Министерство образования и науки РФ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования

"Московский педагогический государственный университет "

Факультет Культуры и музыкального искусства

Педагогическое образование

РЕФЕРАТ

по дисциплине:

ПЕДАГОГИКА

на тему:

"Механизмы психологической защиты учащихся"

Москва 2016

Введение

Понятие психологической защиты обязано своему происхождению психоаналитической теории и ее основателю - З.Фрейду. Впервые оно было введено в 1894г. С тех пор более 100 лет идея защитного механизма является наиболее часто и продуктивно используемой как в психотерапевтической практике, так и при построении и анализе различных теорий личности.

По мнению многих авторов, защитные механизмы имеют следующие общие свойства: они действуют в подсознании, индивид не осознает, что с ним происходит, они отрицают, искажают, фальсифицируют действительность, они действуют в ситуации конфликта, фрустрации, психотравмы, стресса. Цель психологической защиты, как уже говорилось, - снижение эмоциональной напряженности и предотвращение дезорганизации поведения, сознания и психики в целом. МПЗ обеспечивают регуляцию, направленность поведения, редуцируют тревогу и эмоциональное поведение (Березин Ф.Б., 1988). Общая черта всех видов психологической защиты состоит в том, что судить о ней можно только по косвенным проявлениям. Осознаются субъектом лишь некоторые из воздействующих на него стимулов, прошедшие через так называемый фильтр значимости, а на поведении отражается и то, что было воспринято неосознаваемым образом.

Единой классификации механизмов психологической защиты не существует, хотя имеется множество попыток их группировки по различным основаниям.

Механизмы защиты можно разделить по уровню зрелости на проективные (вытеснение, отрицание, подавление, регрессия, реактивное образование и т.п.) и дефензивные (рационализация, интеллектуализация, изоляция, идентификация, сублимация, проекция, смещение). Первые считаются более примитивными, не допускают поступления конфликтной и травмирующей личность информации в сознание. Вторые допускают травмирующую информацию, но интерпретируют ее как бы "безболезненным" для себя образом.

Содержательные характеристики механизмов психологической защиты

Отрицание - это стремление избежать новой информации, не совместимой со сложившимися представлениями о себе. Защита проявляется в игнорировании потенциально тревожной информации, уклонении от неё. Информация теряется для человека и впоследствии не может быть восстановлена. Отрицание приводит к тому, что некоторая информация ни сразу, ни впоследствии не может дойти до сознания.

При отрицании переориентируется внимание. Его направление меняется так, что человек становится особо невнимательным к тем сферам жизни и граням событий, которые чреваты для него неприятностями. Отрицание осуществляет отбор сведений, а не трансформацию из неприемлемых в приемлемые. Оно также часто является реакцией на внешнюю опасность.

Подавление - защита проявляется в забывании, блокировании неприятной информации, либо при её переводе из восприятия в память, либо при выводе из памяти в сознание. Информация как бы снабжается специальными метками, которые позволяют её затем удерживать там. Особенность подавления состоит в том, что содержание переживаемой информации забывается, а её эмоциональные, двигательные и др. проявления могут сохраняться, проявляться в навязчивых движениях, ошибках, описках, оговорках. Чаще всего подавляется переживание собственной слабости, страха, агрессивных намерений против родителей и др.взрослых людей.

Вытеснение - в отличие от подавления оно связано не с выключением из сознания информации о случившемся в целом, а только с забыванием истинного, но неприемлемого для человека, мотива поступка (мотив - побуждение к конкретной деятельности). Таким образом, забывается не само событие, а только его причина, первооснова. Забыв истинный мотив, ребенок заменяет его на ложный, скрывая настоящий и от себя, и от окружающих. Вытеснение требует постоянного расхода энергии, и эти затраты, вызывают торможение других видов жизненной активности. Вытеснение может осуществляться не только полностью, но и частично. При неполном вытеснении остается невытесненным, сохраненным отношение человека к истинному мотиву как причине переживания. Это отношение существует в сознании в замаскированном виде как чувство немотивированной тревоги, сопровождающейся иногда соматическими проявлениями.

Регрессия - защитный механизм, суть которого проявляется в переводе поведения в более ранние, незрелые формы. Проявляющиеся детские формы демонстративны и призваны замаскировать, заместить, отодвинуть поведение, которое в данный момент человек по каким-то причинам не хочет принимать или осуществлять. Этот защитный механизм развивается в детстве. Регрессия сдерживает чувство неуверенности в себе и страх неудачи, связанные с проявлением инициативы. Родители нередко поощряют формирование регрессивного поведения, т.к. хотят, чтобы ребенок подольше оставался маленьким.

Компенсация - механизм психологической защиты, который нередко объединяют с "идентификацией". Он проявляется в попытках найти подходящую замену реального или воображаемого недостатка, дефекта нетерпимого другим качеством, чаще всего с помощью фантазирования или присвоения себе свойств, достоинств, ценностей, поведенческих характеристик другой личности. Часто это происходит в ситуациях необходимости избежать конфликта с этой личностью и повышения чувства самодостаточности. При этом заимствованные ценности, установки или мысли принимаются без анализа и переструктурирования и поэтому, не становятся частью самой личности.

Ряд авторов обоснованно считают, что "компенсацию" можно рассматривать как одну из форм защиты от комплекса неполноценности, например у подростков с ассоциальным поведением, с агрессивными и преступными действиями, направленными против личности.

Проекция - механизм психологической защиты, связанный с бессознательным переносом собственных неприемлемых чувств, желаний и стремлений на другое лицо. В его основе лежит неосознаваемое отвержение своих переживаний, сомнений, установок и приписывании их другим людям с целью перекладывания ответственности за то, что происходит внутри "Я", на окружающий мир. Как бы ни был сам человек виноват, он готов винить всех, кроме себя самого. Механизм проекции часто проявляется у детей с пониженной самооценкой.

Замещение - это механизм психологической защиты от неприятной ситуации, в основе которого лежит перенос реакции с недоступного на доступный объект или замена неприемлемого действия приемлемым. За счет такого переноса происходит разрядка напряжения, созданного неудовлетворенной потребностью. Для достижения эффекта замена должна быть достаточно близкой первично желаемому объекту или результату, чтобы хотя бы отчасти решить существующую проблему. Чувство неполноценности и бессилия, возникающее от невозможности реализовать желаемое, нередко может обернуться стремлением к разрушению. Способы замещения - замещение одного действия другим; замещение действия словом; перенаправление реакции на другого человека или предмет.

В этой ситуации субъектом могут совершаться неожиданные, подчас бессмысленные действия, которые разрешают внутреннее напряжение.

Рационализация - механизм защиты, связанный с осознанием и использованием в мышлении только той части воспринимаемой информации, благодаря которой собственное поведение предстает как хорошо контролируемое и не противоречащее объективным обстоятельствам. Суть рационализации - в отыскании "достойного" места для непонятного или недостойного побуждения, либо поступка. С этой целью неприемлемая часть ситуации из сознания удаляется, особым образом преобразуется и только после этого, осознается в измененном виде.

Интеллектуализация - этот защитный механизм часто (особенно в психотерапевтической литературе) обозначают понятием "рационализация", хотя сущностное их значение несколько отличается. Так, действие интеллектуализации проявляется в основном на фактах чрезмерно "умственном" способе преодоления конфликтной ситуации без переживаний. Иными словами, личность пресекает неприемлемые переживания при помощи логических установок и манипуляций, даже при наличии убедительных доказательств в пользу противоположного. Отличие интеллектуализации от рационализации, по мнению Ф.Е.Василюка (1984), в том, что она, по-существу, представляет собой "уход из мира импульсов и аффектов в мир слов и абстракций". При рационализации личность создает логические (псевдоразумные), но благовидные обоснования своего или чужого поведения, действий или переживаний, вызванных причинами, которые она (личность) не может признать из-за угрозы потери самоуважения.

Сублимация - переадресация (по типу замещения) энергетического потенциала с сексуальных и агрессивных реакций на творческие усилия. Объекты и способы реализации сексуальных и агрессивных импульсов заменяются на приемы и объекты приложения творческих усилий. Защита реализуется с участием эмоциональной сферы.

Виды психологических защит, их смысл и связь с эмоциями (по Плутчику)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Механизм защиты | Эмоция | Стиль совладания | Смысл | Черты характера |
| Подавление, вытеснение | Страх | Вытеснение, избегание | Реакция самосохранения "Не помни об этом"; "Не знай, откуда у тебя это"; "Не чувствуй этого" | Робкий |
| Замещение | Гнев | Подмена | Реакция разрушения "Напади на что-то, замещающее это" | Скандальный, сварливый |
| Компенсация | Печаль | Замена | Реакция воссоединения "Постарайся приобрести это"; "Будь как это, чтобы его не потерять"; "Мечтай об этом" | Унылый |
| Отрицание | Принятие | Игнорирование | "Не замечай этого" | Доверчивый |
| Проекция | Отвраще-ние | Обвинение | Реакция отвержения "Обвини это" | Враждебный |
| Рационализация | Ожидание | Схематизация | "Переосмысли это"; "Найди оправдание этому"; "Отмени, перечеркни это"; "Трансформируй это" | Любопытный |
| Регрессия | Удивле-ние | Просьба о помощи | Реакция ориентации "Плачь об этом"; "Сделай что-нибудь" | Импульсив-ный |

Механизмы психологической защиты в детском фольклоре

психологический защита детский фольклор

Отрицание -

Раз, два, три, четыре, пять

Вышел зайчик погулять.

Вдруг охотник выбегает,

Прямо в зайчика не стреляет.

Не пиф, не паф, не ой-ой-ой,

Не умирает зайчик мой.

Проекция - Встретились Бяка и Бука

Никто не издал ни звука,

Никто не подал ни знака -

Молчали Бука и Бяка.

И Бука думал со скукой:

"Чего он так смотрит Букой?"

А Бяка думал: "Однако,

Какой он ужасный Бяка!" (Б. Заходер)

Рационализация - Ходили два приятеля, ходили по гриба,

Ходили да ходили, устали от ходьбы.

В одной корзинке-белые, и все как на подбор.

В другой один-единственный трухлявый мухомор.

Сказал второй приятель: "Ну что ж, не повезло.

Зато мою корзинку тащить не тяжело!"

(Б. Заходер)

Замещение - Чтобы выразить все сразу

Кулаком я бью по тазу. (О. Григорьев)

Механизмы психологической защиты учащихся

Так как механизмы психологической защиты действуют бессознательно и предназначены для устранения из сферы сознания той информации, которая угрожает внутреннему комфорту и равновесию, то главная задача в работе с данным феноменом - выявление причин такого поведения. Необходимо установить, что поведение изменилось именно в результате активизации защиты. Для проведения исследования определения уровня психологической защиты у учащихся используется опросник "Индекс жизненного стиля", в основу методики которого положена психоэволюционная теория эмоций Р.Плутчика и структурная модель Г. Келлермана,

Назначение и цель психологической защиты заключается в ослаблении внутриличностного конфликта (напряжения, беспокойства), который обусловлен противоречием между инстинктивными импульсами бессознательного и усвоенными (интериоризированными) требованиями внешней среды, возникающими в результате социального взаимодействия. Ослабляя этот конфликт, защита регулирует поведение человека, повышая его приспособляемость и уравновешивая психику.

В дошкольном и младшем школьном детстве тревога вызывает дезорганизующий эффект, а мобилизирующее влияние тревога начинает оказывать только с подросткового возраста, когда она может стать мотиватором деятельности, подменяя собой другие мотивы и потребности.

Тревога - неблагоприятное состояние, которое характеризуется субъективными ощущениями напряжения, беспокойства, мрачных предчувствий. А. Фрейд подчеркивала, что защитные механизмы, поддерживая нормальный статус личности, защищают психику, таким образом, предотвращая дезорганизацию и распад поведения. Она сформулировала представление о том, что набор защитных механизмов индивидуален и характеризует уровень адаптированности личности.

Заключение

Поскольку психологическая защита не подразумевает активного изменения и преобразования окружающего мира или работу над своими недостатками, то в определенных условиях она может превратиться в препятствие, которое снижает активность подростков в достижении различных целей, под влиянием психологической защиты поведение причудливым образов изменяется, появляются псевдообъяснения. При этом следует помнить, что действие психологической защиты тесно связано с самооценкой, поэтому для преодоления ее активации в первую очередь, требуется изменение самооценки. Одним из первых шагов здесь является вселение уверенности в своих силах, ослабление страха осуждения, снятие напряженности, ожесточенности, уныния.

Следует очень осторожно и дозировано подходить к изменению реальной оценки ситуации, помочь подростку скорректировать видение ситуации и создать иное представление о себе, свой новый образ. Для решения этой задачи необходимо знать, каким образом функционируют механизмы психологической защиты, как они связаны между собой и какие взаимосвязи с личностными характеристиками они имеют. Изучение психологической защиты представляется существенным для более глубокого понимания подросткового возраста и механизмов саморегуляции поведения.

Список литературы

1. Астапов, В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги. / В.М. Астапов // Психологический журнал. - 2009. - № 5.

. Астапов, В.М. Тревожность у детей / В.М. Астапов. - 2-е изд. - СПб.: Питер, 2009.

. Александровский, Ю.А. Состояния психической дезадаптации и их компенсации / Ю. ААлександровский. - М.: Медицина, 2006.

. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии / Р.М. Грановская. - 3-е изд., с изм. и доп. - СПб.: Свет, 2007.

. Диагностика школьной дезадаптации / под ред. С.А. Беличевой, И.А. Коробейникова, Г.Ф. Кумариной. - М., 2009.

. Каменская, В.Г. Психологическая защита и мотивации в структуре конфликта: учебное пособие для студентов педагогических и психологических специальностей / В.Г. Каменская. - СПб.: Детство - пресс, 2009.

. Мэй, Р. Проблема тревоги. / Р. Мэй - М.: ЭКСМО - Пресс, 2009.

. Никольская, И.М. Психологическая защита у детей / И.М. Никольская, Р.М. Грановская. - СПб.: Речь, 2009.

. Фрейд, А. Психология "Я" и защитные механизмы / А. Фрейд. - М., 2009.