараз», тобто інформацію, яку оцінює індивід у даний час. Архетип формується через планомірне надходження будь-якої інформації (тобто за

допомогою надходження інформації протягом будь-якого часу), причому найчастіше формується у дитинстві (ранньому дитинстві) або юності. Взагалі слід звернути увагу на те, що значна частина інформації надходить у психіку індивіда в період раннього дитинства, дитинства або юності (у період юності вже у меншій мірі, хоча залежно від індивідуальної емпатії може в інших випадках і превалювати). За допомогою того чи іншого архетипу несвідоме здатне впливати на свідомість. Причому сам Юнг припускав, що архетипи вже закладені в природі людини від народження. Це положення має прямий взаємозв'язок із теорією К.Г. Юнга про колективне несвідоме. Крім того, оскільки архетипи, що знаходяться в несвідомому, є і самі несвідомими, то стає очевидним той факт, що їх вплив на свідомість не усвідомлюється, як не усвідомлюється, у більшості випадків, будь-яка форма впливу на свідомість інформації, ка зберігається в підсвідомості.

Уводячи поняття колективного несвідомого, К. Юнг писав: «...поверхневий шар несвідомого є у певній мірі особистісним. В літературі прийнято називати його особистісним несвідомим. Однак цей шар знаходиться на іншому, більш глибокому, який бере своє походження і що набуває вже не з особистого досвіду. Цей вроджений глибший шар і є так званим колективним несвідомим. Я вибрав термін «колективне», оскільки мова йде про несвідоме, що має не індивідуальну, а загальну природу. Це означає, що воно містить у собі, на противагу особистісній душі, зміст та образи поведінки, які ... є всюди і у всіх індивідів одними й тими ж. Іншими словами, колективне несвідоме ідентичне в усіх людей і утворює тим самим загальну підставу душевного життя кожного ...» [189].

Розглядаючи питання утворення архетипів та їх подальшого впливу на психіку індивіда, В.О. Медведєв, відштовхуючись від психоаналізу З. Фрейда (З. Фройд визнавав існування колективного несвідомого, називаючи його філогенетично схемами), наводить приклад залежності



психіки від існуючих у ній архетипів. Архетипів, сформованих також і в процесі життя такого індивіда.

Говорячи про архетипи, слід звернути увагу на те, що формування архетипів може тривати і протягом життя індивіда. При цьому роль підсвідомості надзвичайно важлива для оцінки взагалі всього життя індивіда. Так, засоби масової інформації відіграють важливу роль у закладанні в психіку індивіда патернів (патерни – стійкі формування у психіці, що впливають на поведінку індивіда протягом необмеженого часу (без терміну давності). Патерни – свого роду запрограмованість психіки на виконання будь-яких дій, які були сформовані саме патернами поведінки, тобто усталеними нормами в психіці поведінки. Слід зазначити, що підсвідомість все одно уловлює будь-яку інформацію, незалежно від того, чи аналізувалася вона свідомістю. Наприклад, будь-який індивід може не читати газети або не дивитися телевізор. Але це зовсім не означає, що в його підсвідомість не буде проникати інформація, що надходить через засоби масової інформації (ЗМІ).

Причому важливо відзначити ще як мінімум два факти:

1) інформація, яка надходитиме в підсвідомість, – поєднується, зміщується з уже наявною там інформацією;

2) інформація, яка знаходиться в підсвідомості, – не має терміну давності. А отже, може бути вилучена з підсвідомості і через рік, і через десять років, при наявності відповідного випадку. Причому такий випадок може трапитися, як тільки будуть задіяні ті чи інші патерни поведінки. Також виявлено закономірність у тому, що нова інформація може бути накладена на стару через те, що якимось чином нова інформація (ефект від неї, будь-яка емоційна її частина, або частина, що здалася більш значущою для індивіда саме на цей час) виявляється ідентичною тому ефекту, який раніше був характерний для інформації давньої, яку психіка помістила в підсвідомість з відповідною «позначкою». Тому коли виявляється, що раптом надходить точно така ж інформація, інформація з майже однаковою спрямованістю (у

тому числі і в інформативно-смісловому плані, і як безпосередній емоційний ефект, тобто, крім смислового навантаження, доповнюється ще й емоційною складовою, причому незалежно від характеру – позитивного чи негативного), то в цьому випадку нова інформація вступає у взаємодію з інформацією колишньою. Отже, за силою своєї дії подібне об'єднання неодмінно зробить свій вплив на свідомість, у результаті чого висновуємо про те, що таким чином думки, бажання і як результат – поведінка індивіда (його вчинки) будуть залежати в даному випадку якраз не від якоїсь внутрішньої спроможності чи неспроможності індивіда, а виключно від того, що впливало на підсвідомість індивіда раніше.

Крім усього іншого, необхідно звернути увагу, що саме дитяча психіка за силою впливу, який спрямовується на неї, знаходиться в значно беззахисному стані, ніж психіка дорослої людини. Дитина, що немає «фільтрів» до інформації, просто-таки вбирає будь-яку інформацію, яку вона отримує із зовнішнього середовища. А зовнішнє середовище вже так чи інакше (як вже було зазначено) формується в тому числі і ЗМІ. Тому дитина, збагачена таким чином певною інформацією, змушена несвідомо підлаштовувати своє життя під наявну в неї інформацію. І навіть незважаючи на те що вона сама не бажає що-небудь робити, вона буде це виконувати, тому що буде несвідомо копіювати модель соціальної поведінки в суспільстві, яку перейняла з телебачення.

Дослідження Д. Біглз-Руса, І. Гета, Р. Грінфілда, І. Д. Поспелової, Р. Харріс, А. Шарафа, І. Юта свідчать про суттєві зміни комунікативної та емоційної сфери «медіаактивних» дітей. Виявлено що вплив ЗМІ гальмує прояв емоцій у спілкуванні, а також призводить до браку індивідуального досвіду спілкування та порушення розвитку комунікативної сфери дитини, її товариськості, проникливості, толерантності, емпатії до інших людей, експресії та ін. Ці та інші дані вказують на суттєві перетворення психіки дитини, що відбувається під впливом

медіасередовища, при цьому важливими параметрами, що опосередковують цей вплив є: ступінь активності взаємодії дитини з медіапростором, її обмеженість у часі та наявність контролю з боку дорослих.

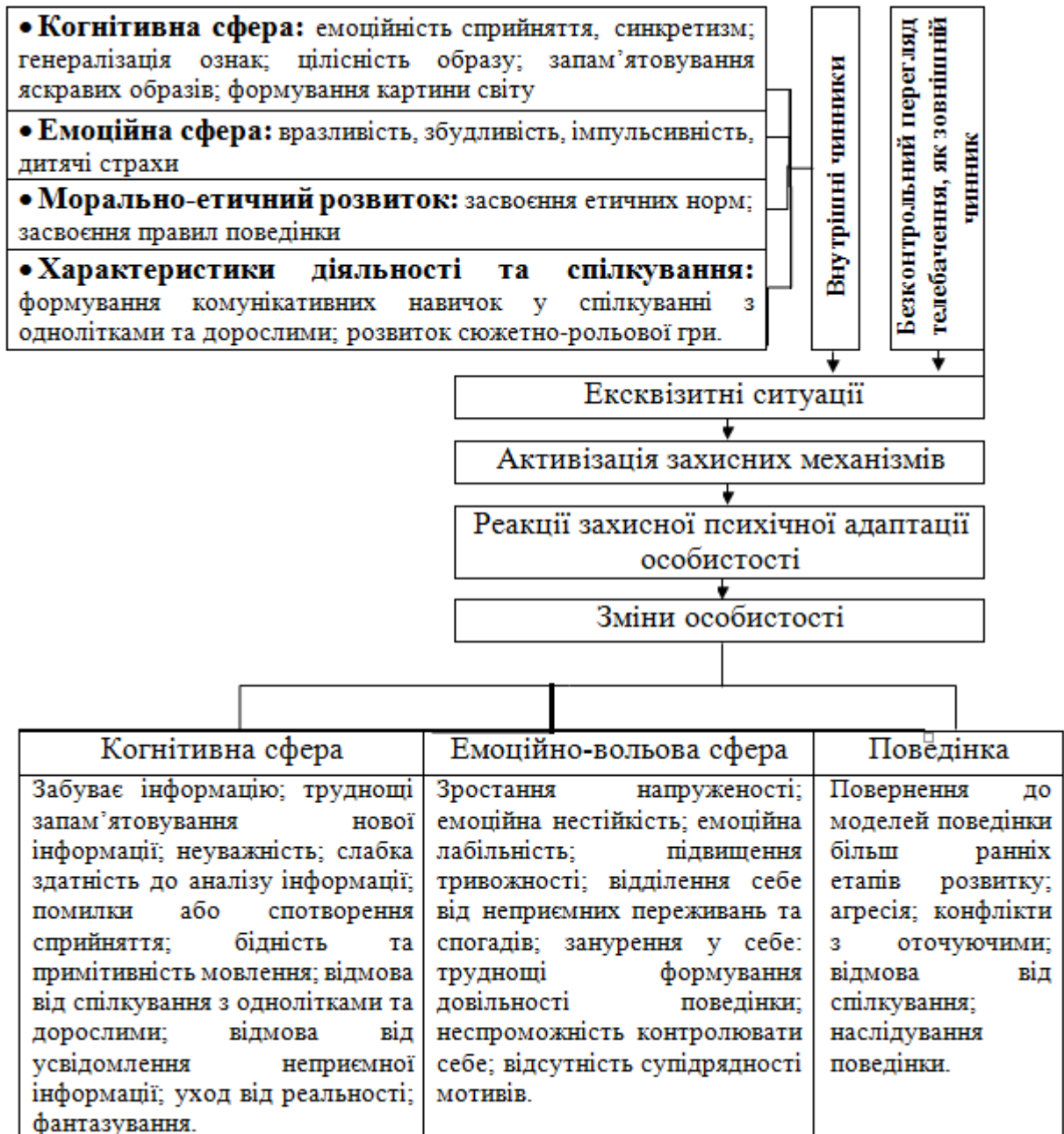


Рис.1.2. Теоретична модель проявів та розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку в умовах безконтрольного перегляду телевізійних програм.

Систематизація представлених наукових даних дозволила сконструювати теоретичну модель проявів та розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку, що ураховує сукупність діючих чинників, внутрішніх та зовнішніх (в даному дослідженні розглядається один з таких чинників – безконтрольний перегляд телевізійних програм), психологічні механізми та наслідки цього процесу (рис.1.2).

Відповідно наведеній моделі розвиток захисних механізмів особистості дитини дошкільного віку розглядається як цілісний процес, в якому особливу роль грає комплекс внутрішніх та зовнішніх умов, що виступають психологічними чинниками, дослідження яких дозволяє здійснювати цілеспрямований вплив і сприяти гармонізації особистісного розвитку дитини.

## **Висновки до розділу 1**

Проаналізовані наукові джерела з проблеми дослідження захисних механізмів дозволила розглянути різні підходи до їх вивчення та систематизувати дані про копінг-стратегії поведінки особистості, а також зробити наступні висновки:

1. Термін «психологічний захист» широко використовується у віковій та педагогічній психології при відсутності їх чіткої класифікації і узагальненого погляду на кількість захисних механізмів. захисні механізмами психіки – це схеми психічних дій, які призводять до того чи іншого ступеня і форми адаптованості особистості, вирішення фруструючих ситуацій. Захисні механізми виникають у фруструючих ситуаціях, закріплюються у психіці при повторенні схожих ситуацій, актуалізуються в них і забезпечують адаптацію особистості. Процес їх використання названо захисно-адаптивним або просто захисним процесом. Найголовніше завдання психологічного захисту –

усунення психологічного дискомфорту тільки в межах актуальної ситуації, а не реальне її вирішення.

2. Змістовні та оцінні характеристики механізмів психологічного захисту, причини його походження і функціонально-цільові особливості визначені неоднозначно і неоднорідно, залежно від парадигм сфери наукового знання, в яких розглядається сутність проблеми. Аналіз стану проблеми дослідження захисних механізмів у сучасній психологічній науці показав, що на їх виникнення сприяє ситуація, що є серйозним випробуванням для особистості, яка певною мірою перевищує її внутрішні ресурси, виходить за рамки її актуального розвитку. Ексквізитна ситуація (як ситуація неможливості) являє собою констеляцію об'єктивних та суб'єктивних (особистісних) факторів. Психологічний захист визначається при цьому не об'єктивною подією як такою, а суб'єктивною значущістю цієї події для людини.

Подальший аналіз наукових джерел з проблеми дослідження впливу безконтрольного перегляду телебачення на захисні механізми особистості, дозволив провести дослідження у таких напрямках: 1) аналіз змісту поняття «копінг-стратегії»; 2) вплив засобів масової інформації на розвиток захисних механізмів психіки та копінг-стратегій особистості дитини.

3. Аналізуючи зміст, природу та особливості прояву копінг-стратегій було виділено наступні напрями інтерпретації цього явища: неопсихоаналітичний, особистісний та динамічного. Психологічний захист характеризується відмовою індивіда від конструктивного вирішення проблеми, а способи подолання передбачають необхідність проявляти продуктивну активність, прагнення впоратися з труднощами. Але предметом дослідження феномену подолання є вивчення механізмів емоційної та раціональної регуляції людиною своєї поведінки.

4. Копінг-стратегій – це індивідуальний спосіб виходу людини зі скрутної ситуації відповідно до її значимості в житті людини і до

особистісно-середовищних ресурсів, які багато в чому визначають поведінку людини.

5. Засобами сучасних технологій глядачі «вводяться» в події ефіру, що змінює акценти і їх «вагу», стирає межу між істиною, дійсністю і вигадкою. Дитина, яка підростає і розвивається при безконтрольному перегляді програм телебачення засвоює вже спотворені способи життя, штучні образи телеіндустрії.

6. Громадянська ідентифікація пов'язана з духовною та природною символічною функцією свідомості. Результатом смислового вибору суб'єкта відповідно до засвоєних символів є породження в нього вибірковості запозичення існуючих взірців поведінки, запропонованих соціумом. Рівень неякісного ефіру більшості каналів сучасного телебачення не виховують духовних та моральних цінностей. Здебільшого дитина засвоює історію, традиції чужого народу, а не власного, що сприяє поступовій втраті національних коренів.

7. На основі теоретичних та практичних досліджень, складено теоретичну модель проявів та розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку в умовах безконтрольного перегляду телебачення на базі. Ця схема охоплює два рівні чинників активації ексквізитної ситуацій, що в свою чергу, включає дію та розвиток захисних механізмів особистості. У подальшому це перешкоджає ефективній адаптації дитини та призводить до дисгармонійного розвитку особистості дошкільника.

8. На даний час в Україні досі немає потужних науково-дослідних інститутів у системі масових комунікацій (крім технічних), які спеціально займалися б вивченням впливу засобів масової інформації на різні групи реципієнтів, ступеня та глибини змін у свідомості й підсвідомості людей, які є постійними користувачами телебачення. Деякі дослідні підрозділи такого роду нечисленні й розкидані по різних освітніх навчальних закладах.

Основні положення цього розділу розглянуто у таких публікаціях:

1. Варнава У.В. Теоретико-методологічний аналіз основних підходів у дослідженні захисних механізмів психіки / У.В. Варнава // Вісник Одеського національного університету. – 2009. - Вип. 6. – Т.14. – С. 4-9.
2. Варнава У.В. Прикладные аспекты формирования незрелых защитных механизмов / Варнава У.В.: матеріали міжнародно-практичній конференції [«Сучасні проблеми і шляхи їх вирішення в науці, транспорті, виробництві та освіті '2007»], (Одеса, 15-25 грудня)/ Науково-дослідницький проектно-конструкторський інститут морського флоту України Одеського національного морського університету. - Одеса, 2007. – Том 17. – С.51-52.
3. Варнава У. В. Актуальні аспекти сучасного стану проблеми дослідження захисних механізмів / У. В. Варнава : матеріали Міжнар. науково-практ. конф. [«Современные направления теоретических и прикладных исследований '2013»], (Одесса, 19-30 марта 2013 г.) / Одесский национальный морской университет. – Т. 20. – Одеса: КУПРИЕНКО, 2013. – С. 65-69.

**РОЗДІЛ 2.**

**ПРОГРАМА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ  
ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ ПСИХІКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ  
(ПІД ВПЛИВОМ БЕЗКОНТРОЛЬНОГО ПЕРЕГЛЯДУ ПРОГРАМ  
ТЕЛЕБАЧЕННЯ) ТА РЕЗУЛЬТАТИ ЙОГО  
КОНСТАТУЮЧОГО ЕТАПУ**

У відповідності до представленої теоретичної моделі на підготовчому етапі визначено загальну логіку емпіричного дослідження, методика та умови його проведення, а також обрано основну вибірку. Аналіз психодіагностичного інструментарію виявив певний дефіцит методик, спрямованих на вивчення механізмів психологічного захисту у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

Емпіричне дослідження розвитку захисних механізмів психіки дітей дошкільного віку (під впливом безконтрольного перегляду програм телебачення) дозволила отримати та проаналізувати результати констатуючого етапу, які наведені у главі.

**2.1. Організація, методика та етапи емпіричного дослідження захисних механізмів**

Метою цього етапу нашої роботи є емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку захисних механізмів у дітей дошкільного віку під впливом безконтрольного перегляду програм телебачення, вплив безконтрольного перегляду телебачення на розвиток захисних механізмів особистості дитини, когнітивні та поведінкові особливості, що несуть інформацію про психологічну сутність явища та індивідуально-психологічні особливості його проявів. Конкретно дослідницький інтерес зосереджений на якісних показниках феномена.



Програма емпіричного дослідження передбачала проведення спочатку: спостережень за дітьми в навчальній, ігровій та спільній з дорослими діяльності; бесід з дітьми, батьками та вихователями груп; анкетування одного з батьків для отримання детальної інформації про час, який займає перегляд телевізійних програм дитиною, супутні цьому умови, особливості сімейного виховання тощо.

Викладена мета даного етапу дослідження вимагає розв'язання наступних завдань:

1. На основі аналізу психологічних досліджень визначено характер зв'язку розвитку захисних механізмів з безконтрольним переглядом програм телебачення дітьми дошкільного віку.
2. Розробити програму психодіагностичного дослідження для виявлення психологічних особливостей розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку.
3. На основі теоретичного аналізу та результатів психодіагностичного дослідження дати психологічну характеристику розвитку захисних механізмів психіки у дітей дошкільного віку під впливом безконтрольного перегляду телебачення.

Ми виходимо з того, що особистість є синтезом характеристик індивіда в унікальну структуру (Г.С.Костюк), яка визначається і змінюється, взаємодіючи із середовищем. Ми приймаємо підхід, за яким особистість характеризується як особлива якість, що набувається індивідом у сукупності суспільних за своєю природою відносин (О.М.Леонт'єв) і характеризує його в аспекті спілкування з іншими людьми (М.І.Лісіна), зв'язків з іншими індивідами (О.В.Петровський).

Емпіричне дослідження містять три етапи: підготовчий, діагностичний, аналітико-інтерпретаційний.

Підготовчий етап полягав у розробці послідовності та організації проведення психологічного експерименту, визначенні кола обстежуваних, створенні системи методів дослідження, підборі психодіагностичних методик, які є адекватними меті та завданням дослідження.

При формуванні вибірки враховувалися вимоги до нормативності, а також її репрезентативності.

Дослідження проводилось протягом 6 років, з 2005 по 2011 рік, на базі одеських дошкільних навчальних закладів «Ясла-садок» №88 та № 274 комбінованого типу Одеської міської ради Одеської області. У дослідженні брали участь 611 дітей старшої групи віком від 5 до 6 років. Протягом шести років обстежувались не тільки діти, а також їхні батьки. Треба зазначити, що не всі батьки були згодні пройти запропоноване тестування. Кількість реципієнтів- батьків – 430 осіб. Більшість інформантів – це мами – 336 осіб, а також 194 батьки.

Серед методів дослідження нами використовувалися: спостереження, бесіда, опитування, анкетування, тестування, методи математичної статистики. Комплекс психодіагностичних методик було визначено необхідністю вивчення копінг-стратегій дітей дошкільного та молодшого шкільного віку як психологічного феномена і властивості особистості, а також необхідністю діагностики широкого спектру властивостей особистості, гіпотетично пов'язаних з розвитком неефективних захисних механізмів психіки у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Відбір методик здійснювався згідно з вимогами до психодіагностичного інструментарію, що використовується в науковому дослідженні [149].

На другому, діагностичному, етапі були послідовно проведені всі визначені емпіричні процедури. Дотримання цієї вимоги дозволяє отримати адекватні і цілісні уявлення про зв'язки досліджуваного феномена.

Зміст останнього, аналітико-інтерпретаційного етапу склали обробка й аналіз отриманих даних із застосуванням методів математичної статистики в

рамках кількісного (кореляційного і факторного) та якісного аналізу з подальшою інтерпретацією результатів.

Вся процедура дослідження психіки дітей та їх батьків поетапно повторювалась кожного навчального року в старших групах ДНЗ № 88 та № 274.

За результатами спостережень за дітьми протягом дня, анкетування батьків та бесідами з вихователями груп, всі діти були розподілені на дві підвибірки за ознакою часу перегляду дитиною програм телепередач протягом доби та наявністю контролю цього часу та змісту ефіру, що доступний дитині, з боку дорослих:

1. Перша група. До неї увійшли 364 дитини, які безконтрольно переглядають телепередачі (мультфільми, рекламу, фільми та серіали нічного та денного ефіру разом з батьками). Більшість медіа матеріалу, що доступний дитині призначено дорослому споживачеві. Час, який дитини проводить у перегляді програм телепередач встановлює від 3 годин у загальному плані, і більше. Дити самостійно визначають час бажаного перегляду телебачення.

2. Друга група. У контрольну групу входило 347 дітей, які переглядають телепередачі рідко та вибірково, а більшу частину часу проводять за дитячими іграми, займаються розвиваючою діяльністю (малювання, ліплення, конструювання, виконують домашні завдання з підготовчої школи), на прогулянках. Батьки цієї групи контролюють ефір, який доступний дитині, всі фільми, передачі та мультфільми відповідають віковим обмеженням.

Достовірність даного розподілу дітей на 2 групи дослідження за результатами анкетування була підтверджена кольорових тестом відношень (КТВ).

## 2.2 Психодіагностичний інструментарій, дослідження психологічних особливостей розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку

Аналіз психодіагностичної літератури виявив ситуацію певного дефіциту психологічного інструментарію, адекватного завданням даного дослідження.

### Етапи дослідження:

1. Знайомство з дітьми, бесіди з вихователями груп;
2. Спостереження за дітьми протягом дня;
3. Бесіда з батьками, анкетування одного з батьків;
4. Аналіз результатів анкетування батьків;
5. Тестування за тестом кольорових тест відношень (КТВ);
6. Визначення першої групи дослідження;
7. Визначення другої групи дослідження;
8. Психодіагностика дітей за групах у такій послідовності:
  - а) дослідження когнітивного розвитку;
  - б) дослідження емоційних особливостей;
  - в) дослідження сфери спілкування;
  - г) дослідження дитячих поведінкових реакцій за І.М. Нікольською та Р.М. Грановською;
9. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів діагностики когнітивних процесів, виявлення дитячих поведінкових реакцій за І.М. Нікольською та Р.М. Грановською;
10. Діагностика одного (або обох) з батьків: когнітивних процесів (оперативна пам'ять, прогресивні матриці Равена, тест Люшера, прості аналогії, таблиці Шульте);
11. Аналіз та обробка отриманих результатів діагностики батьків;
12. Порівняння виявлених поведінкових реакцій дітей та їх батьків;
13. Математична обробка отриманих результатів дослідження;

14. Розробка корекційної програми для дошкільників, що безконтрольно дивляться телевізор.
15. Оцінка ефективності проведеної програми.
16. Підведення підсумків (висновки)

Розглянемо детальніше обрані методи дослідження.

Після аналізу результатів анкетування було зроблено попередній розподіл дітей на дві підвибірки за ознакою часу перегляду дитиною програм телепередач протягом доби та наявністю контролю цього часу та змісту ефіру, що доступний дитині, з боку дорослих.

Колірний тест відносин [103] призначений для вивчення емоційних компонентів ставлення людини до значущих для неї людей і відображає як свідомий, так і частково неусвідомлюваний рівні цих стосунків.

Теоретичною основою КТВ є концепція відносин В.М. М'ясищева, ідеї Б.Г. Ананьєва про образну природу психічних структур будь-якого рівня складності та позиція О. М. Леонтєва щодо чуттєвих тканин смислових утворень особистості. Відповідно до цих теоретичних положень відносини особистості, що регулюють процеси спілкування та діяльності, мають чуттєву, наочно – образну психічну природу. Тому саме взаємини чуттєвої складової відносин з їх вербальними компонентами визначають ступінь і якість їх усвідомлення людиною. Зокрема, розбіжність між чуттєвими і вербальними компонентами відносин визначає неадекватне усвідомлення цих відносин, характерне для прояву конфліктів, різних порушень емоційно-афективної сфери.

Методичною основою КТВ є кольороасоціативний експеримент, процедура якого була розроблена авторами тесту Е. Ф. Бажином, А. М. Еткіндом [106].

Стимульний матеріал – набір восьми кольірних карток методики М. Люшера. Техніка проведення дослідження використана відповідно до інструкції [105].

Проведення КТВ охоплює важливі деталі процедури. Важливо їх розглянути, за причиною специфіки та складності дослідження дітей дошкільного віку. У процедурі діагностики спочатку психолог у контакті з обстежуваними складає список осіб, а також список понять, що мають для останнього значення. Форма списку залежить від цілей дослідження особистості обстежуваного і його життєвого шляху (зразок форми протоколу КТВ додається в додатку Б). Наприклад, для дітей: моя мати, батько, брат, сестра, дідусь, бабуся або інші особи, з якими живе або спілкується дитина, моя вчителька, мій друг, мій настрій удома, мій настрій у школі (дитячому садку) тощо. У випадку нашого дослідження було зроблено акцент на припущення, що всі іграшки для дитини є одухотвореними предметами. Вважаємо, що саме телевізор, як засіб для проведення вільного часу та заміни гри для дитини дошкільного віку, наповнюється в її уяві «душею». Він має певні ознаки «живого»: звук, постійна зміна зображення, наявність сюжету в телеефірі тощо. Тому в нашому дослідженні було виявлено саме ставлення дитини до телевізора, як до «друга» дитини.

Потім перед обстежуваним на білому фоні у довільному порядку розкладають стимули восьмикольорного тесту М. Люшера. Інструкція: "Перед Вами вісім кольорів. Вам необхідно підібрати з даних кольорів один колір, який найбільш підходить конкретній людині (чи поняттю)". При цьому необхідно мати на увазі, що на відміну від тесту М. Люшера, вибраний кожного разу колір не вилучається, а може повторюватися. У разі виникнення питань психолог роз'яснює, що кольори повинні підбиратися відповідно до характеру людей, а не за їх зовнішнім виглядом (наприклад, улюблений колір одягу). Номери вибору заносяться до протоколу (додаток Б).

КТВ має два варіанти проведення, які ґрунтуються на різних способах вилучення колірних асоціацій. У короткому варіанті КТВ обстежуваному потрібно підібрати до кожної з осіб (понять) який-небудь один відповідний колір. У повному варіанті обстежуваний ранжує всі вісім кольорів у порядку їх відповідності поняттю, від "того, що найбільш підходить", до того, що є "найбільш несхожим". Короткий варіант КТВ призначений для завдань експрес-діагностики, повний варіант – для більш глибокого обстеження та для дослідницьких цілей. У дослідженні було поставлено завдання саме довести значущість телевізора як важливого об'єкта взаємодії для дитини і тим самим виявити правильність або помилковість зарахування дитини до одної з двох підвибіркових груп.

Далі, після завершення асоціативної процедури, кольори ранжуються безпосередньо самим піддослідним – розкладання відповідно до переваг. Інструкція: "Перед Вами ті ж вісім кольорів. Який з них Вам здається найкрасивішим, приємним для очей". На цьому етапі кольори після вибору вилучаються, а їх номери записуються в протокол (графі 3 протоколу, додаток Б). Надалі проводиться обробка та інтерпретація результатів, що ґрунтується на двох основних процедурах.

По-перше, проводиться зіставлення кольорів, що асоціюються з певним поняттям, з їх місцем (рангом) у розташуванні згідно із зіставленням (графі 2 і 3 протоколу, додаток Б). У тих випадках, коли з деякою особою або поняттям асоціюється колір, що займає перші місця в розкладання відповідно до переваг, то до даної особи або поняття обстежуваний ставиться позитивно, емоційно приймає його, задоволений відповідним ставленням. І, навпаки, якщо з особою асоціюється колір, що займає останні місця в розкладанні відповідно до переваг, це означає, що обстежуваний ставиться негативно, емоційно його відкидає.

Формальним показником цього в короткому варіанті КТВ є ранг кольору, що асоціюється в розкладанні відповідно до переваг з даним поняттям. По суті ця цифра може змінюватися від 1 до 8.

У повному варіанті відповідний показник може бути розраховано як коефіцієнт рангової кореляції Спірмена між асоціативним розкладанням та розкладанням відповідно до переваг.

По-друге, проводиться інтерпретація емоційно-особистісного значення кожної колірної асоціації, на основі чого може бути складено подання про змістовні особливості ставлення (графа 4 протоколу, додаток Б). Кожен колір з КТВ володіє власним певним емоційно-особистісним значенням.

Для нашого дослідження цікавим є аналіз колірного самовизначення (колір, з яким асоціює себе сама особа) дітей (за деякими даними ці тенденції характерні і для дорослих) [29]. Тут була виявлена своєрідна тенденція, суть якої полягає в тому, що чим меншим є ранг певного кольору в розкладанні, тим вищою є впевненість дитини в собі, її самоповазі.

Збіг кольорів, з яким обстежуваний асоціює сам себе і одного з батьків (значущих інших), свідчить про наявність сильного зв'язку з останнім, значущості процесу ідентифікації. Саме це зауваження є показником наявності міцного зв'язку дитини з телевізором.

Таким чином, застосування методик М. Люшера і колірного тесту відносин, що базуються на використанні колірної символіки, у комплексі з іншими методиками, і надав можливість у данному дослідженні за короткий проміжок часу проводити та інтерпретувати тест. А також не залежно від віку, освіти, інтелектуального рівня тих, хто бере участь у тестуванні, вирішувати комплекс завдань дослідження емоційних станів та їх взаємозв'язків з низкою особистісних проявів (самооцінка, міжособистісне сприйняття, здатність до емпатії тощо).



Саме цей тест допоможе нам підтвердити або виявити помилковість зарахування дітей до одної з підвибіркових груп після аналізу анкетних даних.

Розглянемо інший блок методик, які є проєктивними і які допомогли нам виявити суттєві факти та наслідки впливу безконтрольного перегляду програм телебачення на дитину дошкільного віку.

Згідно з даними вітчизняних і зарубіжних психологів [8, 9, 12, 26, 45, 52], діти зазвичай виражають себе більш природно через дію, ніж за допомогою слів. Тому малюнок – це чудовий метод вивчення світу дитини. Малюнкові тести прості в користуванні, не викликають побоювань і можуть застосовуватися там, де інші техніки обмежені такими чинниками, як мовний і культурний бар'єри, труднощі при спілкуванні. Використання малюнкових тестів для виявлення особистісних особливостей дитини ґрунтується на принципі проєкції, тобто на винесенні назовні своїх переживань, уявлень, прагнень і т.ін. Малюючи той чи інший об'єкт, дитина мимоволі, а іноді й свідомо передає своє ставлення до нього. У малюнках дитина не забуде намалювати те, що здається їй найбільш важливим і значущим, і тому, що вона вважає другорядним, буде приділено значно менше уваги. Якщо якась тема її особливо хвилює, то при її зображенні будуть виявлені ознаки тривоги дитини. Малюнок – це завжди якесь повідомлення, зашифроване в образах. Саме тому для вивчення особливостей особистості дитини були обрані малюнкові тести, а саме:

1. Малюнок сім'ї (МлС) [8] – цей тест використовується для виявлення характеру сімейних взаємин і того, як сама дитина відчуває себе в сім'ї і яку роль вона собі відводить;

2. Гарний малюнок (ГМл) [12] – цей тест спрямований на визначення емоційних особливостей дитини, через гарний малюнок простежується характер світосприйняття;

3. Неіснуюча тварина (НТ) [32] – тест допомагає більш детально розглянути внутрішній світ дитини, Я-образ, настрої, схильності дитини, виявити можливі проблеми у взаєминах дитини з навколишнім світом.

Як показує досвід, застосування цього набору тестів дає можливість виявити низку різних психологічних особливостей: рівень розумового розвитку, оцінку затримки психічного розвитку, тривогу і страхи, депресію і погіршення настрою, труднощі у спілкуванні, агресивність і ворожість, конфліктність, труднощі у родинних стосунках та інші важливі ознаки. Тобто у процес малювання залучені всі свідомі і несвідомі аспекти, а також процеси глибокого рівня [12]. Проективні методики характеризуються глобальним підходом до оцінки особистості [1].

Також у дітей були виявлені дитячі поведінкові реакції за методикою І.М. Нікольської та Р.М. Грановської – опитувальник копінг-стратегій дітей молодшого шкільного віку (додаток А). Оскільки нами проводилось дослідження дітей старшої групи дитячого дошкільного закладу, то було обрано варіант відповідної адаптації методики для дітей дошкільного віку, яка містить малюнки-ілюстрації до кожної поведінкової реакції.

Для дослідження когнітивного розвитку дітей нами була використана «Експрес-діагностика в дитячому садку» за Н.М. Павловою та Л.Г. Руденко. Обраний комплекс експрес-діагностики поєднує в собі класичні методики, які дозволяють нам виявити рівень інтелектуального розвитку, продуктивність, особливості особистісної сфери і містить у собі такі методики:

*I. Діагностика особистісної сфери*

1. Субтест «Драбинка» – діагностика самооцінки дитини;

*II. Загальна усвідомленість*

2. Субтест «Нісенітниця» – виявлення знань дитини про навколишній світ, здатність емоційно відгукуватися на безглуздість малюнка;
3. Субтест «Пори року» – виявлення рівня сформованості уявлень про пори року;

### *III. Розвиток психічних процесів*

4. Субтест «Знайди такий самий малюнок» – виявлення здатності встановлення тотожності, схожості та відмінності предметів на основі зорового аналізу, рівня розвитку спостережливості, стійкості уваги, цілеспрямованості сприйняття;
5. Субтест «10 предметів» – дослідження пам'яті – аналіз обсягу безпосередньої образної пам'яті у дитини;
6. Субтест «Знайди «сім'ю»» – дослідження мислення – виявлення рівня розвитку наочно-образного мислення, елементів логічного мислення, вміння групувати предмети за їх функціональним призначенням;
7. Субтест «Рибка» – дослідження мислення – визначення рівня розвитку наочно-образного мислення, організації діяльності, вміння діяти за зразком, аналізувати простір;
8. Субтест «Малюнок людини» (МЛ) – виявлення сформованості образних і просторових уявлень у дитини, рівня розвитку її тонкої моторики, отримання загального уявлення про інтелект дитини взагалі;
9. Субтест «Послідовні картинки» – дослідження мови, мислення – виявлення здібності дитини зрозуміти сюжет у цілому, вміння встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, що лежать в основі зображеної ситуації, складати послідовну розповідь;
10. Субтест «Розрізнені картинки» (4 частини) – дослідження сприйняття – виявлення рівня розвитку сприйняття, вміння відтворювати цілісний образ предмета;

11. Субтест «На що це схоже?» – дослідження уяви – виявлення рівня розвитку уяви дитини, оригінальності й гнучкості мислення.

Даний комплекс експрес-діагностики містить методики, що максимально задовільнює цілям діагностики.

Також з найбільш ефективних діагностичних комплексів також виділяємо наступні:

1) Методики діагностики дітей дошкільного віку за редакцією Л.М. Лебедевої.

Цей блок містить різностороннє дослідження особистості дитини і його когнітивної сфери. Розглянемо тести для визначення рівня розвитку дітей дошкільного віку, що входять до визначеного діагностичного комплексу: 1) Методика для з'ясування пасивного словникового запасу. 2) Методика Рене Жіля. 3) Визначення Я-концепції у дітей 5-6 років. 4) Усвідомленість дитиною ставлення до нього близьких людей. 5) Тест Дитячий сад – малюнкова методика. 6) Тест Казка. 7) Тест Малюнок людини. 8) Тест Зробимо разом (Методика призначена для виявлення та оцінювання рівня розвитку моральної спрямованості особистості дитини, яка проявляється у взаємодії з однолітками. ) 9) Тест Малюнок неіснуючого тварини. 10) Тест Малюнок сім'ї. 11) Тест Гілфорда (модифікований) на вивчення творчого мислення. 12) Тест на самооцінку (для дітей). 13) Тест Роршаха. 14) Колірний тест відносин.

Визначений блок методик за Л.М. Лебедевою дозволяють виявити у дитини рівень розвитку найважливіших пізнавальних процесів: зорового, слухового сприйняття, різних видів пам'яті і уваги, образного мислення, психічного темпу. Однак, даний комплекс частинно повторює «Експрес-діагностика в дитячому садку» за Н.М. Павловою та Л.Г. Руденко і містить методики, які не відповідають поставленим завданням.

2) Н.Я. Семаго, М.М. Семаго розробили діагностичний блок, який використовується для оцінки розвитку пізнавальної діяльності дитини дошкільного та молодшого шкільного віку. Діагностичні матеріали були апробовані на дітях з різними варіантами відхилення у розвитку (дизонтогенезі). Діагностичний альбом містить як класичні розробки, так і авторські методики, які використовуються при поглибленій психологічній діагностики дітей. Запропонована в технології послідовність використання матеріалів є оптимальною і в цілому відображає послідовність проведення психологічного обстеження дитини. Містить наступні блоки: 1) дослідження особливостей пам'яті, уваги і працездатності; 2) дослідження особливостей зорового сприйняття (зоровий гнозис); 3) дослідження невербального і вербально-логічного мислення; 4) дослідження сформованості просторових уявлень; 5) розуміння складних логіко-граматичних мовних конструкцій. Даний перелік не охоплює важливий для дисертаційного дослідження блок діагностики особистості дитини дошкільного віку. Висновуємо, що даний психодіагностичний блок не надає достатньо інформації про особистість обстежуваних дітей.

### **2.3. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження захисних механізмів дітей дошкільного віку**

Одним з найважливіших завдань нашого дослідження є дослідження різних видів наслідків у структурі формування особистості дитини дошкільного віку, виявлення зв'язків виявлених наслідків безконтрольного перегляду програм телебачення з іншими властивостями особистості.

У дослідженні в основі було використано роботи О. Ленга [68], присвячених оцінці реакцій особистості на ЗМІ. Учений виділив 4 типи наслідків: 1) поведінкові наслідки; 2) настановні наслідки; 3) когнітивні наслідки; 4) фізіологічні наслідки.

Найбільш показовими для нас вважаються поведінкові, фізіологічні та когнітивні наслідки, які проявляються у дітей дошкільного віку дуже яскраво. Саме ці наслідки було продіагностовано за зазначеним планом експериментально-психологічного дослідження.

Протягом шести навчальних років (з 2005 по 2011) проводилось дослідження дітей старшої групи Одеських дошкільних навчальних закладів «Ясла-садок» № 88 та № 274 комбінованого типу Одеської міської ради Одеської області. У ньому взяли участь 611 дітей віком від 5 до 7 років та 330 батьків цих дітей.

Як вже було зазначено, що важливим у роботі є дослідження когнітивних, фізичних та поведінкових наслідків. Для цього було досліджено когнітивну, поведінкову та емоційну сферу особистості дитини, а також особливості її здоров'я.

По-перше, у результаті проведеного анкетування батьків дітей, які брали участь у дослідженні, та бесіди ними всі діти було розділено на дві підвибірки. Для достовірності цього розподілу нами була проведена діагностика однієї з обстежуваних груп (30 дітей) за тестом КТВ. Результати тестування, а саме ставлення дитини до ТБ, були порівняні з результатами анкетування.

Слід зазначити, що було проведено діагностику в повному варіанті, коли обстежуваний здійснює ранжування всіх восьми кольорів в порядку їх відповідності поняттям: від такого, що "найбільш підходить", до такого, що є "найменш схожим, невідповідним". Саме повний варіант даного тесту допоможе нам більш глибоко обстежити дітей-дошкільнят відповідно до зазначених цілей. У дослідженні було поставлено завдання довести вагомість впливу телебачення як значущого об'єкта взаємодії з дитиною і тим самим виявити правильність або помилковість зарахування дитини до одної з груп. Але даний тест містить більше можливостей, що допоможе нам також

визначити місце телебачення як об'єкта емоційного ставлення дитини та співвіднести з одним із шістьох розповсюджених соціальних стереотипів.

У табл. 2.1. наведено дані, отримані від обстежуваної групи з 30 дітей, батьки яких заповнили анкети, і за її результатами діти були зараховані до одної з груп.

Таблиця 2.1.

Зведені дані за результатами психологічного тестування за колірним тестом відносин розробленого д.психол.н. Б.Ю. Максименко. n=30

№ п\п	Кл, що Ас з ТВ	Бажані Кл	Коеф Сп.	Помітка про ДСЗН
1.	3,1,6,2,8,4,5,7	3,6,1,2,8,5,7	-095*	НЗН
2.	7,5,6,2,8,4,8,1	7,6,5,2,3,4,1,8	-399*	НЗН
3.	4,1,5,2,3,6,8,7	4,1,3,2,5,6,8,7	91*	ЗН
4.	8,1,7,5,6,2,3,4	7,1,5,6,2,8,3,4	31*	НЗН
5.	3,1,2,6,7,4,5,7	3,1,2,6,5,4,8,7	786*	ЗН
6.	3,1,2,7,5,8,7,6	3,1,2,7,8,5,7,6	619*	НЗН
7.	4,3,1,5,2,6,7,8	3,1,4,5,2,6,7,8	833*	ЗН
8.	5,6,7,2,1,3,4,8	2,1,8,3,5,6,4,7	262*	НЗН
9.	6,4,8,2,1,3,7,5	6,4,8,2,1,3,7,5	99*	ЗН
10.	3,1,2,5,7,4,6,8	3,1,5,2,7,4,6,8	786*	ЗН
11.	1,3,5,8,2,7,4,6	1,3,6,2,7,8,4,5	238*	НЗН
12.	3,6,2,4,1,5,8,7	2,1,5,4,3,8,7,6	89*	ЗН
13.	3,1,2,7,5,8,7,6	3,1,2,7,8,5,7,6	619*	НЗН
14.	2,8,1,3,5,4,6,7	8,3,2,1,5,6,4,7	119*	НЗН
15.	8,1,7,5,6,2,3,4	7,1,5,6,2,8,3,4	31*	НЗН
16.	1,4,2,8,6,5,3,7	1,2,7,6,3,5,8,4	095*	НЗН
17.	3,4,5,6,2,1,7,8	4,3,5,2,1,6,8,7	452*	НЗН
18.	3,1,5,7,8,2,1,4	4,1,5,8,2,7,3,6	315*	НЗН
19.	3,4,5,6,2,1,7,8	4,3,5,2,1,6,8,7	452*	НЗН

Продовж. табл. 3.1.				
20.	7,6,5,8,2,3,4,1	7,6,5,8,2,1,4,3	786*	Зн
21.	3,6,2,4,1,5,8,7	2,1,5,4,3,8,7,6	89*	Зн
22.	3,1,2,6,5,4,8,7	2,5,1,3,6,4,8,7	667*	НЗн
23.	8,5,7,6,3,2,1,4	8,1,5,7,3,2,1,4	792*	Зн
24.	5,2,8,4,1,7,3,6	2,5,8,1,4,7,3,6	571*	НЗн
25.	2,8,1,3,5,4,6,7	8,3,2,1,5,6,4,7	119*	НЗн
26.	7,5,3,6,8,1,2,4	8,1,7,5,6,2,3,4	262*	НЗн
27.	5,8,1,3,7,2,4,6	5,1,8,6,3,2,4,5	554*	НЗн
28.	3,4,5,6,2,1,7,8	4,3,5,2,1,6,8,7	452*	НЗн
29.	4,6,7,2,1,5,8,3	4,6,7,1,2,8,5,3	952*	Зн
30.	3,1,2,7,5,8,7,6	3,1,2,7,8,5,7,6	619*	НЗн

Примітка: Тут і надалі по всьому тексту, у всіх таблицях: 1) нулі і коми у стовпці коефіцієнту Спірмена опущені; 2) \* – при  $p \leq 0,05$ ; 3) Позначення показників: Кл – колір; Ас з ТВ – асоціюється з телевізором; Зн – значущій; НЗн – не значущій; ДСЗн – досягнення статистичної значущості; Коеф Сп. – Коефіцієнт Спірмена.

У випадку, коли статистична значущість не доведена, було отримано значну відмінність між вибором бажаних дитиною кольорів і «кольорів телевізора». Тобто діти з незначущою статистичною кореляцією відносимо до контрольної групи, де діти не проявляють значних емоцій до телевізора і не відносять телевізор до важливих об'єктів взаємодії. Тобто для цієї вибірки телевізор не є емоційно значущим об'єктом.

Проте у випадках, коли виявлена статистична значущість між двома виборами дитини, можна віднести їх до першої групи у результаті виявлення значних емоційних компонентів ставлення дитини до значущого для нього об'єкта, а саме телевізора. Таких дітей виявлено 10.



За результатами аналізу батьківських анкет з представленої групи 30 чоловік відносимо 12 дітей до першої групи. Діти цієї групи безконтрольно дивляться телевізор. Порівнюючи попередні дані з результатами тесту КТВ підтверджуємо, що саме ці діти проявляють велику емоційну значущість щодо програм ТБ, відмінності між бажаними кольорами таких дітей та кольорами, що «більш за все підходять до телевізора», не значна. Було виявлено майже повний збіг розподілу дітей, що безконтрольно переглядають телепередачі, за анкетами та за результатами КМВ.

Проте дітей, у яких відмінності між бажаними кольорами та «кольорами телевізора» за отриманими значеннями розрахованого коефіцієнта Спірмена достовірні на рівні  $p \leq 0,005$ , тобто відмінність між цими показниками значна, відносимо до контрольної групи. Цей результат повністю збігається з результатом аналізу батьківських анкет.

Висновуємо, що результати, які були отримані з анкет, здебільшого співпадають з результатами колірної тесту емоційного ставлення дитини до телевізора. Вважаємо, що результати анкетування, за якими було проведено розподіл дітей на першу та другу групу є достовірним у всіх випадках.

Однак враховуючи, що кожен колір з КТВ володіє власним певним емоційно-особистісним значенням, цікаві результати дає аналіз колірної самовизначення у дітей. Тут була виявлена певна тенденція: більшість дітей, 7 з 10, обирають першим кольором жовтий або червоний. Обидва кольори є ознаками активності, енергійності, напруженості та іноді неврівноваженості.

Високий збіг кольорів, з яким обстежуваний асоціює сам себе і телевізор (значущий об'єкт) серед дітей першої групи, свідчить про наявність сильного зв'язку зі значущістю процесу ідентифікації образів, що дитина найчастіше бачить. Саме цей факт наголошує на тому, що дитина постійно шукає образи, які вона вважає взірцем, і намагається максимально підлаштовуватися та копіювати цей взірець для забезпечення комфорту свого внутрішнього «Я».

Усі діти, які за результатами аналізу опитувальника для батьків, безконтрольно багато часу присвячують перегляду телепередач, були зараховані до першої групи. Усього було виявлено 264 таких особи, серед яких 170 хлопчиків та 194 дівчинки. Діти, які вдома дуже мало часу проводять перед телевізором і доступний для них ефір має вікові та цензурні обмеження, були зараховані до контрольної групи. Усього їх було виявлено 347 осіб, серед яких 184 дівчинки та 163 хлопчики.

Якщо порівняти кількість дітей, які безконтрольно проводять час перед телевізором, та кількість дітей, які мають певні обмеження на перегляд телепередач, то виявлено певну тенденцію у сім'ях сучасного суспільства. Традиції сучасної родини більш зорієнтовані на проведення сімейного дозвілля, по-перше, біля телевізора, по-друге, надання дитині повної свободи вибору програм ТБ, які не піддаються з боку батьків критичному аналізу.

Дані нашого анкетування батьків підтверджують дані вітчизняних психологів [45] про те, що сучасні дошкільнята проводять час перед телевізором у середньому по 4 години на день. За всі шкільні роки молоді люди проводять біля екрана телевізора ні багато, ні мало – майже 15 тис. годин. За цей час дитина, яка безконтрольно переглядає телепередачі, бачить у середньому трохи менше 13 тис. випадків насильницької смерті [9]. Накопичуючи агресивність телегероїв, діти повторюють те, що вони бачать на екрані. Було встановлено, що існує причинно-наслідковий зв'язок між телевізійними сценами насильства і спалахами агресивності у дітей [2]. Спостерігаючи за дитиною, яка захоплена телепередачею, батькам здається, що ніщо не зможе відірвати її від екрану. Природно, що для дорослих дуже зручно, коли малюк спокійно сидить, не заважає робити справи батькам, дитина бігає і не шумить. Також за результатами анкетування виявлено: деякі батьки бояться вимкнути телевізор, щоб дитина не образилася, не затіяла

істерики і необвинувачувала батьків у несправедливості. Тобто для дошкільника телевізор служить «нянею», поки мати робить домашні справи.

За даними анкет, діти, які безконтрольно сидять біля екрана, проводять 3 години і більше за переглядом різних телепередач, іноді поряд з батьками, іноді сидячи окремо. У той час, як діти контрольної групи проводять перед телевізором від однієї до двох годин, іноді навіть менше.

Питання, яке висвітлює зміст ефіру, доступного дитині, здебільшого містить відповіді, що «дитина дивиться мультфільми на DVD та по телевізору». Всі діти першої групи дивляться такі дитячі канали, як: Nickelodeon, Disney Cinemagic, Бібігон тощо. Дуже часто сидять поруч з батьками під час перегляду випуску новин, серіалів, ток-шоу, фільмів різного змісту (як зазначають батьки: ті, які є в ефірі). Діти контрольної групи дивляться тільки мультфільми та фільми для дітей, зняті ще за часів Радянського Союзу, рідко нові мультфільми, що вийшли у прокат за останні 10 років, а також пізнавальні передачі про тварин і такі, що мають спеціальні помітки «для дітей».

Анкета також містила запитання щодо кількості часу, яку самі батьки віддають перегляду програм телебачення. Згідно з даними анкетування всі респонденти були розподілені на 2 групи за показником часу, який витрачається на перегляд програм телебачення протягом доби: ті, які витрачають на перегляд ТБ від 1 до 2 годин на день – 189 батьків, і ті, які витрачають на перегляд ТБ від 3 до 5 годин на день – 141 респондент.

При подальшому аналізі також враховувалось те, яким телепередачам віддають перевагу батьки. За критерієм кількості годин перегляду телебачення середній вік батьків, що відносяться до 1 групи, становив 25 років, а середній вік батьків 2 групи склав 35 років. Щодо змісту, то більшість батьків віддають перевагу пізнавальним передачам та фільмам. І тільки 138 батьків зазначили, що віддають перевагу розважальним програмам, таким як ток-шоу та реаліті-шоу.

У першому та другому розділі вже було описано специфіку становлення дитячої системи захисту, тепер слід більш ретельно розглянути стратегії, за допомогою яких діти можуть впоратися з труднощами та дискомфортом у повсякденності, тобто розглянемо копінг-стратегії, які використовують діти для того, щоб подолати відчуття дискомфорту. Типи захисної поведінки можуть виявлятися переважно в поведінковій, емоційній і пізнавальній (інтелектуальній) сферах функціонування особи [2]. З поведінковими стратегіями пов'язані зміни самої діяльності або зміни її форми. Це може бути звернення до якої-небудь діяльності, що конкретно вирішує проблему, або діяльності, що заміщує складну ситуацію. Серед них виділяють:

- активна співпраця й участь у вирішенні ситуації (копінг-стратегії: помирився з другом, батьками);
- переключення на пошук підтримки, для того щоб бути вислуханим, отримати розуміння і підтримку (копінг-стратегії: говорю з ким-небудь);
- відволікаюче задоволення якихось власних бажань (копінг-стратегії: пішов кататися на велосипеді, пішов грати у що-небудь);
- вихід з поля ситуації, що травмує, самотність і спокій (копінг-стратегії: залишаюся сам по собі, один).

Крім того, при цьому у дослідженні виявляються різні види заміщуючих реакцій, — наприклад, «плачу», «кричу», «божеволію» або ж навпаки, «прагну розслабитися, залишатися спокійним».

Стратегії емоційного контролю виявляються у вигляді різних неадекватних оцінках ситуацій, що призводять до переживань, роздратування, протесту, сліз, злості або до підкресленого оптимізму як упевненості в подоланні важкої ситуації. Іноді мають місце страждання у зв'язку з покладанням провини на себе, самозвинуваченням, а іноді, навпаки, повна відмова від емоційно активної реакції і перехід до пасивної співучасті,

коли вся відповідальність за наслідки знімається з себе і покладається на когось (тут починає виявлятися захист за типом проекції).

У пізнавальній (інтелектуальній) сфері здійснюються різні способи роботи з інформацією. При цьому використовуються такі варіанти того, із чим особистість намагається упоратися:

- Відвернення або переключення думок на інших, на важливіші теми для роздумів, ніж неприємна ситуація (це може привести до контролю уваги, що забезпечує захист за типом заперечення, — ігнорування неприємної ситуації);
- Нехтування неприємною ситуацією, навіть жартування над нею (подібне знецінення обернеться частково запереченням, а частково — раціоналізацією);
- Пошук додаткової інформації: розпитування, обдумування. Це дозволяє включити дану подію в розширений контекст, що міняє його вплив, який травмує;
- Аналіз не тільки самої ситуації, але і її наслідків (таке уявне опрацювання ситуації веде до її переоцінки при раціоналізації);
- Відносність в оцінках, що досягається при порівнянні з іншими людьми, які знаходяться в гіршому стані, саме це полегшує сприйняття події (так реалізується рух до раціоналізації за типом «солодкий лимон»: «Мені зовсім не так погано, як їм»);
- Надання нового значення і сенсу неприємній ситуації, наприклад, ставлення до неї як до перевірки сили характеру і стійкості духу. При цьому має місце зростання самоповаги і глибше усвідомлення власної цінності як особи (підготовка до раціоналізації за типом «кислий виноград»: «Зате я сильний і стійкий»).

Для того щоб давати відповідь на запитання, які стратегії характерні для дітей, використано адаптований Н.А. Сиротою і В.М. Ялтонським питальника копінг-стратегій для дітей шкільного віку [6], дещо спрощеного

під редакцією І.М. Нікольської та Р.М. Грановської [4], який був адаптований нами для дітей від 6-ти років з урахуванням вікових особливостей. Цей питальник містить перелік 26 стратегій, які діти використовують, коли в їх житті трапляються неприємні події, виникають напруження і неспокій. У нашому випадку процедура дослідження була індивідуальною і полягала в наступному:

1. Психолог пропонував дітям подумати про те, що вони роблять, коли відчувають внутрішнє напруження і неспокій. Пояснювалося, що зазвичай це буває, коли трапляється якась неприємна подія.
2. Демонструвалися картинки з різними типами поведінки дітей, пояснювався їх зміст.
3. Після цього дітей просили вказати на картинках ті види поведінки, які вони використовують, щоб зняти напруження і неспокій.
4. Після закінчення цієї роботи дітям нагадувався знову зміст поведінки дітей на картинках і просили виділити ті з них, які дійсно допомагають хоч трохи заспокоїтися.
5. Далі дітям пропонували своїми словами описати, що вони ще роблять у такій напруженій, тривожній і неприємній ситуації. У тих випадках, коли дитина не знала, як їй відповісти, психолог ставив навідні питання типу: «Можливо, ти іноді робиш це?» або «Хоч трохи тобі це допомагає?».

Розглянемо обрану нами ключову стратегію: «Дивлюся телевізор». Для сучасної дитини дивитися телевізор — означає найпростіший і доступніший спосіб відвернутися від проблем. Тим більше, що деякі дорослі самі штовхають дитину до телевізора, щоб не заважав і не набридав. Інші, навпаки, не дозволяють дивитися телевізор, особливо коли на екрані просто щось мелькає, щось кольорове та без смислового навантаження. Проте для дитини того, що на екрані щось рухається під звуки ритмічної музики, буває достатньо, щоб на якийсь час забути, не думати про неприємну ситуацію і

розслабитися. Іноді для більш глибокої картини психолог розмовляв з дітьми про рекламу або запропоновувалось її розіграти. Здивує те, наскільки детальні і глибокі знання дітей у цьому питанні були виявлені. Телепередачі при цьому виступають не тільки як ефективний відволікаючий чинник. Герої фільмів і телепередач — це ті «моделі», на які досліджені діти-респонденти хочуть бути схожими або не схожими, чії якості або образи в цілому приміряють і потім переносять на себе або, навпаки, відкидають (захист за типом імітації або ідентифікації).

Уміння співвіднести себе з героєм мультфільму — дуже важливий етап в розвитку самосвідомості дитини. З одного боку, коли дитина співчуває і співпереживає персонажеві мультфільму, це народжує в її душі різні нові відчуття: співчуття, справедливість, бажання бути добрим і мужнім, покарати кривдника, упевненість, що і ти можеш отримати перемогу і бути щасливим. З іншого боку, порівняння — це одна з тих логічних операцій, яка лежить в основі розвитку мислення дитини. Здійснюючи порівняння себе з персонажами мультфільмів, дитина нерідко приходиться до усвідомленого висновку про те, у чому він їх перевершує і до чого йому ще треба прагнути. І це — важливий крок для подальшого використання інтелектуальних стратегій для подолання неприємних ситуацій.

У ситуації, коли дитина щиро співпереживає своїм героям, вона проходить разом з ними всі зміни сюжету, обурюючись, радіючи та страждаючи з героями, дитина може навіть пережити катарсис — стан внутрішньої емоційної розрядки, очищення своєї душі, неусвідомлюваної переоцінки всієї своєї системи цінностей. Тому, зазвичай, співпереживання є можливим у тих випадках, коли у фільмах присутні персонажі, максимально схожі з самою дитиною і його друзями (діти і тварини). Що відбудеться в результаті під впливом телепередач — безпосередньо залежить від зусиль дорослих і розуміння ними того, яких фільмів і героїв потребують діти [4].

У процесі дослідження нами було виявлено соціально не схвалювані стратегії, які є домінуючими у виборах дітей першої групи. Для того щоб зняти напруження і розслабитися, дитиною використовуються соціально не схвалювані стратегії: «кусаю нігті», «волаю і кричу», «божеволю», «б'ю, ламаю і кидаю». Ефект від їх застосування, мабуть, настає за рахунок заміщаючої активації експресивної поведінки і емоційної розрядки. Наприклад, у число стратегій з середньою мірою ефективності у дослідженнях Грабовської Р.М. та Нікольської І.М. потрапила така, на перший погляд, непопулярна і найрідкісніша за використанням, як «кусаю нігті» [4]. Цей факт вони пояснюють тим, що в структурі звичайної поведінки дитини вельми поширені такі елементарні стереотипні поведінкові акти, спрямовані на власне тіло, як смоктання пальця, розгойдування, обкушування нігтів, висмикування волосся і т.п. [8]. За даними різних авторів (А. Фройд, Ю.С. Шевченко, Г.Л. Бардієр, І.М. Нікольська, А.І. Захаров), від 6 до 83% дітей мають ці звички, що відображають природні фази психофізичного і, зокрема, сексуального розвитку. Існують і варіанти обкушування нігтів: звичка гризти олівці, ручки, інші тверді предмети, кусати власне волосся або скрипіти зубами. Якщо така поведінка не виходить за рамки адаптаційних проявів, то їх прийнято розглядати як вираз захисних механізмів, що забезпечують заспокоєння і які полегшують засипання. Діти неохоче говорили про те, що вони «кусають нігті». Зрозуміло, що дитині соромно зізнатися в тому, що вона вже доросла, але це робить (настанови батьків та інших дорослих). Перераховуючи ситуації, в яких виникає бажання гризти нігті, діти назвали такі: «Дивилася страшний фільм і від страху гризла нігті», «Коли тато відлітав у відрядження, боялася, що він розіб'ється».

Стратегія «божеволю»: найкраще її зміст відображає стан дитини під час афекту. Афект виникає у зв'язку з різкою зміною важливих для людини життєвих обставин і супроводжується вираженими психічними, руховими



проявами і змінами у функціях внутрішніх органів. Дитина плаче, дряпається, кусається, падає на підлогу, починає задихатися або заходжується від крику. Типовим для дітей є афект неадекватності — гостре емоційне переживання, що виникає в тих випадках, коли домагання дітей, обумовлені їх звичною самооцінкою, терплять невдачу. Це — своєрідна захисна реакція, що допомагає дитині захистити себе від небажаних подій дійсності і якось зберегти задовільне ставлення до себе. Як правило, дитина не віддає собі звіту у повній мірі в тому, що вона чинить, перебуваючи в стані афекту, а потім частково або повністю забуває ці події. Саме тому така поведінка допомагає їй частково або повністю позбутися неприємних переживань.

Інші копінг-стратегії, використання яких не схвалюється суспільством, за І.М. Нікольською і Р.М. Грановською, потрапивши до низки малоефективних, у нашому дослідженні були визначені як ефективні. До них відноситься стратегія «б'ю, ламаю, кидаю», «борюся, б'юся». Діти розуміють, що це начебто погано, це — ознака невихованості, але використовують цю стратегію часто. Саме стратегії «борюся, б'юся», «б'ю, ламаю і кидаю» дозволяють дітям відреагувати на свій гнів і роздратування за допомогою і фізичної, і вербальної агресії.

Загалом, люди різного віку — не тільки дорослі, але і діти — знають про існування найрізноманітніших засобів, які можуть допомогти їм впоратися з тривогою, хвилюванням, роздратуванням і напруженням. Хтось «переминається на місці і тре руку об руку»; хтось найкраще заспокоюється, коли йде дощ, і тому він дивиться у вікно на мокрі дерева; комусь треба закритися у ванній кімнаті або туалеті чи просто посидіти, полежати, посварити себе, а краще пограти.

Результати дослідження:

У нашому дослідженні захисних механізмів та копінг-стратегій у дітей була виявлена така закономірність: діти, які не мають контролю з боку

батьків щодо перегляду телепрограм, у більшості вибирають соціально не схвалювані стратегії поведінки.

Досліджено 364 дитини, які, за опитуванням батьків, родичів та вихователів, безконтрольно дивляться телевізор. Дітей просили вказати на картинках ті види поведінки, які вони використовують, щоб зняти напруження і неспокій. Результати дослідження такі:

На першому місці стоїть стратегія «Дивлюсь телевізор», її обрали з 364 дітей 346, що становить 95%.

Стратегію «Волаю, кричу» обрало 160 дітей – 44%.

«Обіймаю, притискую до себе когось близького, улюблену річ або гладжу тварину (собаку, кішку та ін.)» – 124 дитини – 34%.

«Борюся, б'юся» – 160 дітей – 44%.

«Б'ю, ламаю, кидаю» – 102 дитини – 28%.

«Божеволію» – 73 дитини – 20%.

«Кусаю нігті» 62 дитини – 17%.

«Граю у що-небудь» – 167 дітей – 46%.

«Прошу вибачення, говорю правду» – 29 дітей – 8%.

«Малюю» – 55 дітей – 15%.

З обраних дітьми копінгів (їх обрано 10 варіантів) 5 поведкових стратегій є соціально не схвалюваними.

Безумовно, такі копінг-стратегії потребують особливої психологічної корекції. Кількість вибирань за результатами: соціально не схвалюваних стратегій у виборі дітей першої групи значно більше, ніж інших. У той час, як аналіз І.М. Нікольської та Р.М. Грановської показав, що особливо ефективними виявилися дванадцять стратегій (наводимо їх у порядку зменшення міри ефективності): 1. «Сплю»; 2. «Малюю, пишу, читаю»; 3. «Прошу вибачення, говорю правду»; 4. «Обіймаю, притискую, гладжу»; 5. «Гуляю, бігаю, катаюся на велосипеді»; 6. «Прагну розслабитися, залишатися спокійним»; 7. «Гуляю навколо будинку або вулицею»; 8. «Дивлюся

телевізор, слухаю музику»; 9. «Граю у що-небудь»; 10. «Залишаюся сам по собі, наодинці»; 11. «Мрію, уявляю собі що-небудь»; 12. «Молюся». [4]

Таким чином, порівняльний аналіз вказує на безперечний негативний вплив на дитину безконтрольного перегляду телебачення.

Як вже було зазначено, з проєктивних методик було обрано такі методики, які допомогли ретельно вивчити особистість кожної дитини: малюнок сім'ї, гарний малюнок, неіснуюча тварина, малюнок людини. Цей блок проєктивних методик спрямовано на виявлення характеру сімейних взаємин у родині обстежуваних дітей, їх ролі у сім'ї, емоційних особливостей дошкільниць, їх характер світосприйняття, Я-образ, настроїв, схильності дитини, взаєминах з навколишнім світом, дослідити особливості емоційної та розумової зрілості дитини, її тривоги, агресії, комунікативності та інших рис.

Проаналізуємо ретельніше малюнки дітей за тестом «МЛ».

Коротка характеристика вікових особливостей малюнка людини відображає деяку загальну тенденцію як першої, так і другої групи, від якої можливі значні індивідуальні відхилення, що пояснюються індивідуальним досвідом дітей, рівнем їхніх художніх здібностей і багатьма іншими причинами. Випадки випереджаючого розвитку образотворчої діяльності можуть бути пов'язані як з прискоренням загального розумового розвитку, так і зі спеціальним навчанням або спеціальними художніми здібностями. Тому в дві підвибірки не входили діти, які відвідують художні студії. Відставання від вікових норм часто свідчить про те, що є ті чи інші порушення в загальному розумовому розвитку. Для оцінки ступеня відставання у розвитку дослідження у цьому напрямку спирається на такі орієнтири як перелічені особливості рисунків дітей, що описані далі.

Головоногих людей, які зустрічаються, за правилами інтерпретації розглядаємо як показник порушень у розвитку образотворчої функції,

починаючи з чотирьох років. Приблизно до чотирьох років дитина переходить до малювання примітивної схеми, що містить, крім голови, рук і ніг, зображення тулуба людини. Вона складена з окремих частин; ноги розташовуються з боків тулуба, руки зазвичай починаються від його середини.

На шостому році життя дитина опановує уявлення про вертикалі і горизонталі; якщо раніше вона часто малювала людину в похилому положенні, немов падаючу, то тепер вона починає малювати його строго вертикально. Подальший розвиток малюнка людини полягає в переході до зображення товщини рук і ніг. П'ятирічна дитина малює кінцівки подвійними лініями. Руки, як і раніше, зображуються від середини тулуба; другорядні деталі зазвичай відсутні або вони нечисленні.

До шести років дитина часто малює руки людини від верхньої частини тулуба. З'являються різні другорядні деталі: пальці, волосся, брови, вії.

Для шестирічного віку нормальним є деталізоване схематичне зображення, що містить всі або більшість з найбільш важливих другорядних деталей. До останніх відносяться: шия, пальці, ступні, волосся чи шапка, брови, одяг.

Кількісна оцінка рівня виконання тесту «МЛ» отримана на основі одночасного обліку як способу зображення, так і низки наявних основних та другорядних деталей.

За кожен з основних деталей ставиться 2 бали. До основних деталей відносяться голова, тулуб, очі, рот, ніс, руки, ноги; парні деталі оцінюються в 2 бали незалежно від того, чи зображені вони обидві чи тільки одна. 1 бал ставиться за кожен з наступних другорядних деталей: вуха, волосся (або шапка), брови, шия, пальці, одяг, ступні (взуття). За правильну кількість пальців (по 5 на кожній руці) додають ще 1 бал.

За пластичний спосіб зображення – 8 додаткових балів; за проміжний (при наявності хоча б окремих пластичних елементів) – 4 бали; якщо спосіб

зображення схематичний, причому руки і ноги зображені подвійними лініями, то ставиться 2 додаткових бали. За схематичне зображення, в якому руки або ноги зображені однією лінією або відсутні, додаткових балів немає.

Для дітей, які стали об'єктами дослідження і вік яких складає 5-6 років, норма показників розумового розвитку – 14-22 бали [12].

Малюнки дітей контрольної групи насичені різноманітними деталями, більш акуратні й чіткі, проглядається в деяких малюнках плавність ліній. Кількісна оцінка результатів у контрольній групі: від 16 до 25 балів, що в цілому вище, ніж в першій, де результати коливаються від 10 до 21 бала. Тобто, чим більше деталей містить людина на зображенні, тим більшу кількість балів малюнок набирає і тим більш психологічний вік дитини відповідає біологічному.

Всі показники, які було виявлено у дітей обох підвбірок представимо графічно у вигляді співвідношення результатів оцінки розумового розвитку дітей обох груп.



Рисунок 2.1. Порівняльні показники наявності деталей у тесті «МЛ»

Як яскраво демонструє графічне порівняння показників (рис. 2.1) наявності деталей у дитячих малюнках, висновуємо, що діти, які мають постійний контроль ефіру та віддають більшу частину вільного часу грі, мають більше деталей у малюнку людини, ніж діти, які вільний час проводять перед телевізором та не мають контролю над часом перегляду та ефіром. Тобто, констатуємо меншу відповідність психологічного віку дитини, яка безконтрольно дивиться програми телебачення, її біологічному. Цьому причиною є більш гармонійний розвиток дітей, які у вільний час грають у будь-які дитячі ігри, а не знаходяться у статичному стані пасивного спостереження сюжетів доступного дитині ефіру.

За допомогою методів математичної статистики нами були оброблені показники тестування дітей першої та другої групи за ознакою відповідності психологічного та біологічному віку дитини, з метою визначення достовірності нашого припущення про наявність прямої залежності між безконтрольним переглядом програм ТБ і не відповідністю психологічного віку дитини біологічному.

Для цього було розраховано такі величини: середнє арифметичне, середнє квадратичне відхилення, коефіцієнт варіації та критерій Ст'юдента, критерій  $\phi^*$  – кутового перетворення Фішера (критерій Фішера).

Середнє арифметичне, у нашому випадку, – показник центральної тенденції в кожній підвибірці. Допоможе нам виявити середнє значення відповідності психологічного біологічному віку дитини в кожній групі.

Середнє квадратичне відхилення називають також стандартним відхиленням величини  $x$ . Саме даний показник допоможе нам виявити наскільки стабільним є показник відповідності психологічного віку дитини біологічному. Чим менше середнє квадратичне відхилення, тим стабільніше є показник відповідності психологічного віку дитини біологічному в обраній групі дітей.

Коефіцієнт варіації – це відношення стандартного відхилення до середнього арифметичного, виражене у відсотках. Коефіцієнт варіації – це показник відносної мінливості змінної, який показує нам наскільки мінливим є показник відхилення відповідності психологічного віку дитини біологічному в досліджуваних групах.

Критерій Ст'юдента спрямований на оцінку відмінностей величин середніх  $\bar{X}$  і  $\bar{Y}$  двох вибірок  $X$  і  $Y$ , які розподілені за нормальним розподілом.

Результати розрахунку обраних математичних методів наведені в табл. 2.2.

Таблиця 2.2.

Розрахунок Сапб, Скв, КВ та Кр Ст за показником відповідності психологічного віку дитини біологічному

Група	Сапб	Скв	КВ	Кр Ст
ПГ	17,3	5,31	31	2,04*
ДГ	20,5	2,13	10	

Примітка: 1) Коефіцієнт варіації надано у відсотках; 2) Позначення показників: ПГ – перша група, ДГ – друга група, Сапб – середнє арифметичне по балам, Скв – Середнє квадратичне відхилення, КВ – коефіцієнт варіації, Кр Ст – критерій Ст'юдента.

Середній бал ДГ – 20,5, ПГ – нижче – 17,3 бали. Це говорить про те, що діти другої групи мають більшу відповідність психологічного віку біологічному, ніж у дітей першої групи. Але згадаємо, що для дітей, вік яких складає 5-6 років, норма показників розумового розвитку – 14-22 бали [12]. Середній показник балів для дітей обох груп входить у рамки норми.

Порівняння відповідності психологічного віку біологічному у дітей другій групи в середньому на 3,2 бала вище, ніж в першій групі. Це дозволяє нам зробити висновок про те, що показник відповідності психологічного та біологічному віку дітей другої групи є більш стабільною величиною, ніж в першій групі.

Також, в першій групі діапазон результатів більший, ніж у другій, коефіцієнт варіації більше 20% – це велике коливання результатів, група неоднорідна.

Критерій Ст'юдента становить  $t_{\text{емп.}} = 2,04$ , що вище критичного значення з таблиці розподілу Ст'юдента, який становить для  $p < 0,05$   $t_{\text{кр.}} = 1,978$ . Це доводить, що групи істотно відрізняються за дослідженою ознакою на рівні 0,05, отже, наше припущення про те, що безконтрольний перегляд програм ТБ впливає на загальний розвиток дитини. Діти, які безконтрольно проводять час перед телевізором, обмежені у своїй пізнавальній діяльності і відстають у розумовому розвитку від дітей, які велику частину часу проводять в іграх і дивляться телевізор вибірково.

Більш детальні розрахунки критерію Ст'юдента викладено у додатку Д.

Аналізуючи малюнки дітей першої групи, було звернуто увагу на те, що всі малюнки відрізняються грубою асиметрією, сильним зміщенням його вправо або вліво від центру аркуша або ж відхиленням малюнка від вертикалі, особливо сильне спотворення форми і пропорції, промахи, при яких лінії не потрапляють у потрібну точку, розпад цілісного образу. Разом з тим, загальний рівень малюнка у більшості дітей відповідає віку. Всі ці особливості малюнків вказують на затримку психічного розвитку.

Якщо аналізувати малюнки дітей за ознаками прояву емоційних особливостей, то треба знов звернутися до загальної характеристики норми та відхилення у малюнках дитини.



Емоційні проблеми і загальний психологічний стан дитини відображаються, насамперед, у формальних показниках малюнка. До них належать особливості, відносно незалежні від змісту зображення. Це: сила тиску на олівець, своєрідність лінії, розмір малюнка, їх розміщення на аркуші, ступінь ретельності і деталізованості зображень, наявність штрихування і т.п. Спеціальній оцінці підлягають тільки досить виражені відхилення від варіанту, які є стандартними для кожного віку. У випадках, коли є сумніви щодо наявності такого відхилення, відповідний показник не інтерпретується. При аналізі емоційного стану дитини важливим показником є підбір їм колірної гами для малюнка.

Одержані результати свідчать про те, що сила натиску на олівець характеризує особливості психомоторного тону – важливий показник рівня активності. Діти першої групи в 39,4% продемонстрували сильний натиск на олівець, що говорить про емоційну напруженість, імпульсивність. Біля 5% дітей першої групи продемонстрували слабкий натиск на олівець, місцями лінії були ледве помітні – це підкреслює їх пасивність, депресивний стан. Решта 45,5% дітей малювали з сильним коливанням натиску на олівець, тут висновуємо про емоційну нестійкість психіки дитини. Діти контрольної групи: 75% показали сильний натиск на олівець і лише 25% – змінюваний натиск, що свідчить про емоційну лабільність. Більшість дітей контрольної групи проявляють емоційне напруження.

Іншим важливим показником емоційного стану дитини є особливості ліній малюнка. У дітей першої групи в 9% випадків лінії не доведені до кінця, це свідчить про ознаки астенії; у 24% осіб спостерігається спотворення форми ліній, що свідчить про імпульсивність; промахи при зображенні ліній, які не потрапляють в потрібну точку, також вказує на імпульсивність або гіперактивність дитини; штрихування і численні лінії присутні у 82% дошкільнят, це високий показник тривоги та стресового стану. У дітей

контрольної групи тільки в 37% випадків спостерігалось значне штрихування.

Розмір малюнка і розташування його на аркуші вказує на тривогу, депресію, зниження або підвищення самооцінки. Установити залежність між безконтрольним переглядом програм телебачення і рівнем самооцінки не вдалося, її не існує, про що свідчать результати, наведені в табл. 2.3.

Таблиця 2.3.

Узагальнені данні за ознакою розміщення дитячого малюнка на аркуші у психологічному тестуванні «МС», «ГМ», «НТ»

	ПГ	ДГ
Млзг (ЗвС)	24,2	21
Млзв (ЗнС)	18,2	28
МлП	12,2	8,3
МлЛ	9,1	-
МлК	15,2	4,2

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у відсотках; 2) Позначення показників: Млзг – малюнок зміщений угору; ЗвС – завищена самооцінка; Млзв – малюнок зміщений вниз; ЗнС – занижена самооцінка; МлП – малюнок праворуч; МлЛ – малюнок ліворуч; МлК – малюнок у кутку.

За допомогою методів математичної статистики нами було оброблено результати дослідження дітей досліджуваних груп за допомогою критерію Фішера. Саме цей критерій призначений для зіставлення двох вибірок за частотою повторюваності. Завдяки використанню цього математичного методу, оцінюємо достовірність відмінностей між відсотковими частками двох вибірок, в яких зареєстровано відмінності. Розрахунки представлені у табл. 2.4.

Таблиця 2.4.

Таблиця результатів розрахунку виразності критерію «Млзг» за КрФ

Групи	"ЕП"	"ЕН"	$\Sigma$
	Кр	Кр	
ПГ	88 (24.2)	276 (75.8)	364 (100)
ДГ	52 (21.1)	195 (78.9)	247 (100)

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ і  $\Sigma$  представлені за кількістю та у відсотках у дужках; 2) Позначення показників: Млзг – малюнок зміщений угору; КрФ – критерій Фішера; ЕП – ефект присутній; ЕН – ефекту немає; КР – кількість респондентів; ПГ – перша група; ДГ – друга група.

Відповідь:  $\varphi^*_{емп} = 0.898$

Отримане емпіричне значення  $\varphi^*$  знаходиться в зоні незначимості.  $H_1$  відкидається. Цей результат говорить про те, що респондентів першій групи, у яких проявляється досліджуваний ефект (Малюнок зміщений вгору (завищена самооцінка)), у вибірці першій групи не більше, ніж у вибірці другої групи.

Розглянемо отриману відповідь на осі значущості (рис. 2.2).

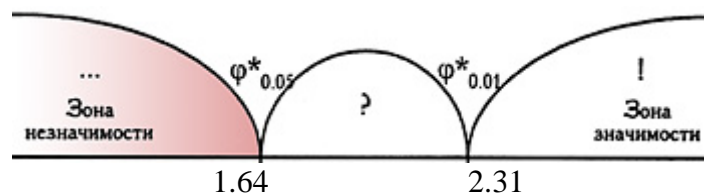


Рисунок 2.2. Вісь значущості

Отримане емпіричне значення  $\varphi^*$  знаходиться в зоні значимості (відповідно рис. 2.2.).  $H_0$  відкидається. Цей результат говорить про те, що респондентів першої групи, у яких проявляється досліджуваний ефект (Малюнок зміщений вниз (занижена самооцінка)), у вибірці першої групи більше, ніж у вибірці другій групи.

Таблиця 2.5.

Таблиця результатів розрахунку виразності критерію «Млзв» за КрФ

Групи	"ЕП"	"ЕН"	$\Sigma$
	Кр	Кр	
ПГ	66 (18.1)	298 (81.9)	364 (100)
ДГ	69 (27.9)	178 (72.1)	247 (100)

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ і  $\Sigma$  представлені за кількістю та у відсотках у дужках; 2) Позначення показників: Млзв – малюнок зміщений вниз; КрФ – критерій Фішера; ЕП – ефект присутній; ЕН – ефекту немає; КР – кількість респондентів; ПГ – перша група; ДГ – друга група.

Відповідь:  $\varphi^*_{емп} = 2.839$ 

Таблиця 2.6

Таблиця результатів розрахунку виразності критерію «МлП» за КрФ

Групи	"ЕП"	"ЕН"	$\Sigma$
	Кр	Кр	
ПГ	44 (12.1)	320 (87.9)	364 (100)
ДГ	21 (8.5)	226 (91.5)	247 (100)

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ і  $\Sigma$  представлені за кількістю та у відсотках у дужках; 2) Позначення показників: МлП – малюнок праворуч; КрФ – критерій Фішера; ЕП – ефект присутній; ЕН – ефекту немає; КР – кількість респондентів; ПГ – перша група; ДГ – друга група.

Відповідь:  $\varphi^*_{емп} = 1.444$ 

Отримане емпіричне значення  $\varphi^*$  знаходиться в зоні значимості (відповідно рис. 2.2.).  $H_1$  відкидається. Цей результат говорить про те, що респондентів першої групи, у яких проявляється досліджуваний ефект (Малюнок праворуч), у вибірці першої групи не більше, ніж у вибірці другої групи.

Результати розрахунку за критерієм «МлЛ» не можна використати, оскільки одне із значень дорівнює «0».

Таблиця 2.7

Таблиця результатів розрахунку виразності критерію «МлК» за КрФ

Групи	"ЕП"	"ЕН"	$\Sigma$
	Кр	Кр	
ПГ	55 (15.1)	309 (84.9)	364 (100)
ДГ	10 (4)	237 (96)	247 (100)

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ і  $\Sigma$  представлені за кількістю та у відсотках у дужках; 2) Позначення показників: МлК – малюнок у кутку; КрФ – критерій Фішера; ЕП – ефект присутній; ЕН – ефекту немає; КР – кількість респондентів; ПГ – перша група; ДГ – друга група.

Відповідь:  $\varphi^*_{\text{емп}} = 4.792$

Отримане емпіричне значення  $\varphi^*$  знаходиться в зоні значимості (відповідно рис. 2.2.).  $H_0$  відкидається. Цей результат говорить про те, що респондентів першої групи, у яких проявляється досліджуваний ефект (Малюнок у кутку), у вибірці першої групи більше, ніж у вибірці контрольної групи.

Таким чином, констатуємо, що важливий факт розташування малюнка праворуч або ліворуч на аркуші у дітей першої групи зустрічається частіше, що свідчить про їх імпульсивність, тривогу або песимізм, депресію. І ці показники підтверджують розрахунки за КрФ.

Продовжимо аналіз інтерпретації малюнків дітей.

Невдале зображення малюнка, незадоволення ним у 23% дітей першої групи викликало сльози, що також вказує на емоційну неврівноваженість.

Спираючись на колірний тест Люшера, де докладно описана психологія кольору, було здійснено порівняння і проаналізовано особливості використання кольорів дітьми при виконанні завдання «ГМл», що дозволило оцінити емоційний стан дітей. Детальніше розглянемо емоційний стан дитини залежно від вибору основного кольору для малювання: 1) переважання холодних тонів (від блакитного до фіолетового) – зниження настрою, субдепресія, висока сензитивність; 2) зближені м'які (світлі) тони, використання тонких відтінків кольору – сензитивність; 3) збіднена колірна гама – пасивність, астения, депресія; 4) знижена щільність кольору (слабкий натиск, незафарбований контур) – астения, пасивність; 5) переважання темних тонів (особливо чорного з коричневим та / або синім) – депресія, підвищене насичення кольору (багато червоного) – тривога, емоційне напруження, конфліктність, агресивність, невротизація; 6) перенасичення кольору в поєднанні з темними тонами – тривожна депресія.

У табл. 2.8. показано використання кольору дітьми при виконанні завдання «ГМл».

Таблиця 2.8.

Узагальнені данні за ознакою використання Кл у психологічному тестуванні «ГМ»

	ПГ	ДГ
1. Пхт	21,2	12,5
2. Ввк	6,1	4,2
3. ЗБКлг	12,2	8,3
4. ЗнЩКл	3	8,3
5. Птт	16,7	16,7
6. ПідвНКл	30,3	8,3

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у відсотках; 2) Позначення показників: Пхт – переважання холодних тонів; Ввк – використання відтінків кольорів; ЗбКлг – збіднена колірна гама; ЗнЩКл – знижена щільність кольору; Птт – переважання темних тонів; ПідвНКл – підвищена насиченість кольору; ПГ – перша група; ДГ – друга група.

Більш часте використання холодних тонів, різних відтінків кольорів дітьми першої групи, у порівнянні з контрольною, вказує на їх схильність до зниження настрою, тривоги.

Колірна гама малюнків дітей першої групи відрізняється перенасиченістю кольору, це ще раз підкреслює, що безконтрольний перегляд програм ТБ створює емоційне напруження, викликає тривогу у дітей, конфліктність і агресивність, а це веде до невротизації особистості.



Рисунок 2.3. Використання кольору дітьми при виконанні завдання «ГМЛ», %

Як бачимо на рис. 2.3., за результатами досліджень молодших школярів було виявлено, що 90% першої групи ототожнюють себе не з позитивними та

добрими героями, а з персонажами сучасних популярних фільмів, мультфільмів та телепередач. Найбільш частими героями, що зустрічалися у відповідях, були: чарівники, відьми, роботи, мутанти, тварини з надзвичайними здібностями.

Сюжет малюнків у дітей, які безконтрольно дивляться програми телепередач, і дітей, які велику частину часу проводять за іграми, відрізняється. Виявлені сюжети схожі з нашими дослідженнями іншої вікової групи – 6-9 років (молодших школярів), де досліджувалась «картина світу» дітей, що безконтрольно дивляться різноманітні телепередачі.

Якщо переглянути назви популярних телепередач і відповідні їм описи, стає зрозуміло, що вони здебільшого є фантастичними, далекими від реальності, і проникають у душу дитини у вигляді карикатур або образів, що віддаляють дитину від життя, які заважають їй вступити в реальні відносини з людьми та природою.

Виявлена схожа тенденція і у старших дошкільнят, що безконтрольно сидить перед телевізором. У своїх малюнках вони зображують героїв фільмів, мультфільмів та телепередач, які вони бачили раніше. Узагальнені данні про сюжети малюнків у психологічному тестуванні «ГМл» представлено у табл. 2.9.

Таблиця 2.9.

Узагальнені данні про сюжети Мл у психологічному тестуванні «ГМл»

	ПГ	ДГ
Прр	30,3	54,2
ПРС	39,4	41,7
ВС	12,1	-
НС	28,2	4,1



Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у відсотках; 2) Позначення показників: Мл – малюнок, ГМл – гарний малюнок; Прр – природа; ПРС – предмети різної спрямованості (іграшки, предмети повсякденного використання тощо); ВС – відсутність сюжету; НерС – нереальний сюжет; ПГ – перша група; ДГ – друга група.

З табл. 2.9. побачимо, що у дітей контрольної групи краса асоціюється, перш за все, з природою: «традиційно люди надають перевагу природному, а не штучному, на природі людина відчуває приплив позитивних відчуттів» [14], а у дітей першої групи це поняття сприймається як гарний предмет.

Реально не існуючі події, предмети, зображені на малюнках дітей першої групи, мають вищий відсоток, ніж у дітей контрольної групи, це свідчить про те, що ТБ відвертає дитину від реального життя, від природних явищ, знижує її пристосувальні здібності, можливість адекватно реагувати на навколишнє середовище, тобто сприяє розвитку неефективних механізмів захисту у дітей дошкільного віку.

Розглянемо детальніше ознаки особливостей комунікативної сфери дітей двох підвибірок.

Для оцінки стійких особистісних особливостей, зокрема тих, які визначають сферу спілкування, більше значення мають не формальні показники в малюнку людини, а змістовні, тобто засоби зображення окремих частин людського тіла і обличчя. Враховуються також загальне враження від малюнка дитини, поза і вираз обличчя зображеного персонажа.

Рисами особистості інтровертного типу на малюнку будуть такі ознаки: 1) незграбність, 2) витягнутість, 3) худорба фігури, 4) зображення рук, притиснутих до тіла.

Екстравертний тип особистості на малюнку визначається: руки й ноги широко розставлені в боки.

Демонстративність – підвищена потреба в увазі до себе, прагнення знаходиться в центрі загальної уваги. Це якість зустрічається як у інтровертів, так і в екстравертів. На малюнку ознаками демонстративності є: 1) детально накреслено одяг, 2) зачіска, 3) прикраси, 4) поза, 5) вказівки, що це не просто людина, а принцеса, клоун тощо.

Результати аналізу малюнків дітей показали, що кількість дітей-екстравертів (70% всіх дітей) більша, ніж інтровертів (30% всіх дітей). За групами ці якості розподілилися таким чином:

Однак розподіл демонстративних дітей в обох підвбірках виявився таким: в першій групі виявлено 12,1% демонстративних дітей, а у контрольній – 33,3%.

Таблиця 2.10.

Узагальнені данні про дослідження типу темпераменту дітей, які брали участь в першому дослідженні

	Інт	Екст
ПГ	21,2	78,8
ДГ	29,2	70,8

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у відсотках; 2) Позначення показників: ПГ – перша група; ДГ – друга група; Екст – екстрверт; Інт – інтроверт.

З табл. 2.10. видно, що кількість дітей-екстравертів в обох групах більша, ніж інтровертів. А демонстративність дітей контрольної групи вища. Взаємозв'язки між цими якостями і безконтрольним переглядом програм ТБ не виявлено. Тобто такий генетично запрограмований показник, як екстрверсія / інтроверсія, не може бути чинником порушень сфери

спілкування у дітей, незалежно від того, чи підконтрольне, чи безконтрольне її дозвілля.

Порушення спілкування в дітей також проглядається через відсутність рук у зображеної людини, через дуже великі або дуже маленькі кисті рук; агресивна символіка; на малюнку сім'ї дитина малює всіх, крім себе, малювання домашніх тварин; сильне штрихування всіх або кого-небудь з членів сім'ї.

Узагальнюючи і систематизуючи результати сфери спілкування дітей, представлено у таблиці 2.11.

Таблиця 2.11.

Узагальнені результати наявності СМК у сфері спілкування дітей ПГ і ДГ за результатами психологічного тестування «МС», «ГМл», «НТ»

	ПГ	ДГ
НуС	66,7	50
Агр	24,2	4,2
Кф	54,5	16,7
ПчЗ	27,3	12,5

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у відсотках; 2) Позначення показників: СМК – симптомокомплекс; МС – малюнок сім'ї; ГМл – гарний малюнок; НТ – неіснуюча тварина; ПГ – перша група; ДГ – друга група; СМК – симптомокомплекс; НуС – незадоволеність у спілкуванні; Агр – агресивність; Кф – конфліктність; ПчЗ – почуття знехтуваності

Результати тестування показали, що сучасна дитина відчуває нестачу спілкування, однією з причин є несприятлива атмосфера у родині, зайнятість батьків, що викликає у дитини відчуття знедоленості. Також виявлено, що в

дітей, які безконтрольно переглядають телепередачі рівень Кф на 37,8% і Агр на 20% вищий, ніж у їхніх однолітків, які більшу частину часу проводять за іграми та телеефір яких контролюється батьками.

Таким чином, узагальнені результати аналізу малюнків «МлС», «МЛ», «ГМл», «НТ» представлені у вигляді табл. 2.12.

Таблиця 2.12.

Порівняльні данні середніх значень показників особливостей розвитку особистості дітей за результатами психологічного тестування «МлС», «ГМл», «НТ»

Індивідуально-психологічні особливості	ПГ	ДГ
РРР	17,3 балів	20,5 балів
ЗЗКР	95	8,3
Т,С	82	37,5
П,ЗнН	24,2	8,3
НзС	66,7	50
Агр	24,2	4,2
Кф	54,5	16,7
ДФ (складнощі в сімейних взаєминах)	45,5	20,8

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у балах (для РРР) та відсотках (для інших індивідуально-психологічних особливостей); 2) Позначення показників: СмК – симптомокомплекс; МС – малюнок сім'ї; ГМл – гарний малюнок; НТ – неіснуюча тварина; ПГ – перша група; ДГ – друга група; РРР – рівень розумового розвитку; ЗЗКР – загальна затримка

когнітивного розвитку; Т,С – тривога, страх; П,ЗнН – пригнічення, зниження настрою; НзС – незадоволення у спілкуванні; Агр - агресивність; Кф - конфліктність; ДФ – додатковий фактор

Дослідження фахівців з дитячого виховання, працівників медичних установ, правоохоронних органів свідчать про численні випадки правопорушень як результати впливу безконтрольного перегляду програм ТБ на дітей різних вікових груп [7]. Ці дані, свідчать про те, що діти, які спостерігали досить багато сцен насильства, стають вразливими до проявів агресії. Вони схиляються до того, щоб визнати агресію ефективним і цілком прийнятним засобом вирішення конфліктів. Саме цим пояснюємо виявлену агресивність дитини, яка спостерігається у поведінці дітей, що безконтрольно переглядають програми телепередач.

Всебічне дослідження дітей містило дослідження особистісної сфери та когнітивних процесів, а саме:

«Експрес-діагностика в дитячому садку» за Павловою Н.М. та Руденко Л.Г., яка містить 22 субтести у 3 узагальнених блоках досліджень та охоплює всебічно особистість дитини: перший блок спрямовано на діагностику особистісної сфери; другий на дослідження загальної усвідомленості; третій на дослідження розвитку психічних процесів дошкільника.

Зазначений блок експрес діагностики допомагає всебічно дослідити когнітивні процеси дітей докільного віку. Відповідність рівню розвитку дітей вікової нормі дозволить виявити прояв на когнітивному рівні захисного механізму регрес. Залежно від віку досліджуваної дитини обрані відповідні вікові норми

Узагальнюючи результати експрес-діагностики за Н.М. Павловою та Л. Г. Руденко, складено таку узагальнено-порівняльну таблицю отриманих показників (Табл. 2.13.).

Таблиця 2.13.

Порівняльна таблиця отриманих показників ПГ та ДГ  
за результатами аналізу Ст «Д»

	ПГ			ДГ		
	ПСо	АСо	ЗСо	ПСо	АСо	ЗСо
Ст «Д»	21	55	24	21	57	22

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у відсотках; 2) Позначення показників: Ст «Д» – Субтест «Драбинка»; ПГ – перша група; ДГ – друга група; ПСо – підвищена самооцінка; Асо – адекватна самооцінка; ЗСо – занижена самооцінка

Діти, ПГ, які безконтрольно переглядають програми телепередач, у відповідях мали деякі труднощі при виборі сходинки, на яку б вони себе поставили. Але, як і в попередніх дослідженнях (за результатами аналізу проєктивних методик), не було виявлено значних відмінностей у показниках Со дітей ДГ та ПГ.

Якщо розглядати результати діагностики показників загальної обізнаності дітей, які брали участь у дослідженні, то виявлено таку тенденцію: діти, які більшість вільного часу віддають грі, мають кращу усвідомленість про навколишній світ, ніж діти, що безконтрольно сидять перед телевізором. В першій групі деякі діти мають спотворену картину про оточуючий світ. Субтестами, які визначають загальну обізнаність дітей, є: субтест «Нісенітниця», який виявляє знання дитини про оточуючий світ і здатність емоційно відгукуватися на безглуздість малюнка, і субтест «Пори року», який допомагає виявити рівень сформованості уявлень про пори року.

Результати дослідження загальної обізнаності дітей ПГ та ДГ представимо у вигляді такої табл. 2.14.

Таблиця 2.14.

Порівняльна таблиця отриманих показників ПГ та ДГ за результатами дослідження ЗО дітей

	ПГ		ДГ	
	Вик	Не Вик	Вик	Не Вик
Ст «Н»	73	27	96	4
Ст «ПР»	96	4	100	0
ЗО	84,5	15,5	98	2

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у відсотках; 2) Позначення показників: Ст «Н» – субтест «Нісенітниця»; Ст «ПР» – субтест «Пори року»; ЗО – загальна обізнаність; ПГ – перша група; ДГ – друга група; Вик – виконано;

З аналізу результатів за 2 субтестами виявлено, що сформована ЗО у 84,5% відсотків дітей ПГ і не сформована – у 15,5%. Сформована ЗО про навколишній світ та явища у ньому у 98% дітей ДГ і не сформована у 2%.

Отже, висновуємо, що знання дітей про навколишній світ у контрольній групі є вищим за показники першої групи. І внаслідок цього вищою є і здатність емоційно відгукуватися на безглуздість малюнка у дітей, які більшість часу віддають грі, ніж у дітей, які безконтрольно проводять час перед телевізором.

Розвиток психічних процесів було виявлено за наступними 8 субтестами: «Знайди таку ж саму картинку», «10 предметів», «Знайди "сім'ю"», «Рибка», «Малюнок людини», «Послідовні картинки», «Розрізнені картинки», «На що це схоже?». У результаті проведення цих методик нами досліджуються такі психічні процеси: сприйняття, мислення, пам'ять,

інтелект, уява та вміння діяти за зразком і вказівкою психолога (вихователя, учителя, батьків).

Результати та показники розвитку психічних процесів двох підвбірок представлено у таблиці 2.15.

Сума визначених показників дозволяє нам судити про загальний рівень розвитку психічних процесів. Узагальнення показників діагностики психічних процесів, за даними експрес-діагностики, представлені у табл. 2.16.

Таблиця 2.15.

Порівняльна таблиця отриманих показників ПГ та ДГ за результатами аналізу дослідження когнітивних процесів дітей дошкільного віку

	ПГ		ДГ	
	Вик	Не Вик	Вик	Не Вик
Ст «ЗТСМ»	39	61	85	15
Ст «10П»	19	81	74	26
Ст «ЗС»	17	83	56	44
Ст «Р»	25	75	83	17
Ст «ПК»	39	61	85	15
Ст «РК»	19	81	64	36
Ст «НС»	92	8	100	0

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у відсотках; 2) Позначення показників: ПГ – перша група; ДГ – друга група; Вик – виконано; Ст «ЗТСМ» – субтест «Знайди такий самий малюнок»; Ст «10П» – субтест «10 предметів»; Ст «ЗС» – субтест «Знайди «сім'ю»; Ст «Р» – субтест «Рибка»; Ст «ПК» – субтест «Послідовні картинки»; Ст «РК» – субтест «Розрізнені картинки»; Ст «НС» – субтест «На що це схоже?»



Таблиця 2.16.

Зведена порівняльна таблиця отриманих показників розвитку пізнавальних процесів в ПГ ті ДГ за результатами діагностики когнітивних процесів дітей дошкільного віку

	ПГ	ДГ
Високий рівень	0	17
Середній рівень	39	79
Низький рівень	61	4

Примітка: 1) Показники по ПГ і ДГ представлені у відсотках; 2) Позначення показників: ПГ – пераш група; ДГ – друга група; Вик – виконано;

Загальний високий рівень розвитку психічних процесів у ДГ виявлено у 25 дітей, що становить 17%, середній рівень у 112 дітей, що становить 79%.

Загальний високий рівень розвитку психічних процесів в ПГ не виявлено взагалі, середній рівень у 64 дітей, що становить 39%. Низький рівень розвитку психічних процесів було виявлено в 61% дітей, що становить більше половини дітей, які брали участь у дослідженні протягом 3 учбових років.

Саме ці одержані результати свідчать про те, що безконтрольний перегляд телепередач заважає дитині розвиватися гармонійно. Дитина, яка віддає більшу частину вільного часу грі з однолітками та переглядає телепередачі, які постійно контролюються батьками, має адекватно сформовану картину навколишнього світу, і рівень розвитку всіх психічних процесів у неї, що було досліджено в експрес-діагностиці, є значно вищим, ніж у дітей, які безконтрольно сидять перед телевізором.

## **2.4. Аналіз орієнтації дітей на перегляд телепередач батьками, як копінг-стратегії.**

Для більш високого рівня показовості емпіричного дослідження нами було проаналізовано результати анкетування 430 батьків дітей, які брали участь в експерименті. Слід зазначити, що деякі батьки відмовлялися брати участь в експерименті, посилаючись на те, що вони не мають достатньо часу, не бачать у цьому сенсу, вважають непотрібними подібні дослідження.

Як вже було зазначено, для більш детального вивчення умов життя дитини та виявлення джерел розвитку неефективних захисних механізмів нами були проведені бесіди з батьками.

Консультації та анкетування батьків відбувалось майже паралельно з дослідженням дітей – у часи консультацій, визначених у закладах.

Нами було зазначено, що батьки дітей, які входили до другої групи, у вільний час майже не дивляться телевізор. Час перегляду телепрограм усіх батьків дітей контрольної групи становить не більше 1-2 годин. 69 батьків зауважили, що телевізор вмикають тільки за необхідності, у часи виходу в ефір програми новин. Іноді, їх доба проходить взагалі без телевізора. Здебільшого вільний час проводять виконуючи домашні справи, спілкуючись з друзями та родичами тощо, особливо у вихідні дні.

Частина батьків дітей з першої групи дивляться телевізор 1-2 години в день (20% – 86 батьків), 80% – 344 реципієнти дивляться телевізор 3-5 годин на день.

Питання стосовно змісту телепередач, яким вони віддають перевагу, показало, що 40% всіх опитаних батьків віддають перевагу пізнавальним програмам і 60% дивляться здебільшого розважальні телепередачі.

Згідно з аналізом результатів дослідження батьків дітей, за вказаними тестами, було виявлено деякі закономірності.

У батьків, які витрачають на перегляд ТБ не більше 2 годин на день:

1. Виявлено, що у групи обстежуваних, які переглядають телепередачі 1-2 години на день, більше виражено психічна втома й емоційний стрес, ніж у групи обстежуваних, які проводять біля телевізора 3-5 годин на день.

2. При поділі за кількістю годин перегляду, вік осіб, які дивляться телепрограми 1-2 години, становить до 29 років, а вік осіб, які дивяться телепрограми 3-5 годин, склав до 49 років. І таким чином, середній вік групи, що менше години віддає відпочинку перед телевізором, становить 26 років, а іншої групи – 33 роки.

При розгляді груп обстежуваних за ознакою переваги у виборі телевізійних програм, було виявлено, що реципієнти, які віддають перевагу пізнавальним програмам, мають краще розвинене мислення, у тесті «Прості аналогії» кількість правильних відповідей цих обстежуваних більша, ніж у групи осіб, які люблять розважальні передачі (результати достовірно відрізняються).

Обсяг та переключення уваги в групі, які дивляться пізнавальні передачі, є вищими, ніж у групи, які люблять розважальні передачі.

Особливості проведення вільного часу не відрізняються від стереотипів поведінки їх батьків. Тому вважаємо, що неефективні захисні механізми діти копіюють від батьків.

## Висновки до розділу 2

У другому розділі було розроблено програму емпіричного дослідження захисних механізмів дітей дошкільного віку

Виходячи з аналізу та узагальнень, висновуємо наступне:

1. За результатами емпіричного дослідження встановлено, що найбільш вразливими підсистемами щодо виникнення дезадаптації особистості дитини є поведінкова, когнітивна та емоційно-вольова сфери. Це виявлено у загальній тенденції серед дітей, які безконтрольно дивляться телевізор. Виявлено, що у таких дітей відбувається загострення негативних емоційно-поведінкових реакцій, зростання психоемоційного напруження та зниження самооцінки.
2. Виділено що всі обстежувані діти використовують три типи копінг-стратегій поведінки: ефективні, ефективні в окремих випадках і неефективні. Ефективні копінг-стратегії допомагають дітям якоюсь мірою вирішити ексквізитну ситуацію та зняти психоемоційне напруження. Меншими за ступенем ефективності є копінг-стратегії, які можуть бути продуктивними і знімати психоемоційне напруження у певних ситуаціях та окремих випадках. Неефективними є копінг-стратегії що невзможі допомогти дитині вирішити ексквізитру ситуацію та призводять до посилення психоемоційної напруги у дітей.
3. Виявлено, що діти першої групи, які безконтрольно дивляться телевізор здебільшого використовують неефективні копінг-стратегії поведінки, які не допомагають вирішити скрутну ситуацію, а навпаки ускладнюють її, викликають додаткове психоемоційне напруження.
4. Виявлено, що діти, які безконтрольно дивляться телевізор мають певні затримки когнітивного розвитку і внаслідок неуспішне навчання у дошкільному навчальному закладі. Також ці діти вважають нереальну

картину світу дійсною, що свідчить про наявність в них певної дезадаптації.

5. Виявлено, що діти першої групи відчують труднощі у самоконтролі емоцій, внутрішня напруженість, імпульсивність, емоційна нестійкість і лабільність, гіперактивність, підвищена тривожність, висока чутливість.
6. Накопичення вказаних показаних показників призводить до посилення потужності дії захисних механізмів психіки, які спроможні лише тимчасово зняти напругу. Також наслідком використання неефективних копінг-стратегій такими дітьми призводить до їх дезадаптації.
7. Аналіз психодіагностичного інструментарію виявив певний дефіцит методик, спрямованих на вивчення механізмів психологічного захисту в дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Саме у цьому виявлено подальший напрямок наших досліджень та розробок.
8. У дослідженні використано діяльнісно-особистісний підхід, що найбільш адекватно дозволяє підтвердити або спростувати висунуті припущення.

### **РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ ПСИХІКИ ДІТЕЙ**

Відповідно до отриманих результатів досліджень визначено основні напрямки роботи з попередження та корекції наслідків безконтрольного перегляду телевізора в дітей дошкільного віку в умовах дошкільного навчального закладу. Також наведені результати, що отримані після корекційно-розвивальної роботи, та оцінка її ефективності. Доведено ефективність обраних методів. Розроблено методичні рекомендації для батьків щодо виховання дитини та гармонізації її розвитку в умовах впливу масмедіа.

#### **3.1. Психологічний аналіз особливостей розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку під впливом безконтрольного перегляду телепрограм**

Теоретичний аналіз літератури стосовно проблеми впливу ЗМІ на захисні механізми та результати кількісного аналізу діагностичних досліджень дітей дошкільного віку дає можливість говорити про значні відмінності у когнітивному та особистісному розвитку дітей двох підвбірок.

Багато дослідників (С.Г. Кара-Мурза, Р. Харріс, О. Ленг тощо) зазначають те, що зміни на різних рівнях психічної активності особистості у дитячому віці значно впливають на формування особистості дорослої людини.

Моделі поведінки, які показані в більшості західних мультфільмів, копіюються некритично і потім стають копінг-стратегією, яку дитина використовує для зняття внутрішнього психічного напруження та дискомфорту, при вирішенні конфліктних ситуацій, у повсякденній

комунікації. Найчастіше дитина не бачить нічого подібного у родині, тобто джерелом агресивної поведінки не є неблагополуччя родини. Як зазначали батьки та вихователі дітей, брали участь в експерименті, дитина знає про відповідальність за свої вчинки і, звичайно, тисячу разів чула від рідних та вихователів, що так поводитися не можна. Але вже в чотири-п'ять років діти першої групи, які з раннього віку багато часу проводять перед телевізором, обожають бойовики і відмовляються дивитися вітчизняні мультфільми, фільми для дітей та казки, пояснюючи це тим, що їм нецікаво. Дитина не сприймає позитивних образів і зауважень батьків, дорослих та інших дітей.

Сучасне західне мистецтво (мультфільми, а також і комп'ютерні ігри) змінює, деформує психіку дитини. Як довело наше дослідження, такі передачі глибоко впливають на уяву дитини, дають нові установки і моделі поведінки, які заважають дозрівати захисним механізмам і сприяють розвитку неефективних механізмів захисту психіки. Причина цього в основному полягає в тому, що діти просто повторюють те, що бачать на екрані. Відсутність контролю за ефіром, який доступний дитині, також може сприяти і ранній сексуальній ініціації.

Як зазначають лікарі, безконтрольне захоплення телевізором у дитини дошкільного та молодшого шкільного віку може завдати шкоди, а саме:

- Уповільнення фізичного розвитку: уважно дивлячись в одну точку, дитина відчуває неприродне напруження у стані нерухомості, яке пізніше компенсується станом неприродного збудження. Діти після перегляду телепередач не можуть займатися нічим певним, схильні до агресії, яка є результатом невпорядкованої розрядки накопиченої і невтраченої активності, перебувають у поганому настрої або поводяться зухвало;

- Погіршення зору: перегляд телепередач не стимулює розвиток очей молодого організму, оскільки не забезпечує їм природну діяльність, як це відбувається за умов активної діяльності. Зір починає неправильно сприймати тонкі відтінки кольорів і просторові об'єкти.

- У дошкільному віці, коли фізична активність і рух є найважливішими факторами гармонійного розвитку, дитина сидить перед екраном у застиглій позі, оскільки нерухомість очних м'язів передається і всій іншій мускулатурі. При цьому зоровий процес протікає ненормально, так як при звичайному розгляді м'язи очей здійснюють різноманітні складні рухи і немовби «оббігають» спостережуваний об'єкт. Крім того, жоден колір і жодна пропорція не збігаються з реальними, тривимірне проектується на площину. Задіяні тільки два органи чуття – зір і слух, всі інші перебувають у пасивності, що призводить до розладу їх функцій, відсутності гармонійного розвитку всіх когнітивних процесів дитини;

- Погіршення роботи мозку: дитина втрачає здатність на активне творче мислення. Вона постійно чекає, що необхідна інформація надійде ззовні і практично нездатна самостійно генерувати власні ідеї та думки, більше того, не має бажання до цього. Сильніше проявляється критичне ставлення до оточення, схильність до його осудження, тобто проявляється тенденція до розвитку екстернального локус-контролю;

- Погіршення успішності у засвоєнні нового матеріалу навчального характеру: регулярний перегляд телепередач призводить до того, що дитина мислить готовими шаблонами. Відповіді на запитання дорослих мають поверхневий і стереотипний характер. Інтерес до певних занять виявився неглибоким. Мова як засіб спілкування залишається примітивною, здатність виділяти головний зміст почутого тексту (розповіді, казки) значно знижується [38];

- Психологічна деформація: у спілкуванні з людьми такі діти не відчують дистанції, при цьому не вміють вступати в глибокі особистісні відносини; прояви почуттів прості і мають тенденцію до безцеремонності; нездатні відповідати спокійним поглядом, натомість дивляться беземоційно або відповідають гримасами. У майбутньому стимулюється схильність до алкоголю, токсикоз – та наркоманії, оскільки підліток звикає отримувати



враження і задоволення нічого не роблячи або прикладаючи мінімальні стандартні зусилля;

- Стимуляція пасивного сприйняття інформації центральною нервовою системою: обробка вражень, що проникають у мозок з екрана, відбувається інакше, ніж при нормальному, активному процесі зору, коли очі постійно рухаються і сприймають найтонші відтінки кольорів і реальні предмети одночасно з усіма іншими органами чуття. Потік інформації, що йде з екрана, дуже сильно перевищує здатність дитини до сприйняття та самостійного осмислення. Дитина вихоплює то одне, то інше і часто не може встановити взаємозв'язків між картинками і почутим текстом. Відбувається стимулювання мозку до уривчастого й асоціативного мислення, а в цілому – до пасивного сприйняття того, що відбувається, оскільки власне активне сприйняття в даному випадку є майже неможливим. У дітей знаходяться в процесі розвитку тонкі нервові зв'язки мозку, які за допомогою цього стимулювання видозмінюються таким чином, що мозок стає інструментом пасивної й асоціативної розумової діяльності. Він стає малопристосованих до активного і творчого мислення. І як наслідок страждає здатність дитини пристосовуватись до змін;

- За нашими дослідженнями, телевізор – це додатковий провокуючий чинник появи страхів у дитячому віці. Діти дошкільного і молодшого шкільного віку краще сприймають яскраві образи на фоні того, що вони гірше сприймають сам сюжет почутого, побаченого. У віці від 3 до 4 років діти можуть розповісти про 1, 2 героїв, але не відстежують всі події. У віці 5 років діти починають усвідомлювати сюжет. І особливості сприйняття відображаються в тому, що події сприймаються без будь-якої критики як еталон, шаблон дій, стиль поведінки, манера спілкування, копінг-стратегія поведінки;

- Спостерігається провокування агресивно-неспокійної поведінки: після перегляду телепередач, дитина переходить у стан такого ж

неприродного рухового порушення, як і неприродний стан повної нерухомості, в якому вона перебувала під час перегляду. Ця гіперзбудженість пов'язана не стільки із змістом переглянутих передач (жорстоких, беззмістовних або пізнавальних), скільки з цією вимушеною нерухомістю перед екраном. Тому діти деякий час після перегляду телепрограм не можуть нічим займатися, схильні до агресії, перебувають у поганому настрої і ведуть себе зухвало. Безконтрольний перегляд ефіру з негативним змістом тільки підсилює ці прояви;

- Виявлено, що проблема може поставати тоді, коли телевізор замінює дитині спілкування з однолітками та рідними, ігри. Р. Харріс навіть зазначає, що телевізор моделює для людини віртуальний світ [195]. Вважаємо, що це твердження також є правильним і для дитини.

За дослідженнями лікарів, для перегляду телепередач існують і протипоказання. Особливо шкідливий телевізор для дітей після важкої хвороби [195]. З урахуванням того, що під впливом безконтрольного перегляду телепрограм погіршується фізичне здоров'я дитини, після хвороби обов'язково повинен пройти період відновлення, поки організм зміцніє. Постійне перебування дитини перед телевізором заважає цьому відновленню.

Небажаним є перегляд телепередач і для дітей з порушеннями центральної нервової системи: або внаслідок перенесеного стресу, або з причини порушення розвитку; невротично ослабленим, вразливим; малюкам також необхідно обмежити і кількість переглядів, і зміст побаченого [195].

Наші спостереження за дітьми, які безконтрольно дивляться телепередачі, дали можливість виявити таке: 1) у спілкуванні з іншими людьми не відчують дистанції, є неуважними; 2) їм складно вступати в особистий контакт; 3) охоче корчать гримаси і майже не дивляться у вічі; 4) часто відповідають поверхнево і стереотипно, їхній інтерес до речей

неглибокий; 5) активно не осмислюють те, що було прочитане для них або побачене ними; 6) володіють зниженою здатністю до концентрації.

Дослідження Кара-Мурзи також підкреслюють, що у дитини, яка безконтрольно дивиться телевізор, відбувається стимуляція схильності до алкогольної, медикаментозної та наркотичної залежності, у них виникає глибоке порушення розвитку волі.

У результаті емпіричного дослідження було виявлено, що діти першої групи, які безконтрольно дивляться телевізор, протягом дня мають дефіцит мовленнєвого спілкування. Під час сидіння біля телевізора дитина не потребує того, щоб задіяти механізми активної мови – дитина тільки слухає. Це негативно впливає на розвиток мовленнєвої компетенції дитини, тому що дитина здебільшого мовчить перед телеекраном. Передачі в основному побудовані стереотипно і ніяк не спонукають дитину розвивати власну фантазію та творчі здібності, мовлення. Тому мова дітей у грі та спілкуванні стає бідною – вони обмежуються вигуками на кшталт тих, що зустрічаються в коміксах, улюблених мультфільмах, нескладними уривками фраз і безглуздими імітаціями шумів, супроводжуючи їх роботоподобними рухами.

Користування розробленою Т.О. Піроженко модель комунікативно-мовленнєвого розвитку дитини дають можливість характеризувати досліджуваний феномен в єдності емоційно-вольових, когнітивних, творчих властивостей психіки як інтегровану складову особистісного становлення дошкільника. Онтогенез комунікативно-мовленнєвого розвитку дитини дошкільного віку є багаторівневою системою ознак психічного зростання дитини як суб'єкта спілкування і виявляється на поведінковому (конативному), когнітивно-лінгвістичному, особистісному рівнях. Ступінь сформованості рівнів розвитку цієї сфери психіки відбиває динаміку рівнів розвитку взаємин дитини із соціальним середовищем, що опосередковує її активність як партнера по спілкуванню. Оскільки системоутвірним чинником

у комунікативно-мовленнєвому розвитку виступає широта і дієвість особистісних, ділових і пізнавальних мотивів спілкування, тобто самоактуалізація і самореалізація дитини, то онтогенез комунікативно-мовленнєвої сфери характеризує водночас саморозвиток психічної активності дошкільника, демонструючи розвиток особистості.

Дизонтогенез зазначеної сфери (затримка, несвоєчасний розвиток) не тільки зумовлює зниження інтерпсихічної взаємодії, що відбувається на поведінковому рівні у спілкуванні, сюжетно-рольових іграх, пізнавальній діяльності, а й призводить до руйнування внутрішнього психічного життя дитини, що проявляється у деформації якостей когнітивно-лінгвістичного й особистісного рівнів. Зазначений взаємозв'язок дає змогу конструктивно й своєчасно надавати психолого-педагогічну допомогу й здійснювати корекцію в ситуаціях дезадаптивних порушень конативного, когнітивного, лінгвістичного та особистісного плану, сприяючи розвитку соціальної та інтелектуальної активності дитини. [154]

Окрім впливу на мовлення дитини, в емпіричному дослідженні було виявлено, що телебачення сприяє втраті інтересу дитини до спонтанних, творчих ігор і природного руху, не даючи дітям достатньо стимулів для формування рухових навичок. У рухливих іграх діти першої групи дуже часто незграбні, їх рухи неточні та грубі. У іграх-змаганнях такі діти намагаються прийти до фінішу скоріше і дуже часто нехтують правилами гри та ідуть навіть на агресивні дії щодо суперників змагання. Засвоєння правил у змаганнях, з якими дитина знайомиться вперше, для них також може складати певні труднощі. Якщо команда у таких змаганнях програє, діти першої групи значно тяжче переживають поразку. Також важливо підкреслити те, що саме після програшних ситуацій дитина частіше використовує неефективні копінг-стратегії у подальшому спілкуванні та діях. Часто використання таких копінг-стратегій, як «волаю, кричу»; «божеволію»; «б'юся, борюся»; «б'юся, ламаю, кидаю»; «кусаю нігті», призводить до

погіршення стосунків дітей, які безконтрольно дивляться програми ТБ, з однолітками та дорослими – і, як наслідок, така дитина нездатна до успішної адаптації в скрутній ситуації.

Загальним моментом у всіх випадках розвитку захисних механізмів та копінг-стратегій поведінки у дітей стала основоположна роль страхів та тривог. Їх різноманітність у малюнках і розповідях дітей проявилася надзвичайно яскраво при інтерпретації діагностичних даних. Нездатність захисних механізмів реагувати на психічне напруження при її подальшому посиленні призводить до підвищення тривоги особистості.

Також страждає і розвиток комунікаційної сфери дитини. Використовуючи захисні механізми, вона дитина опиняється в замкненому колі, з якого їй заважає вибратися телевізор. Обираючи неефективні копінг-стратегії поведінки, не вчиться знаходити спільну мову з однолітками.

### **3.2. Програма корекції поведінкової, емоційно-вольової та когнітивної сфер дітей.**

Важливо окремим питанням розглянути основні напрямки щодо корекції та профілактики неефективних копінг-стратегій у поведінці дітей; труднощів адаптації, які виникають та корекції когнітивної сфери дітей які безконтрольно дивляться телевізор.

Відсутність науково-методичного забезпечення, спрямованого на психологічну допомогу дітям дошкільного віку які мають проблеми у долатті наслідків безконтрольного перегляду телевізора, негативно відображається на загальній адаптації дитини до соціуму та умов дошкільного навчального закладу, на стані їх соматичного здоров'я, збільшує кількість дітей з проблемами розвитку емоційно-вольової сфери та зменшує успіх навчально-виховного процесу взагалі. На цьому фоні, вивчення психологічних особливостей розвитку захисних механізмів дітей дошкільного

віку, а також розробка методів профілактики та корекції наслідків безконтрольного перегляду телевізора, відповідно до вікових особливостей дошкільників, дозволить значно підвищити рівень психологічної допомоги даній категорії дітей.

Системний розгляд проблеми використання захисних механізмів дітьми дошкільного віку, які безконтрольно дивляться телевізор в умовах дошкільного навчального закладу вимагає застосування комплексу заходів щодо подолання зазначеної проблеми, яка містить консультативну, просвітницьку роботу з батьками та вихователями, а також проведення корекційної, адаптаційно-розвивальної та профілактичної роботи з дітьми.

Емпіричне дослідження розвитку захисних механізмів у дітей дошкільного віку під впливом безконтрольного перегляду дозволило нам зробити наступні висновки: у дітей, які увійшли до другої групи, виявлено більшу відповідність психологічних проявів віковій нормі, ніж у дітей, які знаходяться в умовах безконтрольного перегляду телебачення. Виявлено, що безконтрольний перегляд програм телепередач дошкільниками негативно позначається на показниках розвитку когнітивних процесів дитини, емоційних станів та властивостей, поведінкових стратегій, що, в цілому, свідчить про активізацію захисних механізмів психіки, як засобів психічної адаптації до вимог ексквізитної ситуації.

Вищезазначені результати дослідження вимагають розробки системи корекції та профілактики наслідків безконтрольного перегляду програм телепередач дітьми дошкільного віку, а саме, системних виявів труднощів психічної адаптації, які виникають, оскільки захисні механізми, що активізуються за цих умов, не здатні забезпечити оптимальне функціонування та гармонійний розвиток особистості дитини. Як вже раніше зазначено, захисні механізми психіки викривляють сприйняття реальності, роблять її менш хворобливою для дитини, але не сприяють повновагомій адаптації та призводять до негативних змін особистості дитини, таких як

затримка когнітивного розвитку, емоційно-вольові порушення тощо. Подолання зазначеної проблеми вимагає застосування комплексу заходів, що містить консультативну, просвітницьку роботу з батьками та вихователями, а також проведення корекційної, адаптаційно-розвивальної та профілактичної роботи з дітьми.

З работ А.М. Прихожан, для підвищення ефективності психологічної допомоги дошкільникам які використовують неефективні захисні механізми, окрім безпосередньої роботи з дітьми, необхідна додаткова «терапія середовища», як родинного (сім'я), так і суспільного (співробітники та вихователі дошкільного закладу) [77]. Тобто це складає блок «додаткових факторів». Найбільшої ефективності психологічної допомоги можливо досягнути лише із залученням «значущих» дорослих, якими є для дитини батьки або опікуни та вихователі.

Тож для успішної корекції поведінкової, емоційно-вольової та когнітивної сфер дитини, необхідно сформувати в неї позитивну установку до спілкування з психологом, вихователями, батьками та сумісних ігор з однолітками, а також активізувати дослідницьку активність дитини. Але обов'язковою є умова, мінімальна кількість часу, який дитина проводить у перегляді телевізора. Саме це було використано як засіб компенсації телевізору як значущого об'єкту для дитини та засобу проведення часу вдома. Це залежить від обізнаності дорослих з питань розвитку неефективних захисних механізмів у дітей дошкільного віку та професійної майстерності вихователів, доброзичливого та уважного ставлення до дитини як з боку вихователів, так і батьків (опікунів).

На думку Н. Д. Ватутіної [44], неодмінною умовою ефективної допомоги дитині є забезпечення єдності педагогічного впливу сім'ї та дошкільного закладу. Проте проведення корекційної та профілактичної роботи потребує залучення не тільки дітей та батьків, а перш за все потребує узгодженої та цілеспрямованої роботи всіх спеціалістів дошкільного

навчального закладу, що забезпечить ефективне виховання та розвиток дошкільників в умовах дошкільного навчального закладу. Виходячи з вищесказаного, основними завданнями роботи психологічної служби дошкільних навчальних закладів №88 та № 274 з корекції поведінкової, емоційно-вольової та когнітивної сфер дитини ми вважаємо наступні:

- забезпечення індивідуального психолого-педагогічного підходу для дітей, які відчують труднощі у засвоєнні учбового матеріалу за програмою навчання у дошкільному навчальному закладі;

- попередження перевтомлення через невідповідність індивідуальних можливостей дитини організації та вимогам навчально – виховного процесу;

- знайомство та навчання батьків дітей, які відвідують дошкільні навчальні заклади з проблеми психологічних особливостей розкитку захисних механізмів дітей дошкільного віку;

- знайомство та навчання вихователів та адміністрації дошкільних навчальних закладів з проблемою психологічних особливостей розкитку захисних механізмів дітей дошкільного віку;

- створення оптимальних середовищних умов для перебування дитини в дошкільному навчальному закладі;

- підтримка та допомога дітям у повсякденні з ціллю закріплення використання ефективних захисних механізмів психіки;

Спираючись на окреслені завдання, нами було розроблено систему роботи працівників дошкільного навчального закладу, яка охоплює взаємодію багатьох спеціалістів, таких як: завідувач, методист, психолог, вихователь, медична сестра, лікар, музичний керівник, тощо.

Проведення корекційної та профілактичної роботи з корекції наслідків впливу механізмів психічного захисисту у поведінковій, емоційно-вольовій та когнітивній сферах дитини, дозволяє знизити кількість дітей, які використовують неефективні захисні механізми психіки, проте, не завжди є ефективним шляхом подолання вказаної проблеми. Переважно це стосується



тих дітей, які за різними причинами рідко відвідують дошкільний навчальний заклад, робота з батьками (опікунами) яких не є ефективною та результативною або за причиною інших додаткових факторів.

На думку дослідників (Т. Г. Жаровцева [80], О. Л. Кононко [121], О. І. Мещеряков [162]) пластичність нервової системи, вікові особливості дошкільників збільшують можливості тренування здатності адаптуватися, поширюють ресурси активної перебудови особистості відповідно до вимог середовища, його умов, обирати адекватні до ситуації копінг-стратегії поведінки.

Зміст та характер психологічної допомоги визначається тими наслідками, до яких призвів безконтрольний перегляд телевізора. У сучасній психологічній науці існують різні підходи до вирішення проблеми порушень у поведінковій, емоційно-вольовій та когнітивній сферах в дітей. Виділемо найбільш суттєві у роботі підходи:

За Т. О. Смолевою [228], М. І. Чистяковою [252] найважливішою є симптомокорекція, яка спрямована на подолання в поведінці, емоційно-вольовій та когнітивній сферах дитини виявлених негативних проявів.

О. І. Захаров [89, 90], А. А. Рояк [212], О. В. Хухлаєва [249] вважають ефективною корекцію, спрямовану на усунення тих або інших чинників, переважно, зовнішніх (додаткових факторів), що сприяють прояву неефективних захисних механізмів дитиною дошкільного віку. А саме певних ситуацій, форм спілкування з іншими людьми, умов середовища, тощо.

За дослідженнями І. В. Дубровіної [77], В. В. Лебединського [139, 140], А. В. Співаковською [232] та іншими слід у корекційно-розвиваючій роботі поділити увагу саме психічному розвитку дитини та приділити увагу створенню оптимальних можливостей та умов для особистісного та інтелектуального розвитку дитини.

У вітчизняній психології гра розглядається як діяльність, у якій дитина навчається орієнтуватися у відносинах між людьми, опановує початкові

навичками кооперації та сумісної діяльності (А. В. Запорожець, А. Н. Леонт'єв, Д. Б. Ельконін, Л. А. Венгер, А. П. Усова). Саме у грі виникають і диференціюються нові види діяльності.

Гра - вид діяльності, який полягає у відтворенні дітьми дій дорослих і відносин між ними, спрямований на пізнання навколишньої діяльності [165, 156]. У процесі гри у дитини з'являється потреба активно впливати на речі, предмети, що її оточують. Вона розвиває та формує інтелектуальні, емоційні, вольові якості особистості дошкільника.

За своїм походженням і змістом гра є соціальним явищем, зумовленим розвитком суспільства і його культури. Це особливі форми життя дитини у суспільстві, діяльність, у якій дитина в ігрових умовах виконує ролі дорослих, відтворює їхнє життя, працю, стосунки. Гра - це форма пізнання світу, провідна діяльність, в якій дитина задовольняє свої пізнавальні, соціальні, моральні, естетичні потреби. Головна потреба дошкільника - бути повноправним членом суспільства, жити і почувати себе на рівні з дорослими. Однак, реально включитися у доросле життя він не може. Для нього побут дорослого складний і перевищує обмежені можливості дошкільника. Дитина зіштовхується з протиріччям: прагненням бути як дорослий і неможливістю реалізувати це прагнення. У цьому полягає суперечність соціальної ситуації розвитку дитини. У цьому полягає суперечність соціальної ситуації розвитку дитини. У грі дитина долає це протиріччя між прагненням до більшої самостійності, активної участі у житті дорослих із реальними можливостями щодо цього.

Гра у дошкільному віці зумовлює якісні зміни у її психіці дитини. В ігровій діяльності найінтенсивніше формуються психічні якості й особистісні риси дитини, тобто основні новоутворення, які готують перехід дошкільника до наступного вікового етапу - молодшого шкільного. Розвиток дітей у грі відбувається, перш за все, за рахунок різноманітної спрямованості її змісту. Існують ігри, спрямовані на фізичне (рухливі), естетичне (музичні), розумове

(дидактичні та сюжетні) виховання. Багато з них, в той же час, сприяють етичному вихованню (сюжетно – рольові, ігри – драматизації, рухливі та ін.).

Ігрова діяльність впливає на формування довільних психічних процесів: у грі починають розвиватися довільні увага і пам'ять. В умовах гри діти краще зосереджуються. Цю властивість було використано у корекційно-розвивальній роботі з дітьми. Свідома мета (зосередити увагу, запам'ятати і пригадати) вирізняється дитиною найлегше у грі. Її умови вимагають від дитини зосередженості на предметах, включених в ігрову ситуацію, на змісті дій і сюжету. Дитина, яка не буде уважною до того, що вимагає попередня ігрова ситуація, не запам'ятає умов гри, буде відсторонена однолітками. Ця ситуація часто зустрічалась на корекційних заняттях. Але потреба у спілкуванні, емоційному заохоченні вимагає від дитини цілеспрямованої зосередженості і запам'ятовування, діти поступово пристосовувались.

В ігровій ситуації дошкільник вчиться діяти із заміником предмета - дає замінику нову (ігрову) назву, діє з ним відповідно до назви, використовує різні предмети різного призначення для однієї дії. Предмети-замінники стають опорою для мислення. На основі дій з ними дитина вчиться міркувати про реальний предмет, уявляє реальну дію з ним і засвоює норму діяльності. Поступово ігрові дії з предметами скорочуються, дитина навчається міркувати про предмети, уявно діяти з ними.

Рольова гра має неабияке значення для розвитку уяви, яка розвивається, коли дитина вчиться заміщати предмети іншими предметами, бере на себе різні ролі. Для дітей старшого дошкільного віку менш властива гра з предмети-замінники в ігрові дії, вони поступово ототожнюють предмети і дії з ними, створюють у своїй уяві нові ситуації. У такому разі гра розгортається у внутрішньому плані дитини.

Розвиток особистості дитини здебільшого можливий саме завдяки грі, оскільки через неї вона пізнає поведінку і взаємини дорослих людей, які

стають зразком для її поведінки. У грі дитина набуває основних навичок спілкування, якостей необхідних для встановлення контактів з однолітками.

Ігрова діяльність також є чинником волі дитини. Саме у грі спочатку вона виявляє здатність добровільно, з власної ініціативи, підкорятися різноманітним вимогам умов гри. Та й сама роль втілює у собі певні правила, є завданням, яке розв'язує дитина з вольовими зусиллями.

Ігрова діяльність наділена найбільшими можливостями для формування дитячої спільності, у ній найповніше активізується суспільне життя дітей, вміння контактувати, вирішувати ситуативні конфлікти.

У процесі ігрової діяльності зароджуються і диференціюються нові види діяльності дитини: формується зображувальна діяльність, вперше з'являються та розвиваються елементи праці і навчання. Використання ігрових прийомів, дидактичних ігор забезпечує відповідність природі дитини дошкільного віку. Саме гра створює зону найближчого психічного розвитку (Л. С. Виготський). [49]

На думку Р. С. Абрамової [ 1 ], у грі дошкільнята вчаться терпінню і кооперативності - тим якостям, які роблять дитину і дорослого партнерами, людьми, здатними взаємно відкрити один одному думки і почуття в інтересах спільної справи, без страху бути незрозумілим або знеціненими. Стосунки з чужими дорослими (вихователь, психолог) будуються по безособовим правилам, які передбачають збереження психологічної дистанції, ніби окреслює межі території, місця, займаного кожним людиною. Це універсальні для організації будь-якого правила взаємодії керівництва та підпорядкування, правила висловлення власної точки зору. По відношенню з чужим дорослим ці правила можуть бути сформульовані наступним чином:

- визначення дистанції;
- позначення дистанції;
- збереження дистанції.

Визначення дистанції пов'язано для дитини з сприйняттям позиції дорослого (хто він для мене?); позначення дистанції - це правила впливу (кому що можна і не можна); збереження дистанції - утримання меж свого психологічного простору від впливу іншої людини. Всього цього дитина навчається в груповій грі з однолітками.

Саме освоєння такого виду гри, як гра з однолітками, є важливим завданням розвитку дошкільного періоду. Гра з однолітками, де помилки у визначенні і збереження дистанції легко виправляються обома сторонами, тим самим накопичується корисний взаємний досвід переживання опору кордонів чужого психологічного простору і свого теж. Як вважає Г. С. Абрамова, будь-яке з'ясування стосунків між однолітками, навіть бійка, більш чесний і справедливий спосіб вирішення проблеми місця у спільній діяльності, ніж дотримання підтримуваних зовнішнім контролем (присутність дорослого). Дітям 5-7 років життєво необхідні такі ситуації, коли дорослий знаходиться поруч з ними, але не разом. Здійснення таких ігор дітьми та з дітьми від дорослої людини вимагає усвідомлення його власної готовності і можливості бути терпимим і виявляти прагнення до кооперативності.

Як зазначає А. А. Рояк [15 ], гра з однолітками для дошкільника - це і своєрідна групова психотерапія, де він може хоча б на час звільнитися від негативних емоцій. Діти цього віку охоче граються «у війну». Це пов'язано з тим, що гра у війну виконує функцію компенсації напруги, яка виникає у дитини від впливом безконтрольного перегляду телевізора.

За словами Г. С. Абрамової, «саме в середині дитинства для повноцінної впевненості в собі дитині потрібне спілкування з однолітками своєї статі. Можливо, механізм цього явища ще мало досліджений, але те, що дитині потрібні саме «дитина», а не дорослі, підтверджується фактами та дослідженнями». У той же час ці ж діти можуть цілком об'єктивно

охарактеризувати своїх товаришів з боку більш важливих для спільної діяльності якостей - доброти, терпіння, дружби.

До кінця дошкільного періоду дитина освоює своє психологічне простір і можливість життя в ньому. Небезпека цього періоду полягає в тому, що дитина ще не знає міри своїм фізичним та розумовим можливостям, тому його вплив на себе і оточуючих може бути надмірним. Тому дорослим людям належить важлива регулююча і спрямовуюча роль у розвитку особистості дитини-дошкільника. Тому гра у випадку колекційної спрямованості повинна бути керована дорослим: психологом, вихователем. Керування грою, створення належних умов, дозволяє психологу коригувати поведінку дитини та її положення в колі однолітків. Особливості формування взаємин дошкільників у спільній грі, залежність їхніх особливостей від рівня організації ігрової діяльності розглянуто в роботах В. І. Гарбузова [60]. І допомагає спеціалісту спрямовувати вплив гри на особистість дитини, діяльність, емоційний стан та отримувати необхідний терапевтичний вплив. Психологічний механізм корекційного впливу гри полягає в систематичному контролі за процесом гри та негайному підкріпленні адекватних поведінкових реакцій дорослим [50].

Зважаючи на багатофункціональність та різноспрямованість впливів ігрової корекції та враховуючи вікові особливості дошкільників, цей метод ми обрали для своєї роботи як оптимальний як засіб корекції та профілактики негативних психологічних особливостей розвитку захисних механізмів психіки дітей дошкільного віку. Ігрова корекція знаходить своє застосування як самостійний метод, так і в комплексній взаємодії з іншими методами: ігрова терапія, терапія мистецтвом, казкотерапія, психогімнастика, піскова терапія та інші. Зупинимось на короткому огляді кожного з них.

Ігрова терапія – метод психотерапевтичного впливу на дітей і дорослих з використанням гри. У роботі з дітьми гра коригує негативні відносини,

страхи, невпевненість у собі, що подавляються дитиною, розвиває здібності дитини до спілкування, збільшує діапазон доступних для дитини дій з предметами.

Вперше методи ігрової терапії були застосовані М. Кляйн, гра використовувалася як заміна методу вільних асоціацій в психоаналізі. Гра, на її думку, представляє символічну діяльність, в якій знаходять вільне вираження подавлені і обмежені соціальним контролем несвідомі несвідомі імпульси і бажання. На думку М. Кляйн символічний зміст гри повинен бути проінтерпретований терапевтом і доведений до свідомості дитини.

Ігротерапію одна з перших застосовувала Анна Фрейд в роботі з дітьми, які пережили бомбардування Лондону під час II світової війни. Якщо дитина мала можливість виразити в грі свої переживання, то вона звільнялася від страху, і пережите не розвивалося в психологічну травму.

До використання гри в психокорекційних цілях зверталися російські дослідники – практики Л. Абрамян [1], А. Варга[1], А. Захаров[1], А. Співаковська [1].

А. Співаковська вважала, що для того, щоб включити в дію механізм перебудови поведінки несміливих у спілкуванні дітей, необхідно змінити умови, тобто вивести з того середовища, в якому з'явилися небажані форми поведінки.

За А. Захаровим [1] метою корекції є перенос негативних емоцій і якостей дитини на ігровий образ. Діти наділяють персонажів власними негативними емоціями, рисами характеру, переносять на ляльку свої недоліки.

Ігрова психотерапія застосовувалась для досягнення наступних цілей:

- соціальний інфантилізм, замкнутість, фобічні реакції, надконформність і надслухняність, порушення поведінки і шкідливі звички,
- при агресивності в поведінці,
- як засіб покращення емоційного стану дитини після психологічної травми,

- для зниження страхів,
- при корекції труднощів у навчанні,
- відставанні у мовному розвитку,
- покращенні “Я-концепції”.

Основні психологічні механізми корекційного впливу гри можна відмітити наступні:

1. Моделювання системи соціальних стосунків в наочно дієвій формі в особливих ігрових умовах.
2. Зміна позиції дитини в напрямку подолання пізнавального і особистісного егоцентризму і послідовної децентрації, завдяки чому відбувається усвідомлення власного “Я” в грі і зростає рівень соціальної компетентності і здібності до вирішення проблемних ситуацій.
3. Формування реальних відносин партнерства та співробітництва.
4. Організація поетапної обробки в грі нових, більш адекватних способів орієнтування дитини в проблемних ситуаціях, їх інтеріоризація, засвоєння.
5. Формування здібності дитини до довільної регуляції діяльності на основі підпорядкування поведінки системі правил.

Терапія мистецтвом або арт-терапія – це сукупність методик, побудованих на застосуванні різних видів мистецтва у своєрідній символічній формі і дозволяють за допомогою стимулювання художньо-творчих проявів дитини з проблемами здійснити корекцію порушень психосоматичних, психоемоційних процесів і відхилень в особистісному розвитку [142]. Сучасні дослідження свідчать про те, що застосування арт-терапії дозволяє дитині виразити свої переживання, проблеми, активізувати спілкування з дорослим, сприяє підвищенню самооцінки та поліпшенню емоційного стану (Р. Беяускайте, О. І. Захарова [91;92], Б. Д. Карвасарський, В. С. Мухіна, А. С. Спиваковска [36;38]).



Ще К. Юнг у своїх працях відмічав [201], що образотворче мистецтво є внутрішньою потребою, свого роду інстинктом, який перетворює людину в інструмент для вираження досвіду колективного несвідомого.

Поняття символу має для арт-терапії принципове значення. Це пов'язано з тим, що арт-терапія представляє собою процес динамічної комунікації, що здійснюється через символічну “мову” образів. Крім того, символи виступають в якості мосту, що з'єднує свідоме і несвідоме.

В символічних образах, що проявляються у творчій уяві чи сновидіннях людини, знаходить своє вираження енергія несвідомого, тимчасове блокування якої є причиною психічної нестабільності. Таким чином, на відміну від З.Фрейда, що рахував символи проявом психічного інфантилізму, К.Юнг вважав, що символи можуть служити не тільки відновленню психічного балансу, але й особистісному зростанню. Через них людина здібна вступати у взаємодію з блокованими аспектами несвідомого і їх енергією, тим самим поступово наближаючись до їх усвідомлення і психічної цілісності. Створення дитиною продуктів мистецької діяльності полегшує процес комунікації, встановлення відношень із значущими дорослими та однолітками на різних етапах розвитку особистості. Інтерес до результатів творчості дитини із сторони оточення, прийняття ними продуктів художньої діяльності підвищує самооцінку, сомосприйняття дитини з проблемами в розвитку. І саме це забезпечує рішення важливого завдання-адаптації дитини через мистецтво та художню діяльність в макросоціальній середі.

Багато досліджень (Р.Беляускайте, О. І. Захарова [91;92], Б.Д.Карвасарський, В.С.Мухіної, А.С.Спиваковської, [36;38]) виявили, що саме арт-терапія дозволяє в особливій символічній формі реконструювати конфліктну травмуючу ситуацію і знайти її вирішення через переструктурування цієї ситуації на основі креативних здібностей дитини. Процес сприйняття мистецтва дітьми представляє собою складну психічну

діяльність, яка поєднує пізнавальні та емоційні компоненти особистості дитини. Художня діяльність дітей забезпечує їх сенсорний розвиток, здатність розрізняти кольори, форми, звуки.

Завданнями арттерапії є: 1) дати соціально прийнятний вихід агресивності та іншим негативним почуттям дитини; 2) отримати матеріал для інтерпретації і діагностичних заключень; 3) пропрацювати думки і почуття, які дошкільник звик подавляти; 4) сконцентруватися на відчуттях і почуттях дитини; 5) розвиток художніх здібностей і підвищення самооцінки.

Серед прийомів, що було використано в корекційно-розвивальній програмі можна виділити: 1) малювання (олівцями, фарбами, воском); 2) моделювання з папером; 4) образні розмови; 5) складанні розповідей; 6) аплікації.

Серед показань для проведення арт-терапії можна виділити наступні: 1) складності емоційного розвитку; 2) актуальний стрес; 3) емоційна деривація дитини; 4) переживання емоційного відторгнення; 5) наявність конфліктів у міжособистісних відношеннях; 6) підвищена тривожність; 7) страхи; 8) негативна «Я-концепція»; 9) низька, дисгармонічна, спотворена самооцінка; 10) низький ступінь само сприйняття.

Корекційно-розвивальні та психотерапевтичні можливості мистецтва пов'язані з наданням дитині з проблемами практично необмежені можливості для самовираження і самореалізації, як в процесі творчості, так і в продуктах діяльності, ствердженням та пізнанням свого «Я»

Психогімнастика – це курс спеціальних занять (етюдів, вправ, ігор), спрямованих на розвиток і корекцію різних аспектів психіки дитини, її пізнавальної та емоційно-особистісної сфери [222]. Метод припускає вираз переживань, емоційних станів, проблем за допомогою рухів, міміки, пантоміми. В основі психогімнастики лежить система прийомів, розроблених чеським психологом Юновой (Junova H., 1975). На теперішній час, метод широко використовується у психологічній практиці у роботі з дітьми у

дитячих садках та школах. Основний акцент зроблено на навчанні елементам техніки виразних рухів у вихованні емоцій і вищих почуттів, набуття навичок релаксації. В корекційно-розвивальній програмі за М. І. Чистяковою діти вивчають різні емоції, можливість керувати ними. Вправи що використовуються у роботі мають різну спрямованість: 1) вправи, що тренують почуття партнера; 2) психом'язове тренування з фіксуванням уваги на диханні; 3) етюди на вираження основних емоцій; 4) вправи на релаксацію, тощо.

Завданням психогімнастики є збереження психічного здоров'я, запобігання емоційним розладам у дитини через зняття психічного напруження, розвиток кращого розуміння себе та інших, створення можливостей для самовираження особистості.

Більшість психогімнастичних завдань побудовані на імітації певних почуттів та емоційних станів людини. Решта передбачає відтворення дітьми дій та вчинків уявних героїв. Оволодіння виразними рухами, що закріпилися у процесі навчання за будь-якими відчуттями і станами людини, дає змогу дитині дошкільного віку не тільки більш адекватно спілкуватися, тонше розуміти почуття інших, а й створює умови для формування їхньої власної емоційної сфери: виховання емоцій та вищих почуттів. Відставання розвитку виразної моторики нерідко зустрічається у першій групі дітей. Малюки з бідною експресією не повністю розуміють значення слів, звернених до них, невірно оцінюють ставлення людей до себе, що в свою чергу може спричиняти розвиток у них астенічних рис характеру. [38]. Психологічні вправи корисні не тільки емоційно загальмованим дошкільнятам, а й малюкам з добре розвиненою експресією, а також надто чутливим та реактивним. Це зумовлено тим, що вплив психогімнастики на емоційно особистісну сферу дитини забезпечується цілим рядом як формуючих, так і корекційних механізмів.

Розглянемо деякі з провідних механізмів впливу психогімнастики на психіку дитини. По-перше, у процесі оволодіння технікою виразних рухів дитина вчиться розпізнавати відповідні почуття і емоційні стани оточуючих, називати їх словами й адекватно реагувати на них. Розвиток емоційного словника, вміння усвідомити і висловити свої переживання запобігає виникненню у малюка емоційних проблем, нервового напруження. По-друге, у спеціальних етюдах та іграх діти тренують свою увагу, пам'ять, спостережливість, витримку, а також оволодівають марним компонентом відповідних психічних станів (увага, зосередженість, розслабленість, гнів, страх). Можливість, граючи, уявно пережити зосередженість або страх робить ці стани більш контрольованими, більш залежними від волі дитини. По-третє один з провідних механізмів впливу психогімнастики на розвиток емоційно-особистісної сфери дошкільників ґрунтується на психотерапевтичній роді гри та мистецтва. Дітей спонукають до відображення своїх емоційних переживань у розповідях, малюнках, інсценівках. Зображаючи уявні небезпечності і переживаючи перебільшені страхи, через пересичення звільняються від психотравмуючої дії емоційних переживань. Цей механізм психокорекції поширюється не тільки на страхи, а і на гнів, агресивність, гидливість, ревності т ін. По-четверте, у вихованні вищих моральних почуттів велике значення має механізм “вживання в образ”. Це, з одного боку, можливість побути в ролі тих істот, що лякають малюка, а також тих людей, з якими він спілкується. Таким чином дитина відходить від егоцентричної позиції у сприйманні ситуації. З іншого боку, виконуючи роль позитивного героя, який не злякався, виявив турботу, надав допомогу іншим, малюк одержує позитивний зворотний зв'язок: йому дякують, його хвалять, ним пишаються. Переживання радості з приводу хвали за добру роботу, змінює самооцінку малюка і значно краще впливає на його поведінку, ніж докори і повчання. Ряд ігрових вправ не тільки сприймають розвитку виразних рухів, а й допомагають дитині через засвоєння моторного компонента психічних

станів наблизитися до оволодіння довільною увагою. Такі вправи рекомендують дітям з психомоторною гіперактивністю, із зниженим настроєм, затримкою психічного розвитку та іншими видами, що призводять до незрілості уваги. Працюючи з надто збудливими дітьми, доцільно зацікавлювати їх самою грою, а не перемогою в ній.

Казкотерапія - ефективний спосіб корекції поведінки дитини, що використовує ресурси казок для вирішення цілого ряду завдань: виховання, освіта, розвиток особистості і корекція поведінки. Головним засобом впливу в казкотерапії є метафора, як ядро будь-якої казки. Саме глибина і точність метафори визначають ефективність казкотерапевтичних прийомів у роботі з дітьми. Метод казкотерапії широко застосовувався у сучасній психологічній практиці такими вченими як: М. В. Брежнєва [31], І. В. Вачков [45], Т. Д. Зинкевич-Евстигнєєва [97] та інші.

Функції казок: 1) Тексти казок викликають емоційний резонанс як у дітей, так і дорослих. Образи казок звертаються одночасно до двох психічним рівнями: рівнем свідомості і підсвідомості. 2) Казкотерапія заснована на ідеї цінності метафори як носія інформації. про життєво важливі явища; про життєві цінності; про внутрішній світ автора (в разі авторської казки).

У казці у символічній формі міститься інформація про те: як влаштований цей світ, хто його створив; що відбувається з людиною в різні періоди його життя; які етапи у процесі самореалізації проходить людина; які труднощі перешкоди можна зустріти в житті і як з ними справлятися; як купувати і цінувати дружбу й любов; якими цінностями керуватися в житті; як будувати стосунки з батьками та іншими дітьми; як прощати, тощо.

За О. І. Захаровим [89] метод казкотерапії можна віднести до розряду літературної творчості, яка сприяє надбанню позитивних життєвих цінностей, навчанню адекватним формам поведінки. Серед можливостей роботи з казкою, можна виділити наступні: 1) використання казки як

метафори; 2) малювання за мотивами казки; 3) обговорення поведінки і мотивів дій персонажу; 4) програвання епізодів казки; 5) використання казки як притчі ( з допомогою метафори можливий варіант вирішення ситуації)

Серед позитивних впливів методів казкотерапії на дитину, можна виділити наступні: казка допомагає пізнати оточуючий світ; знімає емоційну напругу, розслабляє; допомагає побачити шлях з емоційної безвиході; в непрямій формі дитина отримує морально-етичний урок і, наслідуючи героя, може змінити власну поведінку; дає можливість налагодити емоційний контакт дорослого з дитиною.

Концепція комплексної казкотерапії базується на 5 видах казок: 1) художні – народні казки, міфи, притчі, авторські історії; 2) дидактичні – у формі дидактичних казок подаються навчальні завдання; 3) медитативні служать для зняття психоемоційної напруги, створення кращих моделей взаємовідносин; 4) психотерапевтичні – казки, що розкривають глибинний зміст подій; 5) психокорекційні казки створюються для м'якого впливу на поведінку дитини. Під корекцією розуміється “заміщення” неефективного стилю поведінки на більш продуктивний, а також пояснення дитині зміст того, що відбувається. Застосування психокорекційних казок обмежене за віком ( до 11-13р.) і проблематиці (неадекватна, неефективна поведінка).

Метод пісочної терапії – один з методів терапії, що виник у рамках юнгіанського аналітичного підходу і багато в чому базується на роботі з символічним змістом несвідомого як джерелом внутрішнього зростання і розвитку. Автором цього методу, що виник в 50-х роках минулого століття, вважається швейцарський юнгіанський аналітик Дора Калф. Головним принципом, встановленим Д. Калф є “створення вільного і захищеного простору”, в якому пацієнт – дитина або дорослий - може виражати і досліджувати свій світ , перетворюючи свій досвід і свої переживання, часто незрозумілі або турбуючі, в зримі і відчутні образи.

Як визначає Л. А. Шик, пісочна терапія – це спосіб спілкування зі світом і самим собою; спосіб позбавлення внутрішнього напруження, що підвищує впевненість у собі та відкриває нові шляхи розвитку. Пісочна терапія дає можливість торкнутися внутрішнього, справжнього «Я», відновити свою психічну цілісність.

Техніка активної уяви, що розроблена К. Юнгом, може розглядатися, як теоретичний фундамент пісочної терапії. Створення пісочних сюжетів сприяє творчому розвитку дитини та активізації власного «Я». Формуванням концепції «пісочної терапії» здебільшого займалися представники юнгіанської школи. Для того щоб використовувати унікальні можливості піску на практиці, створюється сучасна система пісочних ігор, спрямованих на навчання та розвиток особистості. У цій галузі працюють сучасні вчені, психологи, педагоги: Т. М. Грабенко, Т. Д. Зінкевич-Євстигнеєва, М. В. Кисельова, Н. В. Маковецька, Н. А. Сакович, та інші.

Серед можливостей пісочної терапії можна виділити наступні шляхи гармонізації (упорядкування) внутрішнього душевного стану за допомогою декількох механізмів: а) опрацювання ситуацій, що травмують психіку, на символічному рівні; б) відрегулювання негативного емоційного досвіду під час творчого самовираження; в) розширення внутрішнього досвіду; г) зміна ставлення до себе, до свого минулого, сьогодення і майбутнього. д) зміцнення (або пробудження) довіри до світу, розвиток нових, продуктивніших взаємин зі світом.

Перевага пісочної терапії, на думку Н. Сакович, у тому, що вона: 1) сприяє процесу індивідуалізації; 2) звільнює творчий потенціал, внутрішні почуття, сприймання й актуалізує спогади; 3) забезпечує багатогранний досвід завдяки багатьом символічним значенням; 4) сприяє поверненню дитини до минулого досвіду з метою повторного переживання; 5) створює місток між несвідомим та свідомим, внутрішнім та зовнішнім, духовним і фізичним, невербальним і вербальним; б) забезпечує безпосередню гру, де

немає жодного правильного або неправильного шляху; 7) дозволяє позбутися контролю свідомості; 8) є природною умовою для дітей; 9) відсутні перепони для спілкування з людьми різного віку та інтелектуального статусу; 10) є доповненням до інших методів психокорекційної та психотерапевтичної роботи.

Пісочна терапія як різновид арт-терапії зорієнтована на притаманний кожній дитині внутрішній потенціал здоров'я і сили. Вона акцентує увагу на природному вияві думок, почуттів та настрою в творчості, прийняття дитини такою, якою вона є. Для дітей — це ігровий спосіб розповісти про свої проблеми, продемонструвати свої страхи та позбавитись їх, а також емоційного напруження. Адже гра для дитини — це необхідна, природна й улюблена діяльність.

З ціллю метою ліквідації негативних наслідків активізації захисних механізмів дітей дошкільного віку розроблено програму, метою якої є подолання тенденцій дисгармонійного розвитку особистості дітей дошкільного віку та ліквідування наслідків негативного впливу безконтрольного перегляду програм телепередач. Вона містить три наступних блоки: установчий, корекційно-розвивальний та закріплюючий.

Серед основних напрямків корекційно-розвивальної роботи можна виділити: корекція гіперактивної поведінки, навичок спілкування з однолітками, розвиток самоконтролю, розвиток пізнавальних процесів та загальної обізнаності дітей, тощо. Для програми корекційно-розвивальної роботи обрано найбільш ефективні методи роботи з дітьми дошкільного віку, такі як: ігрова та пісочна терапія, арт-терапія, психогімнастика, казкотерапія.

Програма апробована на базі дошкільних навчальних закладів, проводилась протягом року 2-3 рази в неділю у груповій та індивідуальній формі з використанням вказаних методів. В апробації програми приймали участь діти, які безконтрольно дивляться програми телепередач, всього 264 дитини (170 хлопчиків та 194 дівчинки) старшої групи віком від 5 до 6 років.



Важливим у плані проведення дослідження є співставлення отриманих результатів з первинними значеннями, що дозволяє встановити ефективність розробленої програми розвитку дітей, які безконтрольно дивляться телевізор.

Для унаочнення змін, які відбулися після проведення розвивальної програми у порівнюваних групах, було розраховано узагальнені значення результативності.

Отримані дані свідчать про те, що найбільш суттєві зміни у бік покращення в першій групі відбуваються у когнітивній сфері. Менш виразними є зміни у поведінковій (використання ефективних копінг-стратегій поведінки) сфері. Повільніше реагують на корекційний вплив емоційно-вольова сфера дітей. В цілому, відмічається зменшення використання неефективних копінг-стратегій поведінки та загальної адаптації дітей першої групи.

Таблиця 3.18

Відсотковий розподіл дітей дошкільного віку за рівнями когнітивного розвитку до та після проведення корекційної роботи

Ефективність копінг-стратегій	До проведення корекційної програми (у %)	Після проведення корекційної програми (у %)
	ПГ	ДГ
Ефективні	5,2	15
Ефективні в окремих випадках	26,2	34,4
Не ефективні	68,6	50,6

Примітка: Позначення показників: ПГ – перша група, ДГ – друга група.

Цю тенденцію підтверджують результати обчислення загального рівню когнітивного розвитку дітей до і після проведення корекційної-розвиваючої роботи. Порівняльні результати повторної діагностики дітей після проведеної психокорекційної роботи представлені у табл. 3.18.

В емоційній сфері дітей також виявлено покращення, але вони виявилися незначними, що встановлено в результаті статистичної оцінки достовірності відмінностей. У табл. 3.19 представлені результати відсоткового розподілу за відповідними показниками до і після проведеної корекційно-розвивальної роботи.

Таблиця 3.19

Результати діагностики показників емоційної сфери дітей до і після проведення експерименту

Показники емоційної сфери	До проведення (у %)	Після проведення (у %)
Тривога, страхи	82	75
Пригніченість, зниження настрою	24,2	20,3
Незадоволення у спілкуванні	66,7	57,8
Агресивність	24,2	20,1
Конфліктність	54,5	48

Порівняння результатів, отриманих до та після експерименту, виявляє незначну ефективність впливу корекційно-розвивальної програми саме на емоційну сферу дітей, які безконтрольно дивляться програми телепередач. Даний напрямок потребує доопрацювання, залучення додаткових засобів та посилення роботи з сім'єю, оскільки за оцінкою додаткових чинників (складнощі у сімейних взаєминах, розрив шлюбу батьків тощо) встановлено, що вони є поширеними саме в групі дітей, які безконтрольно дивляться

програми телепередач, та водночас стійкими (до експерименту відмічається у 45,5% дітей, після - у 44%).

Разом з тим відсутність суттєвих змін у емоційній сфері дітей, які безконтрольно дивляться програми телепередач, вказує на те, що питання про необхідність зняття внутрішньої напруги та фрустрації у них залишається актуальним, але, зважаючи на дані про позитивні зрушення у когнітивній та поведінковій сфері, можна стверджувати, що цей процес відбувається із залученням незахисних механізмів: усвідомлення, самоконтролю, співчуття тощо.

В цілому, в результаті проведення корекційно-розвивальної програми у дітей, які безконтрольно дивляться програми телепередач, відмічається зменшення використання неефективних поведінкових стратегій, посилення нормативності поведінки, покращення активності на заняттях, комунікативної активності, мовленнєвої компетенції; ускладнення мовлення, активізація пізнавальної активності, зростання рівня когнітивного розвитку. Всі ці зміни свідчать про покращення адаптованості дитини та послаблення дії захисних механізмів. Зміни, що відбуваються в процесі корекційно-розвивальної програми, впливають на характер адаптації дітей, яка стає незахисною та більш ефективною.

Отримані результати свідчать про успішність апробації розробленої програми корекції дисгармонійного розвитку особистості дітей дошкільного віку, які безконтрольно дивляться програми телепередач.

### **3.3. Рекомендації батькам стосовно попередження когнітивної затримки, поведінкових та емоційно-вольових проблем у дітей дошкільного віку**

У результаті тривалої роботи з дітьми, які безконтрольно дивляться телевізор, та консультування їх батьків, було розроблено рекомендації

батькам, які допоможуть відкоригувати поведінку дитини і відучити від постійного перегляду телепрограм.

1. Спробуйте для початку налагодити емоційний контакт з вашою дитиною, щоб вона відчула, що ви її приймаєте такою, якою вона є і готові не засуджувати, а допомагати. Якщо дитина не впевнена у своїх силах, відмовляється щось робити, підвищуйте її самооцінку: «Ти у мене чудовий», «Дивись, як у тебе це добре виходить», «Ти обов'язково з цим впораєшся ...» і т.д. у такому ж позитивному дусі. Частіше хваліть навіть за незначні дрібниці і висловлюйте впевненість, що вона й іншого навчиться.

2. Реалістично оцініть час, який проводите перед телевізором. Скільки годин на день ваша сім'я проводить перед телевізором? Щоб відповісти на це питання, простежте (не втручаючись), як довго діти залишаються перед телевізором. Мова йде не тільки про перегляд телепрограм або мультфільмів, які транслюються по телебаченню, а й про перегляд відео. Заведіть міні-щоденник і протягом тижня записуйте точний час початку і закінчення телесеансу. Не виключено, що результати вас здивують.

3. Складіть план. Заздалегідь визначте, які телепрограми дозволено дивитися дітям. Не вмикайте телевізор, коли вам того заманеться. Озброївшись телепрограмою, складіть план сімейних переглядів і не відступайте від нього.

4. Не встановлюйте телевізор у центрі кімнати. За даними психологічних досліджень, у дітей частіше виникає бажання дивитися телевізор, якщо він розташований у центрі кімнати, тобто на виду. Спробуйте переставити телевізор ближче до дверей, щоб він менше привертав увагу дитини.

5. Не забудьте вимкнути телевізор. Дослідження показали, що близько 50% людей не вимикають телевізор, навіть коли не дивляться його і займаються своїми справами.

6. Привчіть дітей обходитися без телевізора. Забороніть дивитися телевізор у певний час. Почніть з малого: забороніть дивитися телевізор під час споживання їжі. Можливо, спочатку ви зустрінете деякий опір, однак у такому ранньому віці діти легко приймуть нові правила гри.

7. Не критикуйте прямо її погану поведінку: «Що ти накоїв?!», «Так не можна!». Краще зробіть це в конструктивному жанрі: «Я засмучена твоїм вчинком, бо я впевнена - ти можеш вчинити набагато краще», «Ти, напевно, не хотів такого, правда?». Розбираючи конфлікт, озвучуйте не тільки свої почуття (див. вище), а й почуття сина: «Ти зараз сердишся, тому що ... » тощо.

8. Учіть дитину «вливати» накопичені роздратування прийнятним способом: порвати папір, побити подушку, покричати в стаканчик. Подайте приклад самі – і, можливо, це обох вас несподівано розвеселить і напружена ситуація розрядиться.

9. Далі, коли ви відчули довіру вашої дитини, обережно почніть обговорювати її «мультяшні» захоплення, не виносячи свого засуджувачого вердикту – «Це погано!». Вчіть сина міркувати й аналізувати, чи добре чинить той чи інший герой, чи ні. Звичайно, для цього вам доведеться разом з ним переглядати сюжет, але зате ви станете другом синові і непомітно зможете шляхом міркувань підвести до правильного вибору добрих коротких мультфільмів, а не тривалих і важких мультсеріалів. А він буде думати, що зробив вибір сам.

10. Коли вдається налагодити дружній контакт з дитиною і переключитися на короткі і спокійні мультфільми, у вас з'явиться можливість домовитися з сином, що зараз важливішим є зробити уроки (прогулянка на вулиці, ігри з татом), а цікавий «мультик» можна переглянути пізніше (це можна зробити, якщо є комп'ютер і диск). Нехай чоловік підтримає вас у прийнятті рішення перегляду телепередач під суворим наглядом.

11. Не забудьте про рухливі види спорту. Семирічного хлопчика вже можна віддати в яку-небудь спортивну секцію (тільки не єдиноборства), при цьому важливо вибрати хорошого дитячого тренера. Будуть корисними ігри з татом і з однолітками у футбол, сімейні короткі походи в ліс та ін.).

12. Знаходьте для дітей цікаві заняття. Запропонуйте дитині трохи помалювати, купіть книжку-розмальовку, почитайте книгу, розкажіть казку або пограйте з малюком в інтерактивні ігри.

13. Дістаньте старі іграшки. Як відомо, дітям швидко набридають нові іграшки. Також відомо, що все нове – добре забуте старе. На деякий час приховайте занедбані іграшки, а потім непомітно «підкиньте» їх дитині.

14. Попросіть дитину допомогти вам поратися у домі. Маленькі діти люблять допомагати мамі в митті посуду, прибиранні кімнати та інших домашніх справах, тому намагайтеся залучати їх до роботи у домі. Сміливо довіряйте малюкові щітку для миття овочів або ганчірку для пилу – він буде задоволений вашою довірою.

15. Підспівуйте! Діти, як правило, люблять пісні й охоче їх співають. Частіше співайте разом з дитиною – це розвиває його мовні навички та слух. Крім того, спів вчить малюка помічати відмінність між звуками мови – ця навичка дуже знадобиться йому, коли прийде пора вчитися читати.

Кожен з батьків дітей, які брали участь в експерименті, був ознайомлений з розробленими рекомендаціями на батьківських зборах, круглих столах. Також ця інформація була розміщена на стендах для батьків у групах, та в куточку психологічної інформації для батьків, де всі бажаючі могли з нею ознайомитися.

Даний перелік загальних рекомендацій для батьків було представлено на методичних семінарах для вихователів та психологів Суворовського району як примірник рекомендацій для родин, у яких діти безконтрольно дивляться телевізор.

### Висновки до розділу 3

Результати проведеного дослідження дітей двох підвбірок, а також дослідження їх батьків, дають підстави висновувати:

1. Будь-яка інформація, що надходить у підсвідомість, через певний час починає впливати на думки, вчинки, бажання, взагалі на поведінку індивіда. У підсвідомості дитини відкладається вся інформація, яка взагалі коли-небудь проходила повз дитину.

2. Інформація, яка поступає до свідомості дитини з телеефіру, формує в неї певні когнітивні шаблони: нереальне уявлення про навколишній світ, можливості людини, засоби спілкування з іншими тощо.

3. Виявлено, що діти, які безконтрольно дивляться телевізор, мають нереальну картину світу, уявлення про надприродні здібності людини, що доводить, негативний вплив безконтрольного перегляду телепрограм на дошкільнят. Унаслідок цього знижуються їхні пристосувальні здібності, можливість адекватно реагувати в навколишньому середовищі.

4. Доведено, що сучасна дитина, особливо дошкільник, який більшість вільного часу вдома проводить біля телевізора, відчуває брак спілкування. Також страждає розвиток мовлення та мовленнєва компетентція.

5. У дітей, які безконтрольно переглядають програми телепередач, рівень конфліктності вищий на 37,8%, а агресивності – на 20%, ніж у їхніх однолітків, які більшу частину вільного часу проводять за іграми.

6. Тривога, емоційна неврівноваженість у дітей першої групи значно вища, що підкреслює негативний вплив телебачення.

7. Діти, які безконтрольно сидять перед телевізором, обмежені у своїй пізнавальній діяльності і на 16% відстають у загальному когнітивному розвитку від дітей, які велику частину часу проводять за іграми і дивляться телевізор вибірково.

8. Установлено, що в родинях, де батьки більшість вільного часу проводять поряд із телевізором, не обмежують і своїх дітей у часі перегляду телепрограм і змісті ефіру.

9. Виявлено, що діти, які безконтрольно дивляться телепередачі, копіюють копінг-стратегію «Дивлюся телевізор» у своїх батьків і на одному рівні з батьками знаходяться під впливом будь-якої інформації ефіру.

10. Установлено, що когнітивний розвиток дітей, які безконтрольно дивляться телевізор, не відповідає віковим нормам, і це свідчить не просто про наявну залежність безконтрольного перегляду телепередач та когнітивного розвитку особистості дошкільника, а й доводить, що безконтрольний перегляд телепрограм особистістю у дошкільному віці пригнічує її когнітивну активність і розвиток.

11. Було виявлено, що в більшості батьків не достатньо психолого-педагогічних знань. Найчастіше вони не знають проблем своїх дітей і не замислюються над тим, як нормалізувати їх психічний стан. Керуючись правильним розумінням благополуччя дитини, батьки часто самі створюють такі ситуації, які змушують дітей захищатися неадекватно. У зв'язку з цим важливо, щоб ті батьки, які відчують дефіцит інформації у галузі дитячої психології, зуміють скористатися матеріалами, представленими в цій дисертації. На превеликий жаль, наш досвід роботи з батьками показав, що не всі вони схильні або готові до сприйняття психолого-педагогічних знань.

Основні положення цього розділу розглянуто у таких публікаціях:

1. Варнава У.В. Дослідження впливу сучасного телебачення на формування особистості дитини / У.В. Варнава // Науковий вісник ПНПУ ім. К.Д. Ушинського: (Спецвип.: Психологія особистості: теорія, досвід, практика) : зб. наук. праць [наук. ред. А.М. Богуш]. – Одеса: Навч. кн., 2009. – С. 27-34.



2. Варнава У.В. Влияние бесконтрольного просмотра телевизора на формирование личности ребенка старшего школьного возраста / У.В. Варнава // Наука і освіта (Спецвип.: Теоретико-методологічні засади дослідження особистості): зб. наук. праць [наук. ред. О.П. Саннікова]. – Одеса: Навч. кн., 2009. – №6. – С. 104-107.

3. Коробіцина М.Б. Психологічна корекція у практиці клінічного психолога [методичні рекомендації] / М.Б. Коробіцина, У.В. Варнава. – Одеса: «Астропринт», 2009. – 50с.

## ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Дана дисертаційна робота присвячена системному розгляду проблеми психологічних особливостей розвитку захисних механізмів психіки дітей дошкільного віку. З цією метою розроблено модель проявів та розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку в умовах безконтрольного перегляду телебачення, досліджено симптомокомплекс когнітивних, емоційних та поведінкових проявів, що супроводжують цей процес, апробовано програму корекції проявів захисної психічної адаптації та дисгармонійного розвитку дітей дошкільного віку, які безконтрольно дивляться програми телепередач.

1. Аналіз сучасної наукової літератури виявив різні підходи до зазначеної проблеми у роботах вітчизняних і зарубіжних спеціалістів. Попри неоднозначність виявлених поглядів можна констатувати, що захисні механізми виникають у фруструючих ситуаціях, закріплюються у психіці при повторенні схожих ситуацій, актуалізуються в них і забезпечують адаптацію особистості. Умови ексквізитної ситуації (ситуації протиріччя, що акумулює впливи зовнішніх та внутрішніх чинників на особистість дитини) викликають утворення і функціонування механізмів захисту. Здатність дитини знаходити вихід у таких ситуаціях визначає її можливості розвиватися особистісно, ефективно взаємодіяти з оточенням і середовищем, реагувати адаптивно. Розвиток механізмів психологічного захисту особистості пов'язується із незадоволенням базових потреб, з конфліктами та чинниками (внутрішніми й зовнішніми). Він спрямовується на збереження цілісності внутрішньої реальності, адаптацію до зовнішнього світу. Виникнення та розвиток захисних механізмів особистості дитини відповідають загальним закономірностям онтогенезу.

2. Складено теоретичну модель проявів та розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку в умовах безконтрольного перегляду

телебачення на базі теоретичних та практичних досліджень. Ця схема охоплює два рівні чинників активації ексквізитної ситуацій, що в свою чергу, включає дію та розвиток захисних механізмів особистості. У подальшому це перешкоджає ефективній адаптації дитини та призводить до дисгармонійного розвитку особистості дошкільника.

3. Розроблено програму емпіричного дослідження наслідків впливу безконтрольного перегляду телебачення дітьми дошкільного віку, що супроводжуються активізацією механізмів психічного захисту. Виявлені ряд напрямків змін у особистості дитини: у поведінковій, когнітивній та емоційно-вольовій сферах. Створено психодіагностичний комплекс методик, що дозволив достовірно виявити та системно описати наслідки негативного впливу безконтрольного перегляду телепередач на особистість дитини дошкільного віку.

4. Емпірично встановлено відмінності у розвитку когнітивної, емоційної і поведінкової сфер дітей, які мають вільний доступ до телепередач будь-якого змісту і не мають обмежень у часі перегляду (в середньому 3 години і більше), і дітей, які мають контроль з боку батьків.

Встановлено загострення негативних емоційно-поведінкових реакцій, зростання психоемоційного напруження, зниження самооцінки у дитини, затримка її когнітивного розвитку та наявність поведінкових труднощів. Це свідчить про певні порушення психічної адаптації та активізацію механізмів психічного захисту. Результати діагностики когнітивних, емоційних та поведінкових особливостей дітей дошкільного віку, що увійшли до другої групи, свідчать про відсутність чіткого симптомокомплексу цих якостей.

Отже, емпіричне дослідження дозволило виявити основні напрями негативному впливу безконтрольного перегляду програм телепередач на розвиток особистості дітей дошкільного віку.

5. Встановлені дисгармонійні зміни у когнітивній, емоційній та поведінковій сфері особистості дошкільників, що виникають в умовах

безконтрольного перегляду програм телепередач, опосередковано свідчать про активізацію захисних механізмів. Зазначені негативні наслідки є закріпленими шаблонами дій та реагування (паттерни), що засвоєні дитиною з телебачення. Ці паттерни не здатні вирішати ексквізитні ситуації, а навпаки, ще більш фруструють особистість. Особистість використовує їх автоматично, несвідомо. Крім захисних реакцій, які реєструються на поведінковому, когнітивному та емоційно-вольовому рівнях, у дитини поступово виявляються психологічні захисні механізми. Серед виявлених захисних механізмів виділено наступні: заміщення, проєкція, регресія, витіснення, відчуження (або ізоляція), заперечення, ідентифікація, компенсація, сублімація. Це свідчить про поступове становлення зрілої системи психологічного захисту.

6. Розроблена програма корекції проявів захисної психічної адаптації та дисгармонійного розвитку дітей дошкільного віку, які безконтрольно дивляться програми телепередач з урахуванням отриманих емпіричних результатів. Впровадження програми дозволило відкоригувати у певній мірі ряд негативних наслідків безконтрольного перегляду телебачення на поведінковому, когнітивному та емоційному рівнях. У роботі доведено ефективність та доцільність використаних методів корекційної-розвивальної програми.

Спрямований вплив на вищезазначені сфери особистості методами корекційної-розвивальної програми показав достатньо високу ефективність, але не вичерпав повного кола проблем корекції наслідків дії захисних механізмів. Недостатньо суттєвими виявилися зміни у емоційній сфері, що пояснюється відсутністю у межах розробленої програми можливості докорінно змінити умови виховання дитини, зокрема, абсолютно уникнути ситуацій безконтрольного перегляду телевізійних програм, внутрішньосімейних конфліктів та інших зовнішніх чинників, що провокують виникнення ексквізитних ситуацій. Встановлено, що

використання розробленої корекційно-розвивальної програми уповільнюється розвиток захисних механізмів та активізується дія механізмів, що забезпечують повноцінну та ефективну психічну адаптацію дітей.

Матеріали дослідження не вичерпують усіх проблем, пов'язаних із дослідженням захисних механізмів психіки дітей дошкільного віку, які безконтрольно дивляться програми телепередач. Перспективною в даному контексті є розробка спеціальних методів і програм розвитку копінг-стратегій, комунікативних якостей, емоційної та когнітивної сфери дитини старшого дошкільного віку, які безконтрольно дивляться програми телепередач, а також розробку методик, спрямованих на вивчення умов розвитку механізмів психологічного захисту та копінг-стратегій дітей молодшого шкільного віку.

### Список використаних джерел

1. Абульханова-Славская, Ксения Александровна. Проблема личности в психологии / К. А. Абульханова-Славская. – М.: ИП РАИ, 1997. – С. 270-373. – (Психологическая наука в России XX столетия: проблемы теории и истории).
2. Айке, Дитер. Сверх-Я: инстанция, задающая направление нашим поступкам // Энциклопедия глубинной психологии. Зигмунд Фрейд. Жизнь. Работа. Наследие / Д. Айке. – М.: ЗАО "МГ Менеджмент", 1998. – Т.1 – С. 507
3. Ананьев, Борис Герасимович. Избранные психологические труды: В 2-х тт./ Б.Г Ананьев. – М.: Педагогика, 1980 – Т. 1. – 230 с., ил.; Т.2. – 287 с., ил.
4. Ананьев, Борис Герасимович. Некоторые проблемы психологии взрослых: Вып. 6. / Б.Г. Ананьев. – М.: Знание, 1972. – 32 с.
5. Ананьев Борис Герасимович. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – Л.: ЛГУ, 2001. – 339 с.
6. Ананьев, Виталий Александрович. Введение в психологию здоровья / В.А. Ананьев. – СПб.: БПА., 1998. – 148 с.
7. Анастаси, Анна. Психологическое тестирование [Мастера психологии] / А. Анастаси, С. Урбина. – СПб.: Питер, 2007. – 688 с.
8. Анастаси, Анна. Психологическое тестирование: В 2-х кн. / Анна Анастаси; [пер. с англ. К. М. Гуревича, В.И.Лубовского]. – СПб.: Питер, 2007. –688 с.
9. Андреева, Галина Михайловна. Социальная психология / Г.М. Андреева. – М.: Аспект-Пресс, 1999. – 376 с. – (Учебник для высшей школы).
10. Анциферова, Людмила Ивановна. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анциферова // Психологический журнал. - 1994. - Т.15. - № 1. – 12с.

11. Анциферова, Людмила Ивановна. Психология повседневности: жизненный мир личности и «техника» ее бытия / Л.И. Анциферова // Психологический журнал. - 1993. - № 2 – с. 3- 16.
12. Анциферова, Людмила Ивановна. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Г.И. Анциферова // Психологический журнал. – М.: ИПРАН, 1994. – Т.15, №1. – С. 3 –18.
13. Аргайл, Майкл. Психология счастья / М. Аргайл. - М.: Прогресс, 1990. – 336 с.
14. Асеев, Владимир Георгиевич. Мотивация поведения и формирование личности / В.Г. Асеев. - М.: Мысль, 1976. – 158 с.
15. Асмолов, Александр Григорьевич. Об иерархической структуре установки как механизма регуляции деятельности: В 4т. / А.Г. Асмолов. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т.1: Бессознательное: природа, функции и методы исследования. – 1978. – С.147-157.
16. Асмолов, Александр Григорьевич. Личность как предмет психологического исследования / А.Г. Асмолов. - М.: МГУ, 1988. – 124 с.
17. Базенков, Илья Львович. Психологические защитные механизмы и отношения в семье / И.Л. Базенков // Биология. Прил. к газете «Первое сентября». -1996. - №12 (март). - С.8-9.
18. Байбородова, Людмила Васильевна. Воспитательный процесс в современной школе: Учебное пособие / Л.В. Байбородова, М.И. Рожков. – Ярославль: ЯГПУ, 1997. – 380 с. – (Яросл. гос. пед. ун-т им. К.Д.Ушинского).
19. Балл, Георгий Алексеевич. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г.А. Балл // Вопросы психологи. - 1989. - №1. - С. 92-100.
20. Бассин, Филипп Вениаминович. К истории и современной постановке вопроса / Ф.В. Бассин, А.С. Прангишвили, А.Е. Шерозия // Бессознательное:

природа, функции и методы исследования: В 4-х тт. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т.1. - С. 23-34.

21. Бассин, Филипп Вениаминович. К проблеме бессознательного /Ф.В. Бассин // Вопросы философии. - 1962. - №7.- С. 112-124.

22. Бассин, Филипп Вениаминович. О статье В.В.Налимова и Ж.А.Дрогалиной «Вероятностная модель бессознательного» / Ф.В. Бассин // Психологический журнал. - 1985. - Т.6, №1. - С.137-139.

23. Бассин, Филипп Вениаминович. Проблема бессознательного / Ф.В. Бассин. - М.:Медицина. - 1968. - 468 с.

24. Бассин, Филипп Вениаминович. Проблема психологической защиты / Ф.В. Бассин, М.К. Бурлакова, В.Н. Волков // Психологический журнал. - 1988. - Т.9, №3. - С. 78-86.

25. Берн, Эрик. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений / Э. Берн; [пер. с англ. А.А. Гузберг]. – Екатеринбург: ЛИТУР, 1999. – 246 с.

26. Бернс, Роберт. Развитие Я-концепции и воспитание / Роберт Бернс; [Пер. с англ.] - М.: Прогресс, 1996. – С. 30-66.

27. Бернс, Роберт. Кинетический рисунок семьи: введение в понимание детей через кинетические рисунки / Р. Бернс, С.Х. Кауфман. [Пер. с англ.] – М.: Смысл, 2006. – 146 с.

28. Блум, Геральд. Психоаналитические теории личности / Г. Блум. — М.: КСП, 1996. – 243 с.

29. Бодалев, Алексей Александрович. Личность и общение / А.А. Бодалев. - М.: Межд. пед. академия, 1995. - 326 с. (Избр. психол. труды. 2-е изд., перераб).

30. Божович, Елена Дмитриева. Психологические особенности развития личности подростка / Е.Д. Божович. - М.: Знание, 1979. - 39с., ил.

31. Божович, Лидия Ильинична. Личность и ее формирование в детском возрасте / И.Л. Божович. – М.: Педагогика, 1968. – 464 с.



32. Божович, Лидия Ильинична. Этапы формирования личности в онтогенезе / Л.И. Божович // Вопросы психологии. – 1979, №4. - С. 23-34.
33. Болонева, Юлия Михайловна. Механизмы психологической защиты в исследованиях З. Фрейда / Ю.М. Болонева, Г.С. Корытова. – Томск: Томский государственный университет, 2004. – С.354-357 (сборник научных трудов).
34. Брайт, Джим. Стресс. Теории, исследования, мифы / Д. Брайт, Ф. Джонс – СПб: ПРАИМ-ЕВРОЗНАК, 2003. - 352 с.
35. Брушлинский, Андрей Владимирович. Психология субъекта в изменяющемся обществе / А.В. Брушлинский // Психологический журнал. – 1996. - Т. 17. - №6. - С. 30-37.
36. Бурлачук, Леонид Фокович. Бессознательное: природа, функции и методы исследования: В 4-х т. / Л.Ф. Бурлачук. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т.3: Проблема исследования бессознательного психического проективными методами. - С.638-643.
37. Бурлачук, Леонид Фокович. С АТ путь к познанию внутреннего мира ребенка / Л.Ф. Бурлачук // Психологическая газета. - 1999. - №7/46. - С. 16-17.
38. Бурлачук, Леонид Фокович. Словарь-справочник по психологической диагностике / Л.Ф. Бурлачук, С.М. Морозов. – СПб: Питер Ком, - 1999. – 528 с.
39. Варга, Анна Яковлевна. Системная семейная психотерапия. Курс лекций / А.Я. Варга – М.: Речь, 2001. – 144 с.
40. Вартанян, Генрих Арамаисович. Эмоции и поведение. / Г.А. Вартанян, Е.С. Петров – Л.: Наука, 1989. – 145с.
41. Василюк, Федор Ефимович. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. - М.: Издательство ГУ, 1984. – 200 с.
42. Величковский, Борис Митрофанович. Психология восприятия: Учебное пособие. / Б.М. Величковский, В.П. Зинченко, А.Р. Лурия. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1973. - 246с., ил.

43. Венгер, Александр Леонидович. Психологические рисуночные тесты: иллюстрированное руководство/А.Л. Венгер. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2007. – 160с.: ил.
44. Вернадская, Татьяна Игоревна. Воспоминания взрослых о детских переживаниях и боли / Т.И. Вернадская, И.М. Никольская // Психологическая газета. -1997 - №11. - С.9-11. - №12. - С. 12-13. - 1998. - №1. - С. 22-23.
45. Вилюнас, Витис Казиса. Психология эмоций / В.К. Вилюнас. – СПб.: Питер, 2008. – 288 с.
46. Волков, Борис Степанович. Закономерности психического развития детей в вопросах и ответах / Б.С. Волков, Н.В. Волкова. - М.: Творч. центр, 2003. – 112с.
47. Волков, Игорь Павлович. Руководителю о человеческом факторе: Социально-психологический практикум / И.П. Волков. – Л.: Лениздат, 1989. – 221 с., ил.
48. Вульфов, Борис Зиновьевич. Педагогика рефлексии: Взгляд на профессиональную подготовку учителя / Б.З. Вульфов, В.Н. Харькин. – М.: Магистр, 1995. - 112 с.
49. Выготский, Лев Семенович. Проблемы возраста: собр.соч. в 6 т / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1984. - Т. 4. – С. 244 - 268.
50. Гласс, Джустин. Статистические методы в педагогике и психологии / Дж. Гласс, Дж. Стенли. - М.: Прогресс, 1976. - 495с.
51. Гмурман, Виктор Евгениевич. Теория вероятности и математическая статистика / В.Е. Гмурман. – М.: Высшая школа, 2004. – 404 с.
52. Грабарь Михаил Игоревич. Применение математической статистики в педагогических исследованиях. Непараметрические методы / М.И.Грабарь, К.А. Краснянская. – М.: Педагогика, 1977. – 135 с.
53. Грановская, Рада Михайловна. Проявления защиты в межнациональных отношениях / Р.М. Грановская // Психологическая газета. - 1999. - №6/45. - С. 16-17.

54. Грановская, Рада Михайловна. Творчество и преодоление стереотипов / Р.М.Грановская, Ю.С. Крижанская. - СПб: OMS, 1994. - 192 с.
55. Грановская, Рада Михайловна. Защита личности: психологические механизмы / Р.М.Грановская, И.М. Никольская. — СПб: Знание, 1998. — 243 с.
56. Грановская, Рада Михайловна. Элементы практической психологи / Р.М. Грановская. – СПб.: Свет, 1997. – 275 с.
57. Грачев, Георгий Васильевич. Психологическая защита личности: проблема и определение основных понятий / Г.В. Грачев // Психология и практика. Ежегодник Российского Психологического Общества. - Ярославль, 1998. - Т.4. - Вып. 4. - С. 182-185.
58. Гримак, Леонид Павлович. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности / Л.П. Гримак. - М.: Политиздат, 1987. - 286 с.
59. Гублер, Евгений Викторович. Вычислительные методы анализа и распознавания патологических процессов / Е.В. Гублер. – Л.: Медицина, 1978. – с. 86.
60. Гузиков, Борис Михайлович. Анозогнозия наркологических больных / Б.М. Гузиков, В.М. Зобнев // Психологическая газета. - 1996. - №1. - с. 9.
61. Гуменюк, Оксана Сергіївна. Рівні громадської відповідальності та їх емпіричне вивчення у молоді / О.С. Гуменюк // Психологія і суспільство. – 2008. - № 4 (34) – с. 93-115.
62. Делез, Жиль. Логика смысла / Ж. Делез. — М.: Академия, 1995. — 298 с.
63. Делез, Жиль. Ницше. / Ж. Делез. — СПб.: Аксиома, 1997. — 186 с.
64. Демидов, Вячеслав Евгениевич. Как мы видим то, что видим / В.Е. Демидов. - М.: Знание, 1987. - 237с. (2-е изд., перераб. и доп.)
65. Джидарьян, Инна Аршавировна. Удовлетворенность жизнью и выбор стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях / И.А. Джидарьян // Психологическое обозрение. - 1997. - №2. - С.27-30.

66. Донцов, Александр Иванович. Психология коллектива: Методологические проблемы исследования / А.И. Донцов. - М.: МГУ, 1984. - 208 с.
67. Дружинин, Владимир Николаевич. Структура и логика психологического исследования / В.Н. Дружинин. - М.: ИП РАМ, 1993. - 120 с.
68. Дружинин, Владимир Николаевич. Экспериментальная психология: Учебное пособие. / В.Н. Дружинин. - М.: ИНФРА-М, 1997. - 254 с.
69. Ежкова, Нина Сергеевна. Развитие эмоций в совместной с педагогом деятельности / Н.С. Ежкова // Дошкольное воспитание. - 2003. - № 8. - С.65-70.
70. Ермолаева, Марина Валерьевна. Психолого-педагогическая практика в системе образования / М.В. Ермолаева, А.Е. Захарова, Л.И. Калинина, С.И. Наумова. - М.: Просвещение, 1998. - 336 с.
71. Жуков, Юрий Михайлович. Диагностика и развитие компетентности в общении: Практическое пособие / Ю.М. Жуков, Л.А. Петровская, П.В. Растянников. - Киров: ЭНИОМ, 1991. - 96 с.
72. Журбин, Виктор Иванович. Понятие психологической защиты в концепциях З.Фрейда и К.Роджерса / В.И. Журбин // Вопросы психологии. - 1990. - №4. - С. 14-22.
73. Завалишина, Динара Николаевна. Психологический анализ оперативного мышления: Экспериментально-теоретические исследования / Д.Н. Завалишина. - М.: Наука, 1985. - 221 с.
74. Завражин, Сергей Александрович. Агрессивные фантазии в детском и подростковом возрасте / С.А. Завражин // Вопросы психологии. - 1993. - №5. - С. 43-49.
75. Запорожец, Александр Владимирович. Эмоциональное развитие дошкольника / А.В. Запорожец. - М.: Педагогика, 1985. - 256 с.
76. Захаров, Александр Иванович. Предупреждение отклонений в поведении ребенка / А.И. Захаров. - СПб.: Союз, 1997. - 224 с.

77. Зимакова, Елена Владимировна. Аналитическое рассмотрение проблемы изучения и использования понятия «механизм психологической защиты» / Е.В.Зимакова // Психология и практика. Ежегодник Российского Психологического Общества. - Ярославль, 1998. - Т.А. - Вып. 2. - С.353-354.
78. Змановская, Елена Валерьевна. Роль психологической защиты в успешности обучения / Е.В. Змановская // Психологическая газета. - 1998. - №9 (36). - С. 20-21.
79. Иванов, Дмитрий Иванович. Психологический анализ системы детско-родительских отношений в парадигме глубинной психологии / Д.И. Иванов // Дис. канд. психол. наук: 19.00.07; Таврический национальный ун-т им. В.И.Вернадского. — Симф.: Библиогр., 2005. — 188 с. — с. 174-185.
80. Ивлева, Елена Ивановна. Половые особенности структуры личностных страхов / Е.И. Ивлева, Ю.В. Щербатых, А.Г. Макарова, П.В. Гамапчук // Психология и практика. Ежегодник Российского Психологического Общества. - Ярославль, 1998. - Т.4. - Вып. 4. - С. 283-285.
81. Исаев, Дмитрий Николаевич. Психосоматическая медицина детского возраста / Д.Н.Исаев. – СПб., 1996. – 454 с.
82. Калина, Надежда Федоровна. Основы психоанализа / Н.Ф. Калина. – М.: "Рефл-бук", "Ваклер", 2001. – 352 с.
83. Калина, Надежда Федоровна. Лінгвістична психотерапія: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктор псих. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» / Н.Ф. Калина. – Київ, 1999. – 27с.
84. Карпов, Анатолий Викторович. К проблеме психических процессов / А.В.Карпов // Психологический журнал. - 1986. - Т.7, № 6. - С 27-38.
85. Карпов, Анатолий Викторович. Психология принятия межличностных решений: Учебное пособие / А.В. Карпов. - Ярославль: ЯрГУ, 1993. - 89 с.: ил. (Яросл. гос. ун-т. ИП РАН).
86. Карпов, Анатолий Викторович. Психология принятия решения в профессиональной деятельности: Учебное пособие / А.В. Карпов. -

Ярославль: ЯрГУ, 1991. - 152 с.: ил. (Яросл. гос. ун-т. Ин-т психологии АН СССР).

87. Карпов, Анатолий Викторович. Психология принятия управленческих решений / А.В.Карпов. - М.: Юристъ, 1998. - 440 с.

88. Кернберг, Отто. Тяжелые личностные расстройства: стратегии психотерапии / О. Кернберг [Пер. с англ. М.И. Завалова. под ред. М.Н. Тимофеевой]. – М.: «Класс», 2001. – 464 с.

89. Киссин, Михаил Евгениевич. Тахистоскопическое исследование опознания простых зрительных стимулов / М.Е. Киссин // Вопросы психологии. - 1976. - №1. - С. 122-126.

90. Кляйн, Мелани. Заметки о некоторых шизоидных механизмах / М. Кляйн. - М.: Академический Проект, 2001. – 200с.

91. Кляйн, Мелани. Эмоциональная жизнь ребенка // Психоанализ в развитии: Сб. переводов / Сост. А.П. Поршенко, И.Ю. Романов. - Екатеринбург : Деловая книга, 1998. – С. 59—108

92. Коваленко, Алла Борисовна.. Особистісний потенціал в опануванні важких життєвих ситуацій: проактивна взаємодія із середовищем / А.Б. Коваленко, Н.В. Родіна // Психологія. – О.: Астропринт, 2009. - Том 14. - Вип. 17. - С. 54 - 65.

93. Колесов, Дмитрий Васильевич. Эволюция психики и природа наркотизма / Д.В. Колесов. - М.: Педагогика, 1991. – 312 с.

94. Коломинский, Яков Львович. Психология детей шестилетнего возраста / Я.Л.Коломинский, Е.А. Панько. - Минск, 1999. – 312 с.

95. Комаров, Максим Сергеевич. Введение в социологию: Учебник для высших учеб. Заведений / М.С. Комаров. - М.: Наука, 1994. - 318 с.

96. Кон, Игорь Семенович. Психология ранней юности / И.С. Кон. - М.: Просвещение, 1989. - 254 с.

97. Кон, Игорь Семенович. Психология старшеклассника / И.С. Кон. - М.: Просвещение, 1982. —190 с.

98. Кон, Игорь Семенович. Ребенок и общество / И.С. Кон. - М.: Академия, 2003. – 336 с.
99. Корвасарский, Борис Дмитриевич. Клиническая психология/ Б.Д. Корвасарский. – СПб: Питер, 2007. – 960 с.
100. Корнилова, Татьяна Васильевна. Экспериментальная психология. Теория и методы / Т.В. Корнилова. - М.: Аспект Пресс, 2002. – 381 с.
101. Коробицина, Маргарита Борисовна. Интегральные взаимосвязи этнокультуры и психологического здоровья в реабилитационной психологии. Наукові записки інституту психології ім. Г.Ф. Костюка АПН України. / М.Б.Коробицина. – Киев, 2005. - Вип.26. - Т.2.
102. Коробіцина, Маргарита Борисівна. Реабілітаційні можливості психологічних механізмів центроверсії. Наукові записки інституту психології ім. Г.Ф. Костюка АПН України / М.Б. Коробіцина. – Київ, 2006. - Вип.30
103. Корытова, Галина Степановна. Защитно-совладающее поведение субъекта в профессиональной педагогической деятельности: автореф. дис. на соискание уч. степени док. психол. наук: спец. 19.00.07 "Педагогическая психология" / Корытова Галина Степановна. – Иркутск, 2007. – 20 с.;
104. Костандов, Эдгар Андреевич. Функциональная асимметрия мозга и неосознанное восприятие / Э.А. Костандов. — М.: «Наука», 1983. – 168 с.
105. Кохут, Хайнц. Анализ самости: Систематический подход к лечению нарциссических нарушений личности / Х. Кохут. – М.: Когито-Центр, 2003. – 368 с.
106. Кошелева, Анна Дмитриевна. Эмоциональное развитие дошкольников / А.Д. Кошелева, В.И. Перегуда, О.А.Шаграева. - М.: Академия, 2003. – 176 с.
107. Кравцов, Геннадий Григорьевич. Формирование личности в процессе обучения / Г.Г.Кравцов. – М.: ПИ РАО, 1995. – 37 с.
108. Креч, Дэвид. Элементы психологии. Фрустрация, конфликт, защита (Сокращенное изложение главы) / Д. Креч, Р. Кратчфилд, Н. Ливсон // Вопросы психологии, 1991. - №6. - С. 75-82.

109. Крюкова, Татьяна Леонидовна. Психология семьи: жизненные трудности и совладение с ними / Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, Е.В. Куфтяк – СПб.: Речь, 2005. – 240 с.
110. Кузин, Феликс Алексеевич. Кандидатская диссертация. Методика написания, правила оформления и порядок защиты / Ф.А. Кузин. - М.: Ось-89, 1997. – 208с. (Практическое пособие для аспирантов и соискателей ученой степени. 2-е изд).
111. Кулаков, Сергей Александрович. Основы психосоматики / Кулаков С.А. - Санкт-Петербург: Речь, 2003. – 288 с.
112. Куликов, Александр Иванович. Краеугольный камень психоанализа / А.И. Куликов // Психологическая газета. - 1998. - №10 (37). - С. 20.
113. Ладанов, Илья Дмитриевич. Практический менеджмент: пособие для руководителей, менеджеров, предпринимателей: В 3-х ч / И.Д. Ладанов. М.: Ника, 1992. - 4.1. – 218 с.: ил.
114. Лакин, Георгий Федорович. Биометрия. Учебное пособие / Г.Ф. Лакин. - М.: Высшая школа, 1990. – 352 с.: ил. (4-е изд., перераб. и доп).
115. Лебединский, Виктор Васильевич. Нарушения психического развития у детей / В.В.Лебединский. – М.: Издательство Московского университета, 1985. – 144 с.
116. Левитов, Николай Дмитриевич. Психология старшего школьника / Н.Д. Левитов. -М.:Учпедгиз, 1955. - 215 с.
117. Либин, Александр Викторович. Дифференциальная психология: на пересечении европейских, российских и американских традиций. / А.В. Либин. - М.: Смысл, 1999.— 532 с.
118. Ломов, Борис Федорович. Методологические и теоретические проблемы психологии/ Б.Ф. Ломов. - М.: Наука, 1984. - 444 с.
119. Ломов, Борис Федорович. Системность в психологии: Избр. психол. труды / Б.Ф. Ломов. - Воронеж: МОДЭК, 1996. - 384 с. (М.: Ин-т практической психологи).



120. Лоренц, Конрад. Агрессия / Конрад Лоренц. – СПб.: Амфора, 2001. – 349 с.
121. Лунц, Елена Яковлевна. О возможности прогноза психосоматических заболеваний по данным проективной методики / Е.Я. Лунц // Бессознательное: природа, функции и методы исследования: В 4-х т. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т.2. - С.292-297.
122. Лурия, Александр Романович. Ощущение и восприятие: Материалы к курсу лекций по общей психологии. Вып. 2 / А.Р. Лурия. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1975. - 112 с.
123. Люшер, Макс. Цветовой тест Люшера / Макс Люшер [пер. С англ. А.Никоновой]. – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2006. – 190 с.
124. Мак-Вильямс, Нэнси. Психоаналитическая диагностика. / Н. Мак-Вильямс. — М.: Класс, 1998. – 480 с.
125. Мак-Вильямс, Нэнси. Психоаналитическая психодиагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Мак-Вильямс. [Пер. с англ]. - М.: Класс, 1998. - 480с.
126. Максименко, Борис Юрьевич. Цветовая символика в экспериментально-психологических исследованиях / Максименко Б.Ю. – К., 2008. – 86с.
127. Маричева, Анна Вікторівна. Типологія психологічних механізмів самоконституювання суб'єкта: автореферат / А.В. Маричева; Південноукр. держ. пед. ун-т ім. К.Д.Ушинського (м. Одеса). — О., 2005. — 21 с.
128. Марковская, Иннесса Францевна. Задержки психического развития / И.Ф.Марковская. – М., 1993.
129. Маховер, Карен. Проективный рисунок человека / К. Маховер [Пер. с англ.]. – М.: Смысл, 2006. – 158 с. (4-е изд., стереотипное).
130. Михайлов, Александр Митрофанов. Особенности психологической защиты в норме и при соматических заболеваниях / А.М. Михайлов, В.С. Ротенберг // Вопросы психологии. - 1990. - №5. - С. 106-111.

131. Мудрик, Анатолий Викторович. Социализация и воспитание / А.В. Мудрик. - М.: Сентябрь, 1997. - 96 с.
132. Мухина, Валерия Сергеевна. Детская психология / В.С. Мухина. - СПб.: Просвещение, 1992. - 325 с.
133. Мухина, Валерия Сергеевна. Изобразительная деятельность ребенка как форма усвоения социального опыта / В.С. Мухина. - М.: Педагогика, 1981. - 240 с.
134. Набиуллина, Римма Радионовна. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция): учебное пособие / Р. Р.Набиуллина, И. В.Тухтарова. - Казань: Изд-во ИП Тухтаров В. Н., 2003. - 101 с
135. Надирашвили, Шота Александрович. Закономерности формирования и действия установок различных уровней / Ш.А. Надирашвили // Бессознательное: природа, функции и методы исследования: В 4-х тт. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т.1. - С.111-122.
136. Налимов, Василий Васильевич. Вероятностная модель бессознательного / В.В.Налимов, Ж.А. Дрогалипа // Психологический журнал. - 1984. - Т.5, №6. - С.111-122.
137. Налчаджян, Альберт Агабекович. Личность в сновидениях / А.А. Налчаджян. - СПб.: Питер, 2004. - 443 с.: ил.
138. Нартова-Бочавер, Софья Кимовна. Введение в психологию развития: Учебное пособие / С.К. Нартова-Бочавер, А.В. Потапова. — М.: Флинта: МПСИ, 2008. - 216 с.
139. Нартова-Бочавер, Софья Кимовна. Дифференциальная психология. / С.К. Нартова-Бочавер. — М.: Флинта: МПСИ, 2008. - 280 с.
140. Нартова-Бочавер, Софья Кимовна. "Coping behavior" в системі понять психології особистості / С.К. Нартова-Бочавер // Психологічний журнал. - 1997. - Т.18, № 5. - С.21

141. Нартова-Бочавер, Софья Кимовна. Coping-behavior в системе понятий психологии личности / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. 1997. - Т. 18. - №5. - С. 2030.
142. Никольская, Ирина Михайловна. Психологическая защита у детей / И.М.Никольская, Р.М. Грановская. - СПб.: Речь, 2000. – 507 с.
143. Никольская, Ирина Михайловна. Идентификация с агрессором / И.М.Никольская // Психологическая газета. - 1998. - №10 (37). - С. 21.
144. Никольская, Ирина Михайловна. Как и от чего защищаются дети / И.М.Никольская // Психологическая газета. - 1999. - №6/45. - С. 14-15.
145. Никольская, Ирина Михайловна. Практика исследования неосознаваемых психических процессов у детей младшего школьного возраста / И.М.Никольская // Психологическая газета. - 1997. - №3 (18). - С. 8-9.
146. Новиков, Александр Александрович. К вопросу о содержании понятий «бессознательное» и «неосознанное» / А.А. Новиков // Вестн. Моск. ун-та. - 1972. - Сер. 8: Философия. - №3. - С. 29-34.75.
147. Обозов, Николай Николаевич. Межличностные отношения / Н.Н. Обозов. - Л.: ЛГУ, 1979. - 151 с.:ил.
148. Обозов, Николай Николаевич. Психология межличностных отношений / Н.Н.Обозов. - Киев: Лыбидь, 1990. - 191с.
149. Обухова, Людмила Филипповна. Детская психология: Теории, факты, проблемы / Л.Ф. Обухова. - М., 1995. – 374 с.
150. Овчаренко, Виктор Иванович. К вопросу о психоаналитической модели психики / В.И. Овчаренко // Философские науки. - 1980. - №4. - С. 149-153.
151. Остер, Джон. Рисунок в психотерапии / Дж. Остер, П. Гоулд. - М., 2000. – 184 с.
152. Павлова, Нина Михайловна. Экспресс-диагностика в детском саду / Н.М.Павлова, Л.Г. Руденко. – М.: Генезим, 2008. – 80с. (комплект материалов

для педагогов-психологов детских дошкольных образовательных учреждений).

153. Пантелеев, Сергей Рэмович. Способы вербальной презентации образа «Я» и самоотношения субъекта / С.Р. Пантелеев, А.В. Визгина, Е.М.Зимачева // Психологическое обозрение. - 1997. - №2. - С. 27-30.

154. Піроженко, Тамара Олександрівна. Особистість дошкільника: перспективи розвитку [Текст] : навч.-метод. посіб. / Тамара Олександрівна Піроженко ; за наук. ред. Т. Піроженко, С. Ладивір, Ю. Маланюк. – Тернопіль : Мандрівець, 2010. – 136 с.

155. Піроженко, Тамара Олександрівна. Психологія комунікативно-мовленнєвого розвитку дитини. Автореф. дис... д-ра психол. наук: 19.00.07 / Т.О. Піроженко; Ін-т психології ім. Г.С.Костюка АПН України. — К., 2004. — 40 с.

156. Піроженко, Тамара Олександрівна, Ладивір Світлана Олексіївна, Вовчик – Блакитна Олена Олександрівна. Розвивальні ігри та вправи для дітей п'ятого року життя –Тернопіль : Мандрівець, 2011 – 64 с.Платонов, Константин Константинович. Структура и развитие личности / К.К. Платонов. - М.: Наука, 1986. - 254 с.

157. Подольский, Андрей Ильич. Формирование симультанного опознания / А.И.Подольский. - М.: Изд-во МГУ, 1978.- 151с.: ил.

158. Познавательные процессы: ощущения и восприятие / под ред. А.В.Запорожца [и др] // Сб. статей НИИ общ. и пед. психологии АПН СССР. - М.: Педагогика, 1982. - 336с.: ил.

159. Полуянов, Юрий Александрович. Диагностика общего и художественного развития детей по их рисункам / Ю.А. Полуянов. - М.-Рига: Эксперимент, 2000. – С.23

160. Прангишвили, Александр Северьянович. Психологические очерки / А.С. Прайгишвили. - Тбилиси: Мецниереба, 1975. - 111с.

161. Прайс, Роберт. Ситуації ризику / Р. Прайс // Психологія соціальних ситуацій. Хрестоматія. [Укл. і загальна редакція Н.В. Грішиній]. - СПб.: Пітер. 2001 – 410 с.
162. Практическая психология образования / Под ред. И.В.Дубровиной. - М.: ТЦ "Сфера", 1997. – 528 с. (Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений).
163. Прохоров Олександр Октябринович. Саморегуляція психічних станів: феноменологія, механізми, закономірності. / О.О. Прохоров - М.: «ПЕР СЕ», 2005. – 300с.
164. Психическое здоровье детей и подростков / Под ред. И.В.Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая Книга, 2000. – 176 с.
165. Психолог в детском дошкольном учреждении: Методические рекомендации к практической деятельности / Под ред. Т.В.Лаврентьевой. - М.: Издательство Гном и Д, 2004. – 144 с.
166. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля / Под. ред. Л.И. Вассермана — СПб: ПНИ, 1999. – 49 с. (пособие для врачей и психологов).
167. Психологический словарь/ [Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г.Мещерякова]. - М., 1996. – 409 с.
168. Психологическое самообразование: читая зарубежные учебники: Проблемы психологии личности / [под ред. А.М. Матюшкина]. - М.: Школа-Пресс, 1992. - 112с.
169. Психология / [под ред. А. Крылов]. – М.: ТК Велби, 2005. – 752 с.
170. Психология человека от рождения до смерти / [под общ. ред. А.А.Реана]. - СПб.: Прайм-Еврознак, 2002. – 656 с.
171. Психология: словарь / [авт. Петровский А. В., Ярошевский М.Г.] - Полит Издат, 1990. – 494 с.

172. Разработка методов исследования бессознательного. Вступ. от редакции // Бессознательное: природа, функции и методы исследования: В 4-х тт. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т.3. - С.513-536.
173. Райгородский, Даниил Яковлевич. Психология личности. Хрестоматия (Издание третье, дополненное) / Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», - т.1,2 - 2004. – 448 с.
174. Райгородский, Даниил Яковлевич. Ребенок и семья. – Самара: Издательский Дом БАХРАХ-М, 2002.
175. Решетников, Михаил Михайлович. Психическая травма / М.М. Решетников. - СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2006. — 322 с. - С.54-55
176. Рогов, Евгений Иванович. Общая психология / Е.И. Рогов. – Ремонтное: Изд-во Рост пед. Ун-та, 1995. – 463 с.
177. Роговин, Михаил Семенович. Психологическое исследование: Учебное пособие / М.С. Роговин. - Ярославль: ЯрГУ, 1979. - 66 с.
178. Роль неосознаваемой психической деятельности в развитии и течении соматических клинических синдромов. Вступ. статья от редакции // Бессознательное: природа, функции и методы исследования: В 4-х т. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т.2. - С. 195-215.
179. Романова, Евгения Сергеевна. Графические методы в психологической диагностике / Е.С. Романова, О.Ф. Потемкина. - М.: Дидакт, 1992. – 256с.
180. Романова, Евгения Сергеевна. Механизмы психологической защиты / Е.С.Романова, Л.Р. Гребенников — Мытищи: Талант, 1996. – 144 с.
181. Савенко, Юрий Сергеевич. Проблема психологических компенсаторных механизмов и их типология / Ю.С. Савенко // Проблемы клиники и патогенеза психических заболеваний: Сб. статей. - М.: Моск. НИИ психиатрии, 1974. - С.95-112.
182. Савенко, Юрий Сергеевич. Проективные методы в исследовании бессознательного / Ю.С. Савенко // Бессознательное: природа, функции и

методы исследования: В 4-х т. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т.3. - С. 632-637.

183. Семенов, Валентин Евгениевич. Искусство как межличностная коммуникация: (Социально-психологическая концепция) / В.Е. Семенов. - СПб.: С-Петербург. гос. ун-т, 1995. - 199 с.

184. Симонов, Павел Васильевич. Неосознаваемое психическое / П.В. Симонов // Природа. – 1983, №3. - С. 24-31.

185. Симонов, Павел Васильевич. О природе неосознаваемого психического / П.В.Симонов // Психологический журнал. - 1986. - Т.7, №2. - С. 145-148.

186. Сирота, Наталья Александровна. Копинг-поведение в подростковом возрасте. / Н.А. Сирота //Дис. докт. мед. наук. — СПб., 1994. —283с.

187. Сирота, Наталья Александровна. Программа формирования здорового жизненного стиля. / А.Н. Сирота, В.М. Ялтонский. – М., 2000. – 165 с.

188. Снігур, Лариса Анатолівна. Психологія становлення громадянськості особистості: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора психол. наук : спец. 19.00.07 „Педагогічна та вікова психологія" / Л.А. Снігур. — Київ, 2005. — 35 с.

189. Соколов, Аркадий Васильевич. Функции исходных убеждений в теории З.Фрейда / А.В. Соколов // Вестн. Моск. Ун-та. - Сер. 7. - Философия, 1987. - №3.-С. 78-86.

190. Соколова, Елена Теодоровна. Феномен психологической защиты / Е. Т. Соколова // Вопросы психологии. – 2007. – № 4. – С. 66-79

191. Соколова, Елена Теодоровна. К теоретическому обоснованию метода исследования личности / Е.Т. Соколова // Бессознательное: природа, функции и методы исследования: В 4-х тт. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т.3. - С. 622-631.

192. Соколова, Елена Теодоровна. Проективные методы исследования личности: Учебное пособие / Е.Т. Соколова. - М.: Изд-во МГУ, 1980. - 174с.

193. Стоев, Георгий Степанович. Проблема бессознательного в современном неофрейдизме / Г.С. Стоев // Бессознательное: природа, функции, методы исследования: В 4-х тт. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т. 1. - С. 290-298.
194. Столин, Владимир Викторович. Самосознание личности / В.В. Столин. - М.: Изд-во МГУ, 1983. - 286с.
195. Субботина, Лариса Юрьевна. Детские фантазии / Л.Ю. Субботина. - Екатеринбург: У-Фактория, 2006. - 189 с.
196. Субботина, Лариса Юрьевна. Профессиональная подготовка руководителей: Учебное пособие / Л.Ю. Субботина. - Ярославль: ЯрГУ, 1993. - 56 с.
197. Субботина, Лариса Юрьевна. Развитие воображения у детей / Л.Ю.Субботина. - Ярославль: Академия развития, 1996. - 240 с.
198. Суходольский, Геннадий Владимирович. Основы математической статистики для психологов / Г.В. Суходольский. - СПб: Изд-во С. - Петербургского университета, 1998. - 464 с.
199. Тайсон, Фьюри. Психоаналитические теории развития / Ф. Тайсон, Р. Тайсон. - Екатеринбург: Деловая книга, 1998. - 528 с. - с. 414
200. Тарабрина, Надежда Владимировна. Синдром посттравматических стрессовых нарушений: современное состояние и проблемы / Н.В. Тарабрина, Е.О.Лазебная // Психологический журнал. 1992. - Т. 13, №2. - С. 14-27.
201. Ташлыков, Виктор Анатольевич. Психология лечебного процесса / В.А. Ташлыков. - Л.: Медицина, 1984.- 191с.: ил.
202. Теоретические проблемы психологии личности / [Отв. ред. Е.В.Шорохова]. - М.: Наука, 1974. - 320 с.
203. Ткачук, Таїсія Анатоліївна. Дослідження кореляційного взаємозв'язку копінг-стратегій, механізмів психологічного захисту та індивідуально-психологічних особливостей фахівців податкової служби. / Т.А. Ткачук. //



Збірник наукових праць К ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України. – с. 880-888

204. Узнадзе, Дмитрий Николаевич. Психологические исследования / Д.Н. Узнадзе. - М.: Наука, 1966. - 451с.

205. Урсано, Роберт. Психодинамическая психотерапия: краткое руководство / Р. Урсано, С. Зонненберг, С. Лазар [пер. с англ. Л.Г. Герцика]. - М.: РПА, 1992.

206. Урунтаева, Галина Анатольевна. Дошкольная психология / Г.А. Урунтаева. - М.: Академия, 1999. – 336 с.

207. Филиппова, Галина Григорьевна. Эмоциональное благополучие ребенка и его изучение в психологии / Г.Г. Филиппова. - М.: Просвещение, 2001. – 114с.

208. Фрейд, Анна. Психология «Я» и защитные механизмы / А. Фрейд [Пер. с англ]. - М.: Педагогика-Пресс, 1993. - 144с.: ил.

209. Фрейд, Зигмунд. Основные психологические теории в психоанализе / З.Фрейд. - М.: Госиздат, 1923. - 207с.

210. Фрейд, Зигмунд. По ту сторону принципа наслаждения / З. Фрейд // «Я» и «Оно». Труды разных лет [Пер. с нем]. - Тбилиси: Мерани, 1991. - Кн. 1. - С. 139-193.

211. Фрейд, Зигмунд. Психология бессознательного: Сб. произведений / З.Фрейд [Сост., науч. ред., авт. вступ. ст. М.Г.Ярошевский]. - М.: Просвещение, 1989. - 448с.

212. Фрейд, Зигмунд. Три нариси с теорії сексуальності / З. Фрейд // Психологія і суспільство. – 2008. - № 4 (34). – с. 45-91.

213. Фрейд, Зигмунд. «Я» и «Оно» / З. Фрейд // «Я» и «Оно». Труды разных лет [Пер. с нем]. - Тбилиси: Мерани, 1991.- Кн. 1. - С. 351-393.

214. Фрейд, Зигмунд. «Я» и «Оно» / З. Фрейд. — Тбилиси: «Мерзни», 1991. – Кн.2. – 406 с.

215. Фрейджер, Роберт. Теории личности и личностный рост / Р. Фрейджер, Д. Фэйдимен. – М.: Прайм-Еврознак, 2004. – 608с. - с.61
216. Харламенкова, Наталья Евгеньевна. Психология личности. / Н.Е. Харламенкова. – М.: Терра: Флинта, 2003. – 160 с.
217. Хекхаузен, Хайнц. особистісні і ситуаційні підходи до пояснення поведінки // Психологія соціальних ситуацій. Хрестоматія. / Укл. і загальна редакція Н.В. Грішиній. - СПб.: Пітер. 2001.
218. Хрестоматия по ощущению и восприятию / [Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, М.Б. Михалевской] – М.: МГУ, 1975. – 400 с.
219. Хьелл, Ларри. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. - СПб.: Питер, 1997. - 608с.
220. Чаева, Светлана Ивановна. Психологическая защита: психодиагностические задачи и психотерапевтическая мишень / С.И. Чаева, И.М. Осадчий // Психология и практика. Ежегодник Российского Психологического Общества. - Ярославль, 1998. - Т.4. - Вып. 2. - С. 353-354.
221. Чебыкин, Алексей Яковлевич. Теория и методика эмоциональной регуляции учебной деятельности. Научно-методическое пособие. – Одесса: АстроПринт, 1999.-158 с.
222. Чистякова, Маргарита Ивановна. Психогимнастика / Под ред. М.И.Буянова. – М.: Просвещение, 1990. – 127 с.
223. Чепелева, Наталья Василівна. Особистість та її інтегративний потенціал у контексті синдрому емоційного вигорання викладачів вищих навчальних закладів / В.Н. Чепелева.// Наука і освіта: [зб. наук. ст.]. № 8-9 листопад-грудень / редкол. : О. Я. Чебикін (голов. ред.) [та ін.]. - О.: Південний науковий Центр АПН України, 2008.- 300 с – с. 115-119
224. Шадриков, Владимир Дмитриевич. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности / В.Д. Шадриков. - М.: Наука. 1982. - 183 с.

225. Швец, Ирина Геннадиевна. Психоаналитическое понимание тревожности / И.Г.Швец // Психология и практика. Ежегодник Российского Психологического Общества. - Ярославль, 1998. - Т.4. - Вып. 2. - С. 358-360.
226. Шевченко, Юрий Степанович. Современные подходы к проблеме патологических привычных действий / Ю.С. Шевченко // Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – № 2. – 1994. – С. 59-67.
227. Шевчук, Виктор Федорович. Поведение личности: педагогические и психологические проблемы / В.Ф. Шевчук. - Ярославль: Яросл. политех, ин-т, 1992. - 155 с.
228. Шепель, Виктор Максимович. Социально-психологические проблемы воспитания / В.М. Шепель. - М.: Моск. рабочий, 1987. - 237 с.: ил.
229. Шерозия, Апполон Епифанович. К проблеме сознания и бессознательного психического: В 2-х тт. / А.Е. Шерозия. - Тбилиси: Мецниереба, 1969.
230. Шерозия, Апполон Епифанович. Психоанализ и теория неосознаваемой психологической установки: итоги и перспективы / А.Е. Шерозия // Бессознательное: природа, функции и методы исследования. - Тбилиси: Мецниереба, 1978. - Т. 1. - С. 37-60.
231. Шерток, Леон. Непознанное в психике человека / Л. Шерток [Пер. с франц]. - М.: Прогресс, 1982. - 311с.: граф.
232. Ширн, Чарльз. «Рисунок семьи» как метод изучения детско-родительских взаимоотношений / Ч. Ширн, К. Рассел // Проективная психология. - М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2000. – С. 345-354
233. Широкова, Галина Александровна. Практикум для детского психолога / Г.А.Широкова, Е.Г. Жадько. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 109 с.
234. Широкова, Галина Александровна. Развитие эмоций и чувств у детей дошкольного возраста / Г.А. Широкова. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 304 с.

235. Широкова, Галина Александровна. Справочник дошкольного психолога / Г.А. Широкова. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 384 с.
236. Шостром, Эверетт. Анти-Карнеги или человек-манипулятор. / Э. Шостром; [пер. с англ. А. Малышева]. - Мн.: ПТЦ «Полифакт, 1992. – 126 с.
237. Шошин, Павел Борисович. Пути концептуализации бессознательного / П.Б.Шошин // Бессознательное: Сб. статей. - Новочеркасск: Сагуна, 1994. - Т.1. - С. 26-35.
238. Эльконин, Дмитрий Борисович. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков / Д.Б.Эльконин, Т.В.Драгунова. - М.: Просвещение, 1967. - 360с.
239. Эмоциональное развитие дошкольника / [Под ред. А.Д.Кошелевой]. - М.: Просвещение, 1985. – 176 с.
240. Юнг, Карл Густав. Конфликты детской души / К.Г. Юнг [Пер. с нем]. - М.: Канон, 1995. - 333с.
241. Юнг, Карл Густав. Психологические типы. / К.Г. Юнг [под общ. ред. В. Зеленского]. - М.: «Прогресс - Универс», 1995. – 630 с.
242. Юркова, Марина Валериевна. Защитные механизмы: дезадаптация или психологическое благополучие / М.В. Юркова // Докл. участников симп. «Социальная психология XXI век». - Ярославль: ДИА-пресс, 1999. - Т.2. - С. 467-469.
243. Юркова, Марина Валериевна. Диагностика защитных механизмов / М.В. Юркова // Психологическая газета. - СПб: ИМАТОН, 1999. - №1 (40). - С. 21-22.
244. Юркова, Марина Валериевна. Защитные механизмы и психологическое благополучие личности / М.В. Юркова // Мат. 1-й Моск. конф. студ. и асп. «Психология на пороге XXI века: актуальные проблемы». - М.: Столичный гуманитарный ин-т, 1999. - 4.1.- С. 232-233.

245. Юркова, Марина Валериевна. К вопросу о психологической защите / М.В.Юркова // Проблемы общей и организационной психологии (Сб. науч. трудов). - Ярославль: Яросл. гос. ун-т, 1999. - 204 с.
246. Юркова, Марина Валериевна. Конфликт и психологическая защита / М.В.Юркова // Журнал «Менеджер»: информационно-образовательное издание. - Тольятти, 1998. - № 2(7). - С. 38-39.
247. Юркова, Марина Валериевна. Проблема диагностики защитных механизмов / М.В. Юркова // Психология и практика. Ежегодник Российского Психологического Общества. - Ярославль: ЯрГУ, МАПН, РПО 1998. -Т.4. - Вып. 1. - С. 306-307.
248. Ялтонский, Владимир Михайлович. Копинг-поведение здоровых и больных наркоманией. / В.М. Ялтонский // Дис. докт. мед. наук. — СПб, 1995. — 396 с.
249. Ярошевский, Михаил Григорьевич. История психологии от античности до середины XX в / М.Г. Ярошевский. - М., 1996. – 416с.
250. Яценко Тамара Семенівна . Глибинна психологія: діагностика та корекція тенденції до психологічної смерті. Навч. посібн. / Т.С. Яценко, О.В Глузман, І.В. Калашник. – Ялта: РВВ КГУ, 2008. – 204 с.
251. Яценко, Тамара Семенівна. Теоретико-методологічний підхід до цілісного розуміння психіки у її структурних компонентах / Т.С. Яценко // Психологія і суспільство. – 2004. - № 4(18). – с. 37-59.
252. Яценко, Тамара Семенівна. Об'єктивність та об'єктність у глибинно-психологічному пізнанні / Т.С. Яценко // Психологія і суспільство. – 2008. - № 1(31). – с. 88-92.
253. Яценко, Тамара Семенівна. Філософсько-психологічні проблеми методології пізнання психіки / Т.С. Яценко, Андрущенко В.П. // Психологія і суспільство. – 2012. - № 3(49). – с. 63-77.
254. Яценко, Тамара Семенівна. Наукова школа Тамари Яценко / Т.С. Яценко // Психологія і суспільство. – 2008. - № 2 (32). – с. 139-188.

255. Яценко, Тамара Семеновна. Глубинная психология. Агрессия: психодинамическая теория и феноменология / Т. С. Яценко, А. В. Глузман, А. Э. Мелоян, Л. Г. Туз [под. ред. Т.С.Яценко]. – К.: ВИЩА ШКОЛА-XXI, 2010. – 271 с.
256. Яценко, Тамара Семеновна. Теория и практика глубинной психокоррекции: Четвертая и Пятая Авт. школы академика НАПН Украины Т. С. Яценко / Т. С. Яценко, В. П. Андрущенко, А. В. Гузман. – К.: НПУ имени М.П.Драгоманова, 2011. – 261 с.

## Додаток А

### Опросник копинг-стратегий для детей школьного возраста И.Н. Никольской та Р.М. Грановской

#### Инструкция:

1. Подумай о том, что ты делаешь, когда чувствуешь напряжение или беспокоишься о чём-то. Обычно это бывает, когда случаются неприятные события.
2. Отметь крестиком в столбце А те способы поведения, которые ты чаще всего используешь в трудных и неприятных для себя ситуациях.

Способы поведения	А	Б
Остаюсь сам по себе, один		
Кусаю ногти или ломаю суставы пальцев		
Обнимаю или прижимаю к себе кого-то близкого, любимую вещь или глажу животное		
Плачу и грущу		
Мечтаю, представляю себе что-нибудь		
Делаю что-то подобное		
Гуляю вокруг дома или на улице		
Рисую, пишу или читаю что-нибудь		
Ем или пью		
Борюсь или дерусь с кем-нибудь		
Схожу с ума		
Бью, ломаю или швыряю вещи		
Дразню кого-нибудь		
Играю во что-нибудь		
Бегаю или хожу пешком		
Молюсь		
Прошу прощения или говорю правду		
Сплю		
Говорю сам с собой		
Говорю с кем-нибудь		
Думаю об этом		
Стараюсь забыть		
Стараюсь расслабиться, оставаться спокойным		
Гуляю, бегаю, катаюсь на велосипеде, смотрю телевизор, слушаю музыку		
Воплю и кричу		

3. Теперь прочти список ещё раз и в столбце Б отметь крестиком те способы поведения, которые тебе помогают справиться с напряжением и беспокойством.
4. Напиши, что ещё ты делаешь в такой напряжённой, тревожной и неприятной ситуации.
5. Нарисуй на обороте листа ту неприятную ситуацию, которую ты вспомнил.







9. Последовательные картинки (речь, мышление)			
10. Разрезные картинки (восприятие)			
11. На что это похоже? (воображение)	1) 2) 3)		
<b>Сумма баллов</b>			

### Рекомендации

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

Психолог \_\_\_\_\_ Подпись

## Додаток Г.

### Опросник Плутчика-Келлермана-Конте "Индекс жизненного стиля" (Life Style Index, LSI)

**Инструкция:** Внимательно прочитайте приведенные ниже утверждения, описывающие чувства, поведение и реакции людей в определенных жизненных ситуациях, и если они имеют к Вам отношение, то отметьте соответствующие номера знаком «+».

1. Со мной ладить очень легко
2. Я сплю больше, чем большинство людей, которых я знаю
3. В моей жизни всегда был человек, на которого мне хотелось быть похожим
4. Если меня лечат, то я стараюсь узнать, какова цель каждого действия
5. Если я чего-то хочу, то не могу дождаться момента, когда мое желание сбудется
6. Я легко краснею
7. Одно из самых больших моих достоинств – это умение владеть собой
8. Иногда у меня появляется настойчивое желание про бить стену кулаком
9. Я легко выхожу из себя
10. Если меня в толпе кто-нибудь толкнет, то я готов его убить
11. Я редко запоминаю свои сны
12. Меня раздражают люди, которые командуют другими
13. Часто бываю не в своей тарелке
14. Я считаю себя исключительно справедливым человеком
15. Чем больше я приобретаю вещей, тем становлюсь счастливее
16. В своих мечтах я всегда в центре внимания окружающих
17. Меня расстраивает даже мысль о том, что мои домочадцы могут разгуливать дома без одежды
18. Мне говорят, что я хвастун
19. Если кто-то меня отвергает, то у меня может появиться мысль о самоубийстве
20. Почти все мною восхищаются
21. Бывает так, что я в гневе что-нибудь ломаю или бью
22. Меня очень раздражают люди, которые сплетничают
23. Я всегда обращаю внимание на лучшую сторону жизни
24. Я прикладываю много стараний и усилий, чтобы изменить свою внешность
25. Иногда мне хочется, чтобы атомная бомба уничтожила мир
26. Я человек, у которого нет предрассудков
27. Мне говорят, что я бываю излишне импульсивным

28. Меня раздражают люди, которые манерничают перед другими
29. Очень не люблю недоброжелательных людей
30. Я всегда стараюсь случайно кого-нибудь не обидеть
31. Я из тех, кто редко плачет
32. Пожалуй, я много курю
33. Мне очень трудно расставаться с тем, что мне принадлежит
34. Я плохо помню лица
35. Я иногда занимаюсь онанизмом
36. Я с трудом запоминаю новые фамилии
37. Если мне кто-нибудь мешает, то я его не ставлю в известность, а жалуюсь на него другому
38. Даже если я знаю, что я прав, я готов слушать мнения других людей
39. Люди мне никогда не надоедают
40. Я могу с трудом усидеть на месте даже незначительное время
41. Я мало что могу вспомнить из своего детства
42. Я длительное время не замечаю отрицательные черты других людей
43. Я считаю, что не стоит напрасно злиться, а лучше спокойно все обдумать
44. Другие считают меня излишне доверчивым
45. Люди, скандалом добивающиеся своих целей, вызывают у меня неприятные чувства
46. Плохое я стараюсь выбросить из головы
47. Я не теряю никогда оптимизма
48. Уезжая путешествовать, я стараюсь все спланировать до мелочей
49. Иногда я знаю, что сержусь на другого сверх меры
50. Когда дела идут не так, как мне нужно, я становлюсь мрачным
51. Когда я спорю, то мне доставляет удовольствие указывать другому на ошибки в его рассуждениях
52. Я легко принимаю брошенный другим вызов
53. Меня выводят из равновесия непристойные фильмы
54. Я огорчаюсь, когда на меня никто не обращает внимания
55. Другие считают, что я равнодушный человек
56. Что-нибудь решив, я часто, тем не менее, в решении сомневаюсь
57. Если кто-то усомнится в моих способностях, то я из духа противоречия буду показывать свои возможности
58. Когда я веду машину, то у меня часто возникает желание разбить чужой автомобиль
59. Многие люди меня выводят из себя своим эгоизмом
60. Уезжая отдыхать, я часто беру с собой какую-нибудь работу.
61. От некоторых пищевых продуктов меня тошнит
62. Я грызу ногти
63. Другие говорят, что я избегаю проблем
64. Я люблю выпить

65. Непристойные шутки приводят меня в замешательство
66. Я иногда вижу сны с неприятными событиями и вещами
67. Я не люблю карьеристов
68. Я много говорю неправды
69. Порнография вызывает у меня отвращение
70. Неприятности в моей жизни часто бывают из-за моего скверного характера
71. Больше всего не люблю лицемерных неискренних людей
72. Когда я разочаровываюсь, то часто впадаю в уныние
73. Известия о трагических событиях не вызывают у меня волнения
74. Прикасаясь к чему-либо липкому и скользкому, я испытываю омерзение
75. Когда у меня хорошее настроение, то я могу вести себя как ребенок
76. Я думаю, что часто спорю с людьми напрасно по пустякам
77. Покойники меня не «трогают»
78. Я не люблю тех, кто всегда старается быть в центре внимания
79. Многие люди вызывают у меня раздражение
80. Мыться не в своей ванне для меня большая пытка.
81. Я с трудом произношу непристойные слова
82. Я раздражаюсь, если нельзя доверять другим
83. Я хочу, чтобы меня считали сексуально привлекательным
84. У меня такое впечатление, что я никогда не заканчиваю начатое дело
85. Я всегда стараюсь хорошо одеваться, чтобы выглядеть более привлекательным
86. Мои моральные правила лучше, чем у большинства моих знакомых
87. В споре я лучше владею логикой, чем мои собеседники
88. Люди, лишённые морали, меня отталкивают
89. Я прихожу в ярость, если кто-то меня заденет
90. Я часто влюбляюсь
91. Другие считают, что я излишне объективен
92. Я остаюсь спокойным, когда вижу окровавленного человека

## Додаток Д

**Таблиця розрахунку критерію Ст'юдента за показником  
відповідності психологічного біологічному віку дитини**

№	Группы		отклонение от среднего		квадраты отклонение	
	X	Y				
1	10	16	-4,03	-4,51	16,23	20,3401
2	10	16	-4,03	-4,51	16,23	20,3401
3	10	17	-4,03	-3,51	16,24	12,3201
4	10	17	-4,03	-3,51	16,24	12,3201
5	10	17	-4,03	-3,51	16,24	12,3201
6	11	18	-3,03	-2,51	9,18	6,3001
7	11	18	-3,03	-2,51	9,18	6,3001
8	11	18	-3,03	-2,51	9,18	6,3001
9	11	18	-3,03	-2,51	9,18	6,3001
10	11	18	-3,03	-2,51	9,18	6,3001
11	11	19	-3,03	-1,51	9,18	2,2801
12	11	19	-3,03	-1,51	9,18	2,2801
13	11	20	-3,03	-0,51	9,18	0,2601
14	11	20	-3,03	-0,51	9,18	0,2601
15	11	20	-3,03	-0,51	9,18	0,2601
16	12	20	-2,03	-0,51	4,12	0,2601
17	12	20	-2,03	-0,51	4,12	0,2601
18	12	20	-2,03	-0,51	4,12	0,2601
19	13	20	-1,03	-0,51	1,06	0,2601
20	13	20	-1,03	-0,51	1,06	0,2601
21	13	20	-1,03	-0,51	1,06	0,2601
22	13	20	-1,03	-0,51	1,06	0,2601
23	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
24	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
25	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
26	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
27	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
28	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
29	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
30	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
31	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
32	13	21	-1,03	0,49	1,06	0,2401
33	13	22	-1,03	1,49	1,06	2,2201
34	8	22	-6,03	1,49	36,36	2,2201
35	8	22	-6,03	1,49	36,36	2,2201
36	8	22	-6,03	1,49	36,36	2,2201
37	8	22	-6,03	1,49	36,36	2,2201
38	8	22	-6,03	1,49	36,36	2,2201

Продовження таблиці з розрахунком критерію Ст'юдента за показником відповідності психологічного біологічному віку дитини

39	8	22	-6,03	1,49	36,36	2,2201
40	8	23	-6,03	2,49	36,36	6,2001
41	8	23	-6,03	2,49	36,36	6,2001
42	8	23	-6,03	2,49	36,36	6,2001
43	8	23	-6,03	2,49	36,36	6,2001
44	8	23	-6,03	2,49	36,36	6,2001
45	8	24	-6,03	3,49	36,36	12,1801
46	8	25	-6,03	4,49	36,36	20,1601
47	15	25	0,97	4,49	0,94	20,1601
48	15		0,97		0,94	
49	15		0,97		0,94	
50	15		0,97		0,94	
51	15		0,97		0,94	
52	15		0,97		0,94	
53	15		0,97		0,94	
54	15		0,97		0,94	
55	15		0,97		0,94	
56	15		0,97		0,94	
57	15		0,97		0,94	
58	15		0,97		0,94	
59	15		0,97		0,94	
60	15		0,97		0,94	
61	15		0,97		0,94	
62	15		0,97		0,94	
63	15		0,97		0,94	
64	15		0,97		0,94	
65	16		1,97		3,88	
66	16		1,97		3,88	
67	16		1,97		3,88	
68	16		1,97		3,88	
69	16		1,97		3,88	
70	16		1,97		3,88	
71	16		1,97		3,88	
72	16		1,97		3,88	
73	16		1,97		3,88	
74	16		1,97		3,88	
75	16		1,97		3,88	
76	16		1,97		3,88	
77	16		1,97		3,88	
78	16		1,97		3,88	
79	16		1,97		3,88	
80	16		1,97		3,88	
81	16		1,97		3,88	

Продовж. табл. з розрахунком критерію Ст'юдента за показником відповідності психологічного біологічному віку дитини						
82	17		2,97		8,82	
83	17		2,97		8,82	
84	17		2,97		8,82	
85	17		2,97		8,82	
86	17		2,97		8,82	
87	17		2,97		8,82	
88	17		2,97		8,82	
89	17		2,97		8,82	
90	18		3,97		15,76	
91	18		3,97		15,76	
92	18		3,97		15,76	
93	19		4,97		24,70	
94	19		4,97		24,70	
95	19		4,97		24,70	
96	19		4,97		24,70	
97	19		4,97		24,70	
98	20		5,97		35,64	
99	20		5,97		35,64	
100	20		5,97		35,64	
101	21		6,97		48,58	
102	21		6,97		48,58	
103	21		6,97		48,58	
сумма	1445	964			1250,90	217,7447
среднее	14,02913	20,51064				

разница по величине =  $|b_{107}-c_{107}|$  (модуль)

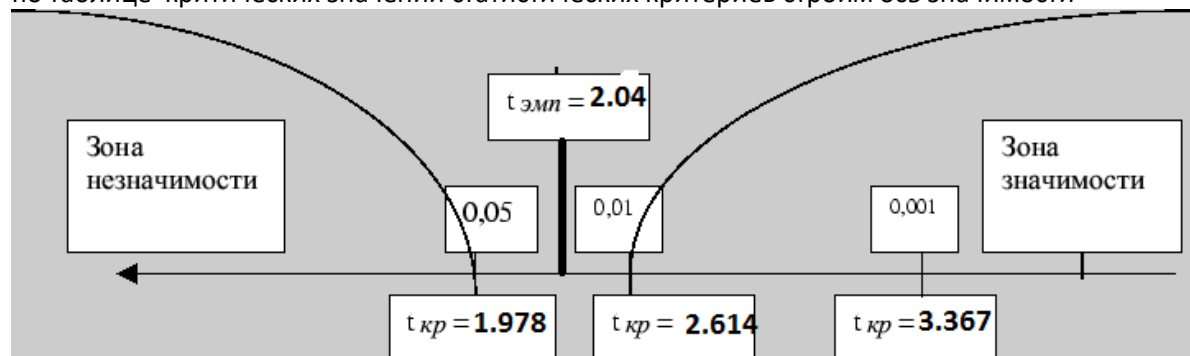
6,48

подсчёт выражения

3,181106863

$t_{эмпр} = 2,04$

по таблице критических значений статистических критериев строим ось значимости



1,978 для

$P \leq 0,05$

3,367 для  $P \leq 0,001$