

**Психологические защиты и копинг - стратегии как факторы адаптации
дошкольников**

Научный руководитель – Куфтяк Елена Владимировна

Реунова Алена Александровна

Студент (магистр)

Костромской государственной университет имени Н.А. Некрасова, Кострома, Россия

E-mail: reunova_alena@mail.ru

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ (проект № 16-36-00038)

В настоящее время феномен адаптации рассматривается в рамках различных научных областей: биологии, физиологии, психологии в ряде естественных и гуманитарных наук. Такое многообразие взглядов в науке на проблему адаптации вызывает сложности теоретического обоснования данного феномена, ведь каждая научная область применяет множество понятий, характерных только на нее. Адаптация в широком смысле понимается как приспособление к изменяющимся внутренним и внешним условиям [2].

В рамках психологии активно разрабатывается идея о существовании механизмов, способствующих лучшей адаптации человека. Отечественные и зарубежные исследователи к таким механизмам относят совладающее поведение и психологические защиты [3,4].

С понятием «совладающее поведение» связывают различные процессы, направленные на возможно лучшее решение личностных или межличностных проблем, адаптацию к предъявляемым требованиям в стрессовых ситуациях, позволяющих преодолеть или смягчить эти требования.

Психологические защиты рассматриваются как система стабилизации личности, направленная на ограждение сознания человека от воздействия психотравмирующих явлений. В процессе влияния травмирующего фактора на человека включается бессознательный компонент регуляции - механизмы психологической защиты [1].

В настоящем исследовании была предпринята попытка проанализировать особенности механизмов психологической защиты и совладающего поведения у детей дошкольного возраста с разным уровнем адаптированности. В исследовании приняли участие дети дошкольного возраста, воспитанники трех муниципальных бюджетных дошкольных образовательных учреждений г.Костромы. Всего в исследовании участвовало 47 дошкольников.

Для изучения поставленной проблемы использовался блок методик: модифицированная карта Д.Стотта (Т.В.Дорожевец, 1995), «Опросник копинг стратегий» авторов И.М.Никольской и Р.М.Грановской (2000), в модификации Е.В.Куфтяк (2004), «Карта оценки детских защитных механизмов» Р.Плутчика и К.Перри, модификация Е.В.Чумаковой (1998).

Представим полученные результаты. В ходе изучения уровня адаптированности, общая выборка детей была разделена на три группы: адаптированные дети (n = 23), дети «группы риска» (n = 16), дезадаптированные дети (n = 8).

Было выявлено, что адаптированные дети соблюдают правила и нормы поведения, способны регулировать его согласно требованиям, предъявляемым окружением. Оказываются менее подвержены проявлениям асоциальности ($H(2, N=47)=19,02$ $p=0,0001$) и инфантильности ($H(2, N=47)=21,34$ $p=0,0$). В трудных жизненных ситуациях дети прибегают к использованию психологических защит: отрицание, интеллектуализация, формирование реакции.

Дети «группы риска» показали себя готовыми идти на уступки, дабы избежать конфликтных ситуаций, так же было отмечено, что дети подчиняемы, это может быть связано с тем, что через подчинение дети стараются сохранить хорошие отношения с окружающими. В трудных ситуациях прибегают к использованию защитных механизмов: отрицание, вытеснение, интеллектуализация.

Оказалось, что у дезадаптированных детей в большем количестве присутствует фактор «Асоциальность» ($H(2, N=47)=19,02$ $p=0,0001$) это значит, что поступки и поведение воспитанников в некоторых случаях не соответствует нормам и правилам поведения. Так же у всех присутствует фактор «Инфантильность» ($H(2, N=47)=21,34$ $p=0,0000$), это говорит о том, что воспитанники детского сада отстают в развитии эмоционально-волевой сферы, до сих пор боятся брать на себя ответственность, боятся принимать самостоятельные решения. А в трудных ситуациях дезадаптированные дети чаще прибегают к использованию защитных механизмов: регрессия ($H=10,78$ $p=0,004$), замещение ($H=5,96$ $p=0,05$), проекция ($H=6,71$ $p=0,03$). Это говорит о том, что дети данной группы прибегают к использованию более ранних форм психологических защит, не смотря на полученный опыт.

В процессе изучения копинг-поведения было выявлено, что дети с высоким уровнем адаптации при решении проблемных ситуаций прибегают к стратегиям категории «Активно - деятельностное отвлечение» и «Социальные контакты с целью получения поддержки». Это может говорить о том, что детям важно получить поддержку от значимых взрослых. Детям значим выбор стратегий, связанных в большей или меньшей степени с когнитивной сферой, - «думаю-говорю». Это может быть связано с использованием в стрессовых ситуациях детьми защитного механизма «интеллектуализация».

Дети группы риска также прибегают к использованию стратегий данных категорий. Однако, для них также характерно использование стратегий категории «Пассивное отвлечение». Наряду с эмоциональной поддержкой взрослых, детям помогают справиться с трудностями такие стратегии как «Мечтаю, представляю что-нибудь» и «Стараюсь забыть».

Дети с низким уровнем адаптации прибегают к использованию копинг-стратегий категории «Рефлексивный уход», так же используют некоторые стратегии категории «Деструктивная эмоциональная экспрессия», что говорит о том, что для них свойственно обращение к эмоционально-поведенческим способам совладания с трудностями. В то время, как некоторым детям с низким уровнем адаптации важно остаться одним, другие дети наоборот ищут поддержку со стороны взрослых.

Для всестороннего и комплексного изучения обозначенной проблемы было принято решение проследить взаимосвязи рассматриваемых характеристик с использованием метода ранговой корреляции r -Спирмена в каждой.

У адаптированных детей оказалось наибольшее количество корреляционных связей между показателями адаптации и психологическими защитами.

У детей «группы риска» была выявлена одна прямая корреляционная связь между показателем адаптации (активность) и психологической защитой (отрицание) ($r=0,56$, $p=0,02$). Мы объясняем это тем, что дети имеют некие трудности в адаптации и у них менее устойчивое положение в социуме.

У дезадаптированных детей так же была выявлена одна корреляционная связь между инфантильностью и регрессией ($r=0,79$, $p=0,01$). Такая связь объясняется эмоционально-личностной направленностью механизмов. Столкнувшись с трудной жизненной ситуацией, дети прибегают к формам поведения характерным для более раннего возраста.

В заключение необходимо сказать, что прослеживаются четкие корреляционные связи между симптомокомплексами адаптации и психологическими защитами у всех групп

детей. У адаптированных детей спектр корреляционных связей шире, в отличие от детей «группы риска» и дезадаптированных детей. Нами это объясняется тем, что уровень адаптации определяет широту выбора механизмов психологических защит.

Источники и литература

- 1) Горбунова Е. В. , Свистунова Е. В. Копинг - стратегии и совладающее поведение детей старшего дошкольного возраста // Материалы II Международной научно-практической конференции «Психология стресса и совладающего поведения в современном обществе». Кострома , 23-25 сентября 2010 г. / Отв. ред. Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова. – 2010. - Т. 1. – 297 с.
- 2) Рассказова Е.И., Гордеева Т.О., Осни Е.Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики СОРЕ // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. т. 10. № 1. С. 82–118
- 3) Никольская, Н. М. Психологическая защита у детей / Н. М. Никольская, Р. М. Грановская. – СПб. : Речь, 2001. – 507 с.]
- 4) Куфтяк Е.В. Психологические защитные механизмы и совладающее поведение как адаптационные ресурсы лиц с особыми потребностями / Е.В. Куфтяк, А.П. Лебедев, А.А. Реунова // Гуманитарные основания социального прогресса: Россия и современность: сборник статей Международной научно-практической конференции. В 8 частях. Часть 3 / Под ред. В.С. Белгородского, О.В. Кащеева, В.В. Зотова, И.В. Антоненко. – М.: ФГБОУ ВО «МГУДТ», 2016. – С. 210 - 215.