

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ДІВЧАТ,
ЯКІ МАЮТЬ СТАТУС

«ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНА ОСОБА»

О. Д. Научитель, доцент;

*В. В. Котова, здобувачка вищої освіти
Національний аерокосмічний університет
ім. М. Є. Жуковського «ХАІ»*

Метою роботи було виявити механізми психологічного захисту які сприяють підвищенню стресостійкості дівчат.

По результатам дослідження було встановлено, що у дівчат зі статусом ВПО для подолання напруги задіяні різні механізми психологічної захисту, а саме, витіснення, заміщення, проекція, гіперкомпенсація, регресія, компенсація, заперечення, раціоналізація. Разом з тим, слід мати на увазі факт того, що їх прояв має різний рівень виразності.

Найбільш типовим механізмом психологічного захисту щоб подолати внутрішній конфлікт, пов'язаний з необхідністю адаптуватися до нових умов, є «заміщення», тобто процес при якому відбувається заміна фокусу на інший об'єкт, який, в свою чергу, дозволяє позбавитися пригнічених негативних емоцій та почуттів, що травмують психіку людини.

Було встановлено факт широкого діапазону прояву психологічної напруга, а саме, від повної дезадаптації до можливості психологічної адаптації до незгод. Найбільш характерним явищем була помірна адаптація до стресу, тобто адекватне пристосування до життєвих складнощів.

Виявлено прямий характер взаємозв'язку помірної адаптації до стресу з трьома механізмами психологічного захисту: «витіснення», «заміщення» та «раціоналізація». Тобто помірна адаптація до стресу має взаємозв'язок з витісненням всього того, що може травмувати психіку (бажання, імпульси, почуття та думки людини), які переходять з підсвідомості у несвідомість особистості; або з пригноблення почуттів, які несуть негативний характер за допомогою перенесення фокусу зору на інший предмет, більш доступний та менш викликає смутку; або з пошуком альтернативних варіантів чи логічних доказів у випадку, коли поставлена мета є недосяжною.