

1. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. / Б. И. Додонов – М.: Политиздат, 1977. – 272 с.
2. Карелин А.А. Большая энциклопедия психологических тестов / А.А. Карелин – М.: Эксмо, 2007 с. 614-616
3. Крючкова А. Б. Психологические особенности агрессивности старшеклассников / А. Б. Крючкова // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2010. № 3. С. 79 – 82.
4. Меньшикова Т.И. Специфика агрессивного поведения подростков / Т.И. Меньшикова // Научно-практический журнал «Гуманизация образования». – 2013. – №6. – С. 106-115.
5. Минцева А.А. Изучение взаимосвязи эмоционального интеллекта и личностных характеристик студентов : магистерская диссертация / А. А. Минцева ; Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, Институт социальных и политических наук, Департамент психологии, Кафедра общей и социальной психологии. – Екатеринбург, 2016. – 118 с. – Библиогр.: с. 80-93 (119 назв.).
6. Платонова Н.М. Агрессия у детей и подростков / Н.М. Платонова. – СПб.: Речь, 2006. – 336с.
7. Урсулова Л. Х. Агрессивность: профилактика и коррекция / Л.Х. Урсулова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 31. – С. 6–10. – URL: <http://e-koncept.ru/2017/970016.htm>. дата (обращения: 07.01.2019)

УДК 159.923.2

**Афенка А.Ю., Набойченко Е.С.**

### **ЗАЩИТНЫЕ МЕХАНИЗМЫ И САМООЦЕНКА ЛИЧНОСТИ**

Кафедра клинической психологии и педагогики  
Уральский государственный медицинский университет  
Екатеринбург, Российская Федерация

**Afenka A.Y., Naboychenko E.S.**

### **DEFENSE MECHANISMS AND SELF-ESTEEM**

Department of clinical psychology and pedagogy  
Ural state medical university  
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: [anastasia.afenka@gmail.com](mailto:anastasia.afenka@gmail.com)

**Аннотация.** В статье предложены результаты исследования по выявлению связи между защитными механизмами и самооценкой личности у студентов медицинского высшего учебного заведения.

**Annotation.** The article proposes the results of a study to identify the correlation between defense mechanisms and self-esteem of personality among students of a higher educational institution of medical specificity.

**Ключевые слова:** Защитные механизмы, самооценка личности, студенты, Высшее Учебное заведение, медицинский университет.

**Key words:** Defense mechanism, self-esteem, students, Higher education institution, medical university.

### **Введение**

Защитные механизмы играют роль компенсации в жизни человека, помогают снять излишнее напряжение. Защитные механизмы способствуют снижению травмирующих и негативных переживаний, эти механизмы помогают сохранить стабильность самооценки [2]. В свою очередь, самооценка позволяет человеку различным образом относиться к себе, ставить разнообразные цели, использовать разные виды мотивации в деятельности. Знания этих феноменов помогает человеку адекватно планировать жизнедеятельность или, например, управлять поведением.

**Цель исследования** – выявить связь защитных механизмов и самооценки личности.

### **Материалы и методы исследования**

Выборку составили студенты Уральского государственного медицинского университета. Общее количество – 27 человек. Среди них юношей – 7 человек (26%), девушек – 20 человек (74%). Возрастная категория – от 18 до 21 года. Для измерения уровня защитных механизмов был использован опросник «Индекс жизненного стиля» Плутчика-Келлермана-Конте [1]. Вторая методика направлена на измерение самооценки – методика Дембо-Рубинштейн [4]. Математическая обработка данных осуществлялась с помощью коэффициента корреляции  $r$ -Спирмена.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

На первом этапе была проведена диагностика защитных механизмов. В данной выборке испытуемых самыми ярко выраженными из защитных механизмов является регрессия (85%) и компенсация (85%). Также ярко выражены замещение (78%), вытеснение (59%), отрицание (56%), интеллектуализация (52%) и реактивное образование (37%). У меньшего количества испытуемых ярко выраженными является проекция (19%). Наглядно результаты изображены на рисунке.

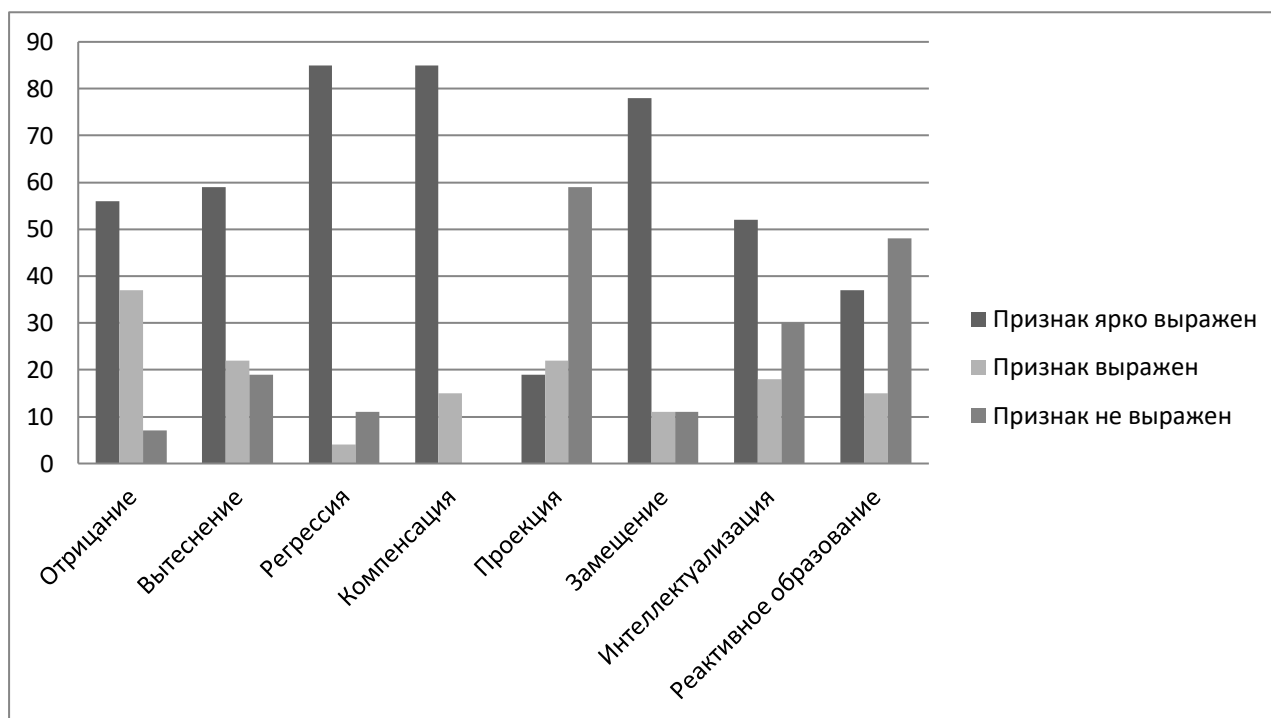


Рис.1. Распределение уровней защитных механизмов у студентов медицинских специальностей

Таким образом, в данной группе доминирующими механизмами психологической защиты являются регрессия и компенсация. Компенсация проявляется в попытках найти подходящую замену реального или воображаемого недостатка, дефекта нестерпимого чувства другим качеством, чаще всего с помощью фантазирования или присвоения себе свойств, достоинств, ценностей, поведенческих характеристик другой личности [1]. Посредством регрессии личность в своих поведенческих реакциях стремится избежать тревоги путем перехода на более ранние стадии развития либидо [1].

Часто испытуемые используют стратегию замещения, действие которой проявляется в разрядке подавленных эмоций (как правило, враждебности, гнева), которые направляются на объекты, представляющие меньшую опасность или более доступные, чем те, что вызвали отрицательные эмоции и чувства [3]. Реже всего студенты используют проекцию, в основе которой лежит процесс, посредством которого неосознаваемые и неприемлемые для личности чувства и мысли локализируются вовне, приписываются другим людям и таким образом становятся как бы вторичными [1].

На втором этапе была проведена диагностика самооценки личности по методике Дембо-Рубинштейн. Студенты оценивают себя и предъявляют достаточно высокие требования к своим умственным способностям (89%) и хотят быть уверенными в себе (89%). Также можно наблюдать высокие требования у студентов к своей внешности (81%), характеру (63%) и умению делать что-то своими руками (70%), высокое желание быть авторитетом в своей группе (70%). Результаты выявления связей между самооценкой и защитными

механизмами представлено в таблице.

Таблица 1

Статистически значимые связи защитных механизмов и самооценки студентов медицинских специальностей

Показатели самооценки	Защитные механизмы		
	Отрицание	Регрессия	Реактивное образование
Высота самооценки умственных способностей	-0,42*	–	–
Уровень притязания к характеру	–	0,40*	–
Высота самооценки характера	-0,46*	–	–
Высота самооценки авторитета	-0,39*	–	0,41*
Высота самооценки “умелые руки”	-0,39*	–	0,50**
Высота самооценки “внешность”	–	0,41*	–
Уровень притязания “уверенность в себе”	–	–	-0,51**

\* обозначен уровень значимости при  $p < 0,05$ , \*\* –  $p < 0,01$ .

Было выявлено, что защитный механизм «отрицание» используется студентами, которые невысоко оценивают свои умственные способности (-0,42), характер (-0,46), авторитет в своей социальной группе (-0,39) и умение делать что-либо своими руками (-0,39). Студенты с защитным механизмом «регрессия» считают свой характер хорошим (0,40) и высоко оценивают свою внешность (0,41). Испытуемые с выраженным механизмом защиты «реактивное образование» высоко оценивают авторитет в своей социальной группе (0,41) и умение делать что-то своими руками (0,50), при этом они не считают себя уверенными в себе (-0,51).

**Выводы:**

1. Защитный механизм «отрицание» используется студентами, которые невысоко оценивают свои умственные способности, характер, авторитет в своей социальной группе и умение делать что-либо своими руками.

2. Студенты с защитным механизмом «регрессия» считают свой характер хорошим и высоко оценивают свою внешность.

3. Механизм защиты «реактивное образование» предполагает высокое оценивание авторитета в своей социальной группе и умение делать что-то своими руками, при этом испытуемые не считают себя уверенными.

**Список литературы:**

1. Вассерман Л.И. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля / Л.И. Вассерман, О.Ф. Ерышев, Е.Б. Клубова, Н.Н. Петрова. - СПб.: НИПНИ им. Бехтерева, 2005. — С. 20-24

2. Котенева А.В. Защитные механизмы личности и эмоциональная сфера / А.В Котенева // Вестник ТГУ. - 2008. - № 9. // URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zaschitnye-mehanizmy-lichnosti-i-emotsionalnaya-sfera> (дата обращения: 01.03.2019).

3. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы / А. Фрейд. — СПб: Питер, 2018. – 160 с.

4. Исследование самооценки по Дембо-Рубинштейн с элементами клинической беседы / Яньшин П.В. Практикум по клинической психологии. Методы исследования личности. – СПб., 2004. URL: <https://vsetesti.ru/430/> (дата обращения: 14.01.2019)

УДК 159:9.072.3

**Бebin И.А., Неклюдова А.П., Шихова Е.П.**  
**ПРИВЕРЖЕННОСТЬ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ**  
**УЧАЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ**

Кафедра клинической психологии и педагогики  
Уральский государственный медицинский университет,  
Екатеринбург, Российская Федерация

**Bebin I.A., Nekludova A.P., Shichova E.P.**  
**COMMITMENT TO A HEALTHY LIFESTYLE FOR STUDENTS IN**  
**GRADES 5-11**

Department of clinical psychology and pedagogy  
Ural state medical university  
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: [steicymiller@gmail.com](mailto:steicymiller@gmail.com)

**Аннотация.** Изучена приверженность к здоровому образу жизни учащихся 5-11 классов Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 29, состояние здоровья и наличие вредных привычек у школьников при помощи анкетирования. Проведен анализ полученных данных, сделаны выводы, а так же предоставлены возможные последствия при не соблюдении здорового образа жизни.

**Annotation.** The article analyzes the state of health and the presence of bad habits in schoolchildren with the help of a questionnaire. The analysis of the obtained data is carried out, conclusions are drawn, and also provided the consequences of not respecting a healthy lifestyle.

**Ключевые слова:** школьники, самооценка, здоровье школьников, здоровый образ жизни.

**Key words:** students, self-esteem, students health, healthy lifestyle.

**Введение**