

Жанна Богдан

кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології і соціології
Харківського національного економічного університету ім. Семена Кузнеця;

Харків, Україна

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1560-9516>

E-mail: Zhanna.Bogdan@hneu.net

Наталія Беляєва

кандидат економічних наук, доцент кафедри психології і соціології Харківського
національного економічного університету ім. Семена Кузнеця, Харків, Україна

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-7674-3636>

E-mail: Nataliya.Byelyayeva@hneu.net

**АДАПТАЦІЙНА ТРАНСФОРМАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ
ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Анотація: стаття присвячена дослідженню процесу адаптаційної трансформації психологічного захисту здобувачів вищої освіти. Однією з актуальних проблем сучасної психології є формування особистості, яка готова до розв'язання різноманітних суспільних та професійних завдань. Необхідність наукових розробок у цій сфері обумовлена соціально-економічними змінами в суспільстві та підвищенням вимог до фахівців. У дослідженні підкреслено кризовість юнацького віку, що ускладнюється особливостями навчального процесу, такими як матеріальна та побутова невлаштованість, невизначеність соціального статусу, інтенсивна розумова праця та періодичні екзаменаційні стреси. На основі теоретичних та емпіричних даних визначено, що психологічний захист – це набір автоматичних психічних процесів, які допомагають людині уникати або зменшувати стресові ситуації та зберігати психічну рівновагу.

Результати дослідження вказують на різницю у використанні психологічних захисних механізмів здобувачами освіти з різним рівнем адаптованості: здобувачі з високою адаптованістю частіше застосовують витіснення, а з низькою – проєкцію. Отримані результати можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки, спрямованих на підвищення ефективності адаптації, розвитку емоційної компетентності та навичок подолання стресу у здобувачів вищої освіти. Важливість розуміння механізмів психологічного захисту підкреслюється для фахівців, які працюють у галузі ментального здоров'я, та для кожної людини, яка прагне краще розуміти себе і свої реакції на різні життєві ситуації.

Ключові слова: адаптація; психологічний захист; трансформація захисту; здобувачі вищої освіти.

Zhanna Bogdan

Phd in psychology, associate professor, head of department of psychology and sociology,
Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics; Kharkiv, Ukraine

E-mail: Zhanna.Bogdan@hneu.net

© Жанна Богдан, Наталія Беляєва, 2024

Nataliya Byelyayeva

Phd in economics, associate professor of psychology and sociology, Simon Kuznets Kharkiv
National University of Economics; Kharkiv, Ukraine
E-mail: Nataliya.Byelyayeva@hneu.net

ADAPTIVE TRANSFORMATION OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE IN HIGHER EDUCATION STUDENTS

Abstract: the article is dedicated to studying the adaptive transformation process of psychological defense mechanisms in higher education students. One of the pressing issues in contemporary psychology is the development of individuals ready to tackle various social and professional challenges. The necessity for scientific developments in this field is driven by socio-economic changes and increased demands on specialists. The study emphasizes the crisis nature of adolescence, complicated by the educational process's specific features, such as financial and living instability, uncertain social status, intensive mental work, and periodic exam stresses. Based on theoretical and empirical data, it is determined that psychological defense is a set of automatic mental processes that help individuals avoid or reduce stress and maintain mental equilibrium.

The study's results indicate differences in the use of psychological defense mechanisms among students with varying levels of adaptability: highly adaptable students tend to use repression more often, while less adaptable students resort to projection. These findings can inform the development of psychological support programs aimed at enhancing adaptation effectiveness, emotional competence, and stress-coping skills in higher education students. Understanding psychological defense mechanisms is essential for mental health professionals and individuals seeking to better understand themselves and their reactions to various life situations.

Key words: adaptation; psychological defense; defense transformation; higher education students.

Zhanna Bogdan, Nataliya Byelyayeva

An extended abstract of the paper on subject of:

“Adaptive transformation of psychological defense in higher education students”

***Problem setting.** The formation of a creative, professional and socially responsible personality is one of the urgent modern problems of domestic psychology for several key reasons: modern society requires people to be able to think creatively and be professionally responsible for solving complex problems; rapid changes in the economy and society increase the need for specialists who are able to adapt to new conditions and work effectively in a team; scientific studies that show that creativity and social responsibility are important aspects for successful adaptation and professional development. According to the Ministry of*

Education and Science of Ukraine, the modern labor market requires graduates not only professional knowledge, but also developed social skills, creativity and the ability to adapt in the face of rapid change.

***Recent research and publications analysis.** In modern foreign and domestic psychology, a rich theoretical and empirical material has been accumulated, reflecting various concepts of psychological defense, illustrating the contradictory nature of this phenomenon (A. Adler, A. Maslow, C. Rogers, G. Sullivan, O. Fenichel, E. Fromm, A. Freud, S. Freud, O. Dubaseniuk, L. Tolstobrova, I. Zhuk,*

L. Kozak, T. Kochan, L. Ladyzhenska, I. Kyrychenko, I. Makarenko, Y. Mykhalska, S. Renke, O. Reznikova, L. Stepanenko, A. Shydelko and others). Different views arise due to the lack of clear criteria for differentiating adaptive mechanisms, strategies and behaviors. The authors of the study define psychological defense as a set of automatic mental processes that help a person avoid or reduce stressful situations, maintain mental balance and emotional well-being. These mechanisms can be either conscious or unconscious. The main psychological defense mechanisms include: denial; Repression; projection (Projection); rationalization; Regression; sublimation; intellectualization; Compensation; Fantasy Identification.

Highlighting previously unsolved parts of the general problem, to which this article is devoted. Despite the importance of this topic, the issues of complex organization and dynamic correlation of adaptive means are not yet sufficiently represented in scientific research. Research in this area can contribute to the development of new approaches to psychological support, in particular for people facing high levels of stress.

Paper objective. The aim of the article is to determine the psychological content of adaptive transformations of psychological protection of the individual during the period of study in a higher education institution.

Paper main body. Defense mechanisms are functional adaptation responses that are designed to establish social equilibrium. Adaptive transformations of psychological protection of an individual while studying at a higher education institution have a significant impact on the level of psychological well-being and academic performance of students. It is expected that applicants with a high level of adaptability are more likely to use more effective coping strategies and less dependent on protective automatisms, compared to applicants with a low level of adaptability. The objectives of the empirical study were to conduct a psychodiagnostic measurement of the level of personality adaptation, the

severity of psychological defenses in higher education applicants of 1-3 years of study. The study involved 124 students of Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics of 1-3 years of study. The study was conducted in the 2023-2024 academic year as part of the research work of the Department of Psychology and Sociology of Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics. The sample is representative, it reflects the diversity of the population in terms of social, regional and other characteristics. The participation of higher education students in the study was voluntary. To solve the problems of the study, the following psychodiagnostic methods were used: "Methods for diagnosing socio-psychological adaptation" by C. Rogers, R. Dimon allows to comprehensively assess the level of socio-psychological adaptation of the individual, which is important for understanding the general adaptation process; the questionnaire "Psychological Defense Mechanisms" by R. Plutchik, G. Kellerman, H. Conti is used to diagnose the main mechanisms of psychological defense, which allows you to identify specific strategies that are used by the individual to overcome stress and protect against psychological threats, the methodology "Adaptability of students at the university" by T. Dubovytska is designed to assess the adaptation of students to the learning environment in higher educational institutions, which helps to understand the features of adaptation processes in a particular group.

Year 3 applicants have denial (21.7 %), compensation (17.3 %), intellectualization (14.6 %) and projection (14.1 %). Subjects in this group continue to deny problems, which may indicate persistent stressors and a lack of skills to effectively solve them. Intensify their efforts to succeed in other areas to compensate for academic or personal difficulties. The use of an intelligent approach to manage emotions remains an important mechanism to help cope with learning load and stress. Significant differences were obtained between the indicators on the "Projection" scale of applicants of the 1st and 2nd years of study (φ

= 1.79, $p < 0.05$ according to the Fisher criterion). The projection mechanism is most prone to transformation in the process of adaptation. The absolute adaptive function is demonstrated by the negation mechanism; relative – mechanisms of compensation, intellectualization, displacement; mal-adaptive – regression, projection, substitution, reactive formation.

Conclusions of the research. It has been found that in students of the 1st year of study, the prevailing mechanisms of psychological protection are projection, denial and intellectualization; for applicants of the

2nd year of study - intellectualization, objection and compensation; Year 3 applicants have denial, compensation, intellectualization, and projection. That is, the mechanisms of psychological protection in students change over the years of study, reflecting the process of their adaptation to the academic environment and the growth of personal maturity. Prospects for further research are the development of psychological support programs aimed at improving the effectiveness of adaptation, the development of emotional competence and stress coping skills in higher education students.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Формування творчої, професійної та соціально відповідальної особистості є однією з актуальних сучасних проблем вітчизняної психології через декілька ключових причин: сучасне суспільство вимагає від людей здатності до креативного мислення та професійної відповідальності для вирішення складних завдань; швидкі зміни у сфері економіки та суспільства підвищують потребу у фахівцях, які здатні адаптуватися до нових умов і ефективно працювати в команді; наукові дослідження, які показують, що творчість і соціальна відповідальність є важливими аспектами для успішної адаптації та професійного розвитку [1].

Згідно з “Цілями сталого розвитку”, зокрема з цілями досягнення якісної освіти, підкреслюється необхідність формування професійно компетентної та соціально відповідальної особистості. Відповідно до “Стратегії розвитку вищої освіти України на 2021-2031 роки”, однією з ключових цілей є підвищення якості вищої освіти та формування сучасних компетенцій у здобувачів освіти, які відповідають потребам ринку праці та суспільства. За даними Міністерства освіти і науки України, сучасний ринок праці вимагає від випускників не лише професійних знань, але й розвинених соціальних навичок,

креативності та здатності до адаптації в умовах швидких змін.

Ці фактори підкреслюють важливість обраної проблематики для формування творчої, професійної та соціально відповідальної особистості, що є актуальним завданням сучасної психології та освіти.

Аналіз останніх досліджень та публікацій, у яких започатковано розв'язання цієї проблеми і на які спирається автор. На думку фахівців, юнацький вік є кризовим, оскільки ставить перед особистістю найбільш складні завдання розвитку. Кризовість цього вікового періоду ускладнюється особливостями життєвої ситуації та діяльності – руйнуванням стереотипів життя й навчання, часто пов'язаних із матеріальною та побутовою невлаштованістю, невизначеністю соціального статусу, інтенсивною розумовою працею та періодичними екзаменаційними стресами [4].

У сучасній зарубіжній та вітчизняній психології накопичений багатий теоретичний та емпіричний матеріал, що відображає різноманітні концепції психологічного захисту, ілюструє суперечливість цього феномену (А. Адлер, А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Саліван, К. Хорні, О. Феніхель, Е. Фромм, А. Фрейд, З. Фрейд, О. Дубасенюк, Л. Толстоброва, І. Жук, Л. Козак, Т. Кочан, Л. Ладиженська, І. Кириченко, І. Макаренко, Ю. Михальська,

С. Ренке, О. Резнікова, Л. Степаненко, А. Шиделко та ін.). Різні погляди виникають через відсутність чітких критеріїв диференціації адаптаційних механізмів, стратегій та поведінки. Тільки у вітчизняних наукових джерелах виділено понад десяток варіантів визначення психологічного захисту. Серед дослідників немає єдиної точки зору щодо загальної кількості механізмів захистів, ступеню їх співвіднесення один із одним тощо. Це ускладнює виявлення інваріантних характеристик захисту та його ролі у соціально-психологічній адаптації особистості [2; 5].

Автори дослідження визначають психологічний захист як набір автоматичних психічних процесів, які допомагають людині уникати або зменшувати стресові ситуації, зберігати психічну рівновагу та емоційне благополуччя. Ці механізми можуть бути як свідомими, так і несвідомими. До основних механізмів психологічного захисту належать: заперечення (Denial) – це відмова визнати реальність неприємної або загрозової інформації; репресія (Repression) – несвідома блокада тривожних або болючих думок і почуттів; проекція (Projection) – приписування власних неприйнятних думок, почуттів або мотивів іншим людям; раціоналізація (Rationalization) – пошук логічних або соціально схвалених пояснень для неприйнятних почуттів або вчинків; регресія (Regression) – повернення до більш раннього етапу розвитку, де поведінка була простішою і менш відповідальною; сублимація (Sublimation) – перетворення неприйнятних імпульсів у соціально прийнятні дії або поведінку; інтелектуалізація (Intellectualization) – використання логіки та фактів для уникнення емоційної залученості до ситуації; компенсація (Compensation) – спроба зменшити почуття неповноцінності або недоліки шляхом досягнення успіху в іншій сфері; фантазування (Fantasy) – втеча у світ фантазій для зменшення стресу

та емоційної напруги; ідентифікація (Identification) – прийняття якостей, переконань або поведінки іншої людини, щоб зменшити почуття тривоги [3; 6].

Функціями психологічного захисту є: збереження психічної рівноваги, уникання надмірного стресу та підтримка психічної стабільності; зменшення тривоги, яка спричинена внутрішніми конфліктами або зовнішніми загрозами, захист від надмірного емоційного та психічного навантаження; підтримка позитивного образу себе, навіть у важких ситуаціях [8].

Психологічний захист може мати як позитивний, так і негативний вплив на особистість. Позитивний вплив полягає в тому, що він допомагає особистості долати короткостроковий стрес, підтримує психічну стабільність та самооцінку. Негативний вплив: тривале використання захисних механізмів може призводити до уникання реальних проблем, перешкоджати особистісному зростанню та спричиняти психічні розлади [10].

Психологічний захист є важливим механізмом, який допомагає особистості долати стресові та тривожні ситуації. Розуміння цих механізмів може бути корисним для психологів, психотерапевтів та інших фахівців, які працюють у сфері психічного здоров'я, а також для кожної людини, яка прагне краще розуміти себе і свої реакції на різні життєві ситуації.

Особливості адаптаційної ситуації в період навчання особистості у закладі вищої освіти визначаються співпадінням або накладанням двох типів кризових впливів: вікових та ситуативних. У проблемних умовах молодого людиною виробляються нові конструктивні адаптаційні стратегії поведінки як результат адаптаційної трансформації психологічного захисту особистості. Ці зміни об'єктивно визначають зростання її можливостей у пошуках власного способу життєдіяльності. Оптимізація адаптаційної трансформації психологічного захисту особистості здобувача освіти пов'язується з організацією розвивального середовища, що більшою

мірою сприяє реалізації адаптаційного потенціалу особистості [11; 12].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується дана стаття. Адаптаційні засоби включають як захисні автоматизми, так і копінг-стратегії, які можуть бути усвідомленими або несвідомими. Важливим аспектом є динамічне співвідношення між захисними автоматизмами та копінг-стратегіями. Це співвідношення може змінюватися залежно від індивідуальних особливостей особистості, ступеня усвідомленості та конкретної ситуації. Різні комбінації цих механізмів можуть забезпечувати ефективну адаптацію або, навпаки, приводити до психологічних проблем. Незважаючи на важливість цієї теми, питання комплексної організації та динамічного співвідношення адаптаційних засобів поки що не достатньо представлені в наукових дослідженнях. Дослідження у цій сфері можуть сприяти розробці нових підходів до психологічної підтримки, зокрема для осіб, які стикаються з високим рівнем стресу.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Мета статті полягає у визначенні психологічного змісту адаптаційних трансформацій психологічного захисту особистості в період навчання у закладі вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Предикторами утворення механізмів психологічного захисту є так звані універсальні проблеми адаптації або екзистенційні кризи. Механізми захисту – це реакції функціональної адаптації, які призначені для встановлення соціальної рівноваги. Адаптаційні трансформації психологічного захисту особистості під час навчання у закладі вищої освіти мають значний вплив на рівень психологічного благополуччя та успішність здобувачів освіти. Очікується, що здобувачі з високим рівнем адаптованості частіше використовують більш ефективні копінг-

стратегії та менш залежні від захисних автоматизмів, порівняно зі здобувачами з низьким рівнем адаптованості.

Завданнями емпіричного дослідження було проведення психодіагностичного вимірювання рівня адаптації особистості, вираженості психологічних захистів у здобувачів вищої освіти 1–3 років навчання. У дослідженні взяли участь здобувачі вищої освіти Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця 1–3 років навчання, кількістю 124 особи. Дослідження проводилося у 2023-2024 навчальному році у межах науково-дослідницької роботи кафедри психології і соціології Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця. Вибірка є репрезентативною, вона відображає різноманіття популяції за соціальними, регіональними та іншими характеристиками. Участь здобувачів вищої освіти у дослідженні була добровільною.

Для вирішення завдань дослідження були використані такі психодіагностичні методи: “Методика діагностики соціально-психологічної адаптації” К. Роджерса, Р. Даймона дозволяє комплексно оцінити рівень соціально-психологічної адаптації особистості, що є важливим для розуміння загального адаптаційного процесу; опитувальник “Механізми психологічного захисту” Р. Плутчика, Г. Келлермана, Х. Конті використовується для діагностики основних механізмів психологічного захисту, що дозволяє виявити специфічні стратегії, які використовуються особистістю для подолання стресу та захисту від психологічних загроз, методика “Адаптованість студентів у вузі” Т. Дубовицької розроблена для оцінки адаптації студентів до навчального середовища у вищих навчальних закладах, що допомагає зрозуміти особливості адаптаційних процесів у конкретній групі. Ці методики були обрані для вирішення завдань дослідження через їх високу валідність і надійність у вимірюванні ключових аспектів адаптаційних трансформацій та психологічного захисту.

*ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СИСТЕМИ
ВИЩОЇ ОСВІТИ ТА ЇЇ ЗМІСТУ*

Для виявлення особливостей соціально-психологічної адаптації” адаптаційного періоду особистості К. Роджерса, Р. Даймона, результати використано “Методику діагностики представлено в таблиці 1.

Таблиця 1

Інтегральні показники соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої освіти (у балах)

Шкали	M±SD
Адаптація	84,5±7,3
Самоприйняття	36,9±3,7
Прийняття інших	22,4±2,5
Емоційна комфортність	27,5±3,2
Інтернальність	37,4±3,6
Прагнення до домінування	11,5±1,4

За інтегральною шкалою “Адаптація” досліджувані здобувачі освіти отримали 84,5±7,3 балів, що вказує на високий рівень адаптації. Це означає, що вони добре пристосувалися до умов навчання у вищому навчальному закладі, успішно інтегруються в соціальне середовище і мають позитивне ставлення до навчального процесу. За шкалою “Самоприйняття” – 36,9±3,7 балів, що свідчить про позитивне самоприйняття досліджуваних. Вони приймають себе такими, якими є, мають адекватну самооцінку і задоволені своїм “Я”. Високий рівень самоприйняття зазвичай корелює з високим рівнем психологічного благополуччя та стабільністю. За шкалою “Прийняття інших” – 22,4 балів. Відносно низький бал за цією шкалою може вказувати на певні труднощі в прийнятті інших людей. Це може означати, що здобувачі освіти мають психологічні бар’єри у встановленні соціальних контактів або схильні до критичного ставлення до інших. За шкалою “Емоційна комфортність” – 27,5±3,2 балів, що свідчить про те, що здобувачі освіти відчувають себе емоційно стабільно і комфортно у навчальному середовищі. Вони, ймовірно, добре справляються зі стресом та мають позитивний емоційний стан. За шкалою “Інтернальність” – 37,4±3,6 балів, що вказує на те, що здобувачі освіти схильні брати на себе відповідальність за власні дії та події у своєму житті. Вони вірять, що можуть контролювати своє життя і впливати на результати своїх дій. За шкалою “Прагнення до домінування” –

11,5±1,4 балів, що свідчить про те, що здобувачі освіти не прагнуть до домінуючої позиції у соціальних взаємодіях. Вони, ймовірно, віддають перевагу співпраці та рівноправним стосункам. Таким чином, визначено, що здобувачі освіти 1–3 років навчання мають високий рівень адаптації, позитивне самоприйняття, емоційну комфортність та інтернальність, що свідчить про їхню психологічну стабільність і готовність до навчання. Водночас, відносно низькі показники за шкалою “Прийняття інших” можуть вказувати на потребу у розвитку соціальних навичок та толерантності до інших людей. Низький рівень прагнення до домінування може бути позитивним фактором у контексті співпраці, але також може свідчити про відсутність лідерських амбіцій. Ці результати можуть бути використані для розробки програм підтримки та розвитку здобувачів освіти.

За результатами дослідження соціально-психологічної адаптації всіх досліджуваних розділили на дві групи за критерієм адаптованості: до 1-ої групи увійшли здобувачі з високим рівнем адаптованості, до 2-ої групи – з низьким рівнем адаптованості, показники досліджуваних із середнім рівнем адаптованості не аналізувалися. Далі було проведено дослідження структури захисних механізмів здобувачів вищої освіти за допомогою опитувальника “Механізми психологічного захисту” Р. Плутчика, Г. Келлермана, Х. Конті, отримані результати відображені у таблиці 2.

Показники механізмів психологічного захисту у здобувачів вищої освіти з різним рівнем адаптованості (у %)

Шкали	1 група	2 група	φ	p-рівень
Заперечення	19,2	15,0	0,33	>0,05
Витіснення	23,5	2,2	1,67	<0,05
Регресія	9,6	11,2	0,13	>0,05
Компенсація	12,3	3,7	0,68	>0,05
Проекція	13,4	41,5	2,21	<0,01
Заміщення	9,1	2,2	0,54	>0,05
Інтелектуалізація	7,7	23,4	1,23	>0,05
Реактивне утворення	5,2	0,9	0,34	>0,05

Інформація про використання здобувачами вищої освіти тих чи інших механізмів психологічного захисту, ступінь їхньої напруженості є важливою у разі надання їм своєчасної психологічної допомоги. Це пов'язано з тим, що зазначені механізми, в силу специфіки своєї дії, здатні не тільки нейтралізувати або пом'якшити емоційну напругу, але й часом посилювати емоційний стан особистості, призводити до формування ригідності мислення, створюючи тим самим нові проблеми.

У досліджуваних 1-ої групи переважають такі механізмами психологічного захисту, як витіснення (23,5 %) і заперечення (19,2 %). Витіснення активізується в разі виникнення бажання, яке вступає в протиріччя з іншими бажаннями людини і несумісне з її етичними поглядами. Внаслідок конфлікту і внутрішньої боротьби думка і уявлення витісняються, усуваються зі свідомості і забуваються. Однак витіснені та пригнічені бажання проявляються в невротичних і психосоматичних симптомах (переважно в страхах). Коли реальна дійсність для людини неприємна, вона вдається до заперечення її існування чи намагається знизити серйозність виниклої загрози. Одна з найбільш поширених форм такої поведінки – неприйняття, заперечення критики на свою адресу з боку інших людей тощо.

У досліджуваних 2-ої групи найбільш висока напруженість виявлена за

показниками таких захистів, як проекція та інтелектуалізація. У 41,5 % досліджуваних 2-ої групи виявлена тенденція до частого використання механізму проекції. Цей механізм розвивається в онтогенезі достатньо рано. Він передбачає приписування оточуючим різних негативних якостей. Його функція полягає у стримуванні почуття неприйняття людиною самої себе і оточуючих. Це несвідоме заперечення власних негативних якостей і приписування їх оточуючим. 23,4 % досліджуваних 2-ої групи використовують інтелектуалізацію. Цей механізм розвивається у ранньому підлітковому віці для стримування емоції очікування або страху пережити розчарування. Утворення механізму інтелектуалізації прийнято співвідносити з фрустраціями, які викликають невдачі в конкуренції з однолітками. Його захисна роль зумовлена тим, що цей механізм дозволяє запобігти перепоვნення емоціями за рахунок такого тлумачення подій, при якому зростає почуття суб'єктивного контролю над ситуацією. Оскільки в шкалу “інтелектуалізація” також включені твердження з шкал “анулювання” і “сублімація”, то отримані результати дають можливість говорити про те, що для досліджуваних, разом із прагненням до раціональності дій, характерна самокритичність (це свідчить про розвинену рефлексію), вміння не тільки направляти свою енергію в соціально прийнятне русло, але й підходити творчо до вирішення проблем.

*ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СИСТЕМИ
ВИЩОЇ ОСВІТИ ТА ЇЇ ЗМІСТУ*

Третім за частотою використання є заперечення, на що вказують такі дані: у 15 % досліджуваних 2-ої групи висока напруженість за шкалою цього виду захистів. Заперечення – найбільш ранній онтогенетичний і примітивний механізм психологічного захисту. Він розвивається для стримування емоції прийняття оточуючих, якщо вони демонструють емоційну індиферентність або відкидання. Люди із запереченням як провідним механізмом захисту вирізняються оптимізмом, егоцентризмом, прагненням бути в центрі уваги, самовпевненістю тощо. Інші механізми психологічного захисту не мають високого рівня вираженості. Слід також відзначити, що у переважної більшості досліджуваних 2-ої групи відзначається рідке використання таких захисних механізмів як регресія (11,2 %), реактивне утворення (0,9 %), витіснення (2,2 %) і заміщення (2,2 %). Щодо використання інших захисних механізмів не можна судити однозначно, оскільки залежно від конкретної ситуації та обставин вони можуть впливати позитивно або негативно.

Також отримано значущі відмінності між показниками досліджуваних за шкалами “Витіснення” ($\varphi=1,67$, $p<0,05$ за критерієм Фішера), що свідчить про те, що здобувачі вищої освіти з високим рівнем адаптованості частіше використовують витіснення для зниження психічного напруження. “Проекція” ($\varphi=2,21$, $p<0,01$), дані вказують на те, що здобувачі з низьким рівнем адаптованості частіше вдаються до приписування власних неприйнятних думок, почуттів або мотивів іншим людям.

Таким чином, досліджувані з різним рівнем адаптованості використовують різні механізми психологічного захисту. Добре адаптовані – переважно витіснення і заперечення; погано адаптовані – проекцію й інтелектуалізацію.

Одним із завдань дослідження було визначення динаміки використання психологічних захистів здобувачами освіти в процесі навчання. Для її вирішення був зроблений порівняльний аналіз психологічних захистів у здобувачів 1–3 років навчання, результати якого представлені в таблиці 3.

Таблиця 3

Показники психологічних захистів здобувачів вищої освіти різних років навчання (%)

Шкали	1-й рік	2-й рік	3-й рік	p-рівень
Заперечення	17,1	22,2	21,7	>0,05
Витіснення	12,8	13,8	10,4	>0,05
Регресія	10,3	3,4	2,5	>0,05
Компенсація	8,0	16,3	17,3	>0,05
Проекція	27,5	4,7	14,1	$p(1-2)<0,05$
Заміщення	5,6	7,1	11,9	>0,05
Інтелектуалізація	15,6	27,5	14,6	>0,05
Реактивне утворення	3,1	5,0	7,5	>0,05

У здобувачів освіти 1-го року навчання переважаючими механізмами психологічного захисту є проекція (27,5 %), заперечення (17,1 %) й інтелектуалізація (15,6 %). Тобто, вони схильні приписувати власні неприйнятні думки і почуття іншим людям, що може свідчити про початкову стадію адаптації, коли вони ще не впевнені у своїх силах і шукають зовнішні причини для внутрішніх проблем. Часто заперечують наявність

проблем або стресових ситуацій, що може бути пов'язано з бажанням уникнути визнання труднощів адаптації до нового навчального середовища. Використання логіки та раціонального мислення для уникнення емоційного залучення може бути способом справлятися з новими академічними викликами та стресом.

Здобувачів освіти 2-го року – інтелектуалізація (27,5 %), заперечення (22,2 %) і компенсація (16,3 %).

Продовжують використовувати раціональне мислення для управління емоціями, що може бути пов'язано з більш складними навчальними завданнями і необхідністю академічної успішності. Продовжують уникати визнання проблем, що свідчить про наявність стресових факторів, з якими вони ще не готові впоратися. Починають розвивати альтернативні навички та досягнення, щоб зменшити відчуття неповноцінності або невдач, що може бути пов'язано з досвідом перших академічних проблем і пошуком способів їх подолання.

У здобувачів 3-го року – заперечення (21,7 %), компенсація (17,3 %), інтелектуалізація (14,6 %) і проекція (14,1 %). Досліджувані цієї групи продовжують заперечувати проблеми, що може свідчити про стійкі стресові фактори та відсутність навичок ефективного їх вирішення. Посилюють свої зусилля в досягненні успіху в інших сферах, щоб компенсувати академічні чи особисті труднощі. Використання інтелектуального підходу для управління емоціями залишається важливим механізмом, що допомагає справлятися з навчальним навантаженням та стресом. Продовжують приписувати свої негативні почуття іншим, що може бути способом зменшення внутрішньої тривоги та конфліктів.

Отримано значущі відмінності між показниками за шкалою “Проекція”

Список літератури:

1. Богдан Ж. Теоретична модель гнучких навичок особистості сучасного фахівця / Ж. Богдан // Вісник ХНПУ ім. Г. Сковороди. Психологія. – 2023. – Вип. 69. – С. 8 – 27

2. Жук І. Діагностика психологічних захистів у критичних умовах: теорія і практика / І. Жук // Психологія і суспільство. – 2019. – № 80. – С. 80 – 93

3. Козак Л., Кочан Т. Вплив зовнішніх факторів на захисний механізм особистості / Л. Козак, Т. Кочан // Науковий вісник Національного університету

здобувачів 1-го та 2-го років навчання ($\varphi=1,79$, $p<0,05$ за критерієм Фішера). Механізм проекції найбільшою мірою схильний до трансформації у процесі адаптації. Абсолютну адаптивну функцію демонструє механізм заперечення; відносно – механізми компенсації, інтелектуалізації, витіснення; дезадаптивну – регресія, проекція, заміщення, реактивне утворення.

Висновки з даного дослідження та перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Виявлено, що у здобувачів освіти 1-го року навчання переважаючими механізмами психологічного захисту є проекція, заперечення й інтелектуалізація; у здобувачів 2-го року навчання – інтелектуалізація, заперечення та компенсація; у здобувачів 3-го року – заперечення, компенсація, інтелектуалізація і проекція. Тобто механізми психологічного захисту у здобувачів освіти змінюються з роками навчання, відображаючи процес їхньої адаптації до академічного середовища та зростання особистісної зрілості.

Перспективами подальшого дослідження вбачаємо розробку програм психологічної підтримки, спрямованих на підвищення ефективності адаптації, розвитку емоційної компетентності та навичок подолання стресу у здобувачів вищої освіти.

біоресурсів і природокористування України. – 2021. – № 256. – С. 77 – 84

4. Коломієць Л., Сольвар В., Кожедуб Т. Обґрунтування теоретико-методологічних засад емпіричного дослідження особистісного самоздійснення осіб юнацького віку / Л. Коломієць, В. Сольвар, Т. Кожедуб // Psychological journal. – 2019. – Т. 5. – Вип. 12. – С. 43 – 58

5. Ладиженська Л., Кириченко І. Психологічні захисти: поняття, типологія, механізми / Л. Ладиженська, І. Кириченко // Психологія і суспільство. – 2016. – № 1. – С. 5 – 22

6. Макаренко І. Захисні механізми особистості: визначення, класифікація та

роль у становленні психологічного комфорту / І. Макаренко // Наукові записки. Серія: Психологія. – 2019. – № 8. – С. 50 – 55

7. Меленчук Н., Прокопенко К. Психологічний захист осіб із різним рівнем агресивності / Н. Меленчук, К. Прокопенко // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. – 2021. – Вип. 1. – С. 25 – 31

8. Михальська Ю., Ренке С. Особливості механізмів психологічного захисту особистості / Ю. Михальська, С. Ренке // Проблеми сучасної психології. 2015. – Вип. 30. – С. 417 – 427

9. Прокопенко І., Шевченко Н. Дослідження факторів, які впливають на вибір певного захисту у критичних умовах / І. Прокопенко, Н. Шевченко // Психологічна наука і освіта. – 2018. – Т. 2. – № 23. – С. 37 – 43

10. Резнікова О. Трансформація психологічного захисту й адаптаційного потенціалу особистості студента / О. Резнікова // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. – 2017. – Вип. 1 (2). – С. 113 – 118

11. Ситнік С., Ільїна Ю., Свіденська Г. Взаємозв'язок стратегій психологічного захисту та самоактуалізаційних процесів у здобувачів вищої освіти / С. Ситнік, Ю. Ільїна, Г. Свіденська // Науковий вісник Сіверщини. Серія: Освіта. Соціальні та поведінкові науки. – 2023. – № 1 (10). – С. 205 – 215

12. Степаненко Л. Особливості взаємозв'язку механізмів психологічного захисту особистості з емоційними характеристиками / Л. Степаненко // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. – 2017. – Вип. 5. – Т. 1. – С. 124 – 129

13. Шиделко А. Науково-теоретичні грані психологічного захисту особистості / А. Шиделко // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. – 2018. – № 1. – С. 87 – 94

14. Boldrini, T., Lo Buglio, G., Giovanardi, G., Lingiardi, V., Salcuni, S. (2020), “Defense mechanisms in adolescents at high risk of developing psychosis: an empirical investigation”, *Res. Psychother*, no. 23, p. 456, DOI: 10.4081/ripppo.2020.456

15. Cramer, P. (2015), “Defense mechanisms: 40 years of empirical research. *J. Pers*”, *Assess*, no. 97, pp. 114 – 122, DOI: 10.1080/00223891.2014.947997

16. Gromova, Z. (2020), “Psychological defence mechanisms and emotional stability as individual antecedents of resistance to changes”, *Psychological journal*, no. 6(1), pp. 50 – 60, DOI: <https://doi.org/10.31108/1.-2020.6.1.5>

References:

1. Bogdan, G. (2023), “Theoretical model of flexible personality skills of a modern specialist”, *Bulletin of H. Skovoroda KhNPU. Psychology*, is. 69, pp. 8 – 27

2. Zhuk I. (2019), “Diagnosis of psychological defenses in critical conditions: theory and practice”, *Psychology and Society*, no. 80, pp. 80 – 93

3. Kozak, L., Kochan, T. (2021), “Influence of external factors on the defense mechanism of the individual”, *Scientific Bulletin of the National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine*, no. 256, pp. 77 – 84

4. Kolomiets, L., Solvar, V., Kozhedub, T. (2019), “Substantiation of the Theoretical and Methodological Foundations of the Empirical Study of Personal Self-Realization of Adolescents”, *Psychological journal*, vol. 5, is. 12, pp. 43 – 58

5. Ladyzhenska, L., Kirichenko, I. (2016), “Psychological defenses: concept, typology, mechanisms”, *Psychology and society*, no. 1, pp. 5 – 22

6. Makarenko, I. (2019), “Personality defense mechanisms: definition, classification and role in the development of psychological comfort”, *Scientific notes. Series: Psychology*, no. 8, pp. 50 – 55

7. Melenchuk, N., Prokopenko, K. (2021), “Psychological protection of people

- with different levels of aggression”, Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological sciences, is. 1, pp. 25 – 31
8. Mikhalskaya, Y., Renke, S. (2015), “Features of the mechanisms of psychological protection of the individual”, Problems of modern psychology, is. 30, pp. 417 – 427
9. Prokopenko, I., Shevchenko, N. (2018), “Study of the factors that influence the choice of a certain protection in critical conditions”, Psychological science and education, vol. 2, no. 23, pp. 37 – 43
10. Reznikova, O. (2017), “Transformation of psychological protection and adaptive potential of a student's personality”, Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological sciences, is. 1 (2), pp. 113 – 118
11. Sytnik, S., Ilyina, Y., Svidenska, G. (2023), “The Interrelation of Psychological Protection Strategies and Self-Actualization Processes in Higher Education Students”, Scientific Herald of Sivershchyna. Series: Education. Social and behavioral sciences, no. 1 (10), pp. 205 – 215
12. Stepanenko, L. (2017), “Peculiarities of the relationship between the mechanisms of psychological defense of the individual and emotional characteristics”, Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological sciences, is. 5, vol. 1, pp. 124 – 129
13. Shidelko, A. (2018), “Scientific and theoretical facets of psychological protection of the individual”, Scientific Bulletin of Lviv State University of Internal Exercises, no. 1, pp. 87 – 94
14. Boldrini, T., Lo Buglio, G., Giovanardi, G., Lingiardi, V., Salcuni, S. (2020), “Defense mechanisms in adolescents at high risk of developing psychosis: an empirical investigation”, Res. Psychother, no. 23, p. 456, DOI: 10.4081/ripppo.2020.456
15. Cramer, P. (2015), “Defense mechanisms: 40 years of empirical research. J. Pers”, Assess, no. 97, pp. 114 – 122, DOI: 10.1080/00223891.2014.947997
16. Gromova, Z. (2020), “Psychological defence mechanisms and emotional stability as individual antecedents of resistance to changes”, Psychological journal, no. 6(1), pp. 50 – 60, DOI: <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.1.5>

Стаття надійшла до редколегії 27.05.2024