

Назарова А.Р., студентка 6 курса, специальность «Клиническая психология» г. Тверь, ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Научный руководитель – к.психол.н., доцент кафедры «Психология труда и клиническая психология» Карасева Елена Анатольевна

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ПОДРОСТКОВ С СУИЦИДАЛЬНЫМ РИСКОМ

Аннотация: Проблема суицида на сегодняшний день является очень острой и актуальной. Самоубийства среди подростков стало распространённым явлением. В научной статье исследуются мотивы, обстоятельства, атмосфера в микросоциальной среде (семья, школа), а также личностные особенности суицидентов таких как защитные механизмы и копинг-стратегии

Ключевые слова: суицид, суицидальный риск, подростки, психологическая защита, копинг-стратегии.

По данным ВОЗ, за последние 30 лет число суицидов, совершаемых в мире детьми и подростками, возросло в 30 раз. В России вследствие самоубийств ежегодно уходит из жизни 200 детей и 1800 подростков (Родяшин Е.В., 2013г.) [12]. В настоящее время в подростковой клинической психологии в качестве основных направлений исследования выступают социальные и психопатологические проблемы, обусловленные негативной социально-экономической ситуацией в обществе. Клинические психологи и врачи-психиатры, работающие с детьми и подростками, особенно обеспокоены значительным ростом и омоложением суицидальных попыток, особенно среди несовершеннолетних до 15 лет (Мишина С.С., 2018, Печникова Л.С., 2006) [8, 11].

В России самоубийства среди подростков становятся все более распространённым явлением. Современные условия жизни и неконтролируемость информационного пространства провоцируют психосоциальный дистресс. Важными психологическими механизмами, позволяющими выжить в сложных социальных условиях, являются жизнестойкость, выработанные механизмы психологической защиты и копинг-стратегии.

Актуальность нашей работы обусловлена тем, что суицидальный риск является важной проблемой подросткового периода, так как подростки зачастую совладают со стрессовыми ситуациями, прибегая к деструктивным способам. В данном возрастном периоде не до конца сформированы поведенческие модели преодоления дистресса. В процесс адаптации к окружающей действительности, в первую очередь, включены психологические защиты и копинг-стратегии и именно поэтому исследование их взаимосвязи у подростков с суицидальным риском является важным и актуальным.

Так же, для профилактики суицидальных действий подростков важно

выяснение не только мотивов, обстоятельств, атмосферы в микросоциальной среде (семья, школа), но и личностных особенностей суицидентов таких как защитные механизмы и копинг-стратегии.

Цель: исследование взаимосвязи психологических защит и копинг-стратегий у подростков с суицидальным риском.

Объект исследования: совпадающее поведение подростков с суицидальным риском.

Предмет исследования: виды психологических защит, виды копинг-стратегий у подростков с суицидальным риском и их взаимосвязь.

В начале нашей работы было проведено пилотное исследование, в соответствие с результатами которого была выдвинута следующая **гипотеза:** существует взаимосвязь неконструктивных психологических защит и неконструктивных копинг-стратегий, преобладающих у подростков с высоким суицидальным риском.

В соответствии с гипотезами и целью исследования были поставлены следующие **задачи:**

1. Дать описание понятию, функциям и особенностям психологических защит у подростков с суицидальным риском;

2. Дать описание понятию, функциям и особенностям копинг-стратегий у подростков с суицидальным риском;

3. Исследовать уровень суицидального риска;

4. Проанализировать взаимосвязь между неадаптивными психологическими защитами и неадаптивными копинг-стратегиями у подростков с высоким суицидальным риском и интерпретировать полученные данные;

5. Проанализировать взаимосвязь между адаптивными психологическими защитами и адаптивными копинг-стратегиями у подростков с низким суицидальным риском и интерпретировать полученные данные;

А.М. Богомолов и А.Г. Портнова определяют психологическую защиту как индивидуальный набор психологических защитных механизмов, объединённых системой внутренних и внешних связей с индивидуально-психологическими признаками и показателями социально-психологической адаптации [2].

Как отмечает Ф.В. Бассин, функция защиты реализуется в снятии различного рода напряжений в душевной жизни. По его мнению, защита способна предотвратить дезорганизацию поведения человека, наступающую не только при столкновении сознательного и бессознательного, но и в случае противоборства между вполне осознаваемыми установками. Учёный утверждает, что основным элементом в психологической защите является перестройка системы установок с целью устранения чрезмерного эмоционального напряжения и предотвращения дезорганизации поведения [1].

Мы разделяем точку зрения Ф.В. Бассина, а также Б.В. Зейгарник [5], А.А. Налчаджяна [9], Е.С. Романовой [13], Е.Т. Соколовой [16], которые считают, что психологическая защита является нормальным, повседневно работающим механизмом человеческого сознания.

Современные исследователи феномена психологической защиты Р.М. Грановская [4] и И.М. Никольская [10] склонны рассматривать её как процесс интрапсихической адаптации личности, поскольку она снимает напряжённость, уменьшает тревогу и страх. Однако для функционирования защиты на оптимальном уровне требуется постоянное расходование энергии. Эти затраты могут быть очень существенными и приводят к появлению невротической симптоматики и нарушению работоспособности.

По результатам исследования Казаковой Т.В., Басалаевой Н.В., Яковлевой Е.Н., Луговской Т.В., Соколовой Е.В., Семеновы Н.И. можно сделать следующие выводы: преобладающими механизмами психологической защиты у подростков с низким уровнем суицидального риска являются механизмы «интеллектуализация» и «регрессия». Для подростков со средним уровнем суицидального риска характерным способом защиты являются механизмы «проекция», «вытеснение» и «замещение». В группе подростков с высоким уровнем суицидального риска доминирует психологическая защита по типу «компенсация» [6].

В качестве альтернативы психологической защиты выступают так называемые копинг-стратегии – способы совладания со стрессом и отрицательными эмоциями, реализующиеся в гибком и целенаправленном адаптивном поведении, ориентированном на объективную реальность без искажения её восприятия [7].

Копинг — это «непрерывно меняющиеся когнитивные и поведенческие попытки справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые оцениваются как чрезмерные или превышающие ресурсы человека» [15].

У детей и подростков копинг-стратегии отличаются от копинг-стратегий взрослых. Наиболее характерными являются следующие: остаюсь один, сам по себе; обнимаю, прижимаю, глажу; плачу, грущу; борюсь, дерусь; молюсь; прошу прощения, говорю правду; говорю сам с собой; думаю об этом; стараюсь забыть; стараюсь расслабиться, оставаться спокойным; смотрю телевизор, слушаю музыку [14].

По результатам исследования Швенк А.И. можно сделать следующие выводы: Подростки с высоким уровнем суицидального риска отдают предпочтение копингу «принятие ответственности», который имеет выраженный характер.

Подростки с уровнем суицидального риска «выше среднего» отдают предпочтение следующим копинг-стратегиям: «принятие ответственности», «бегство-избегание», «конфронтационный копинг».

Подростки со средним уровнем суицидального риска предпочитают

следующие копинг-стратегии: «принятие ответственности» [17].

Дискуссии по проблеме отношения копинг-поведения и психологической защиты продолжаются по настоящее время.

Механизм психологической защиты ослабляет психический дискомфорт в рамках неосознанной деятельности психики с помощью механизмов психологической защиты, а копинг-стратегии используются как стратегии действий личности, направленной на устранение ситуации психологической угрозы. Желание личности всегда затрагивает оба механизма с целью преодоления конфликта. Поведение совладания основывается на искажении отражения. Существует теория единства совладания и защиты - некоторые стратегии совладания и защитные механизмы позитивно взаимосвязаны: путём регрессии и невербального выражения боли достигается внимание и забота со стороны окружающих.

Таким образом, существует множество исследований психологических защит и копинг-стратегий у подростков с суицидальным риском, однако нет исследований их взаимосвязи. Именно поэтому проблема взаимосвязи копинг-стратегий и механизмов защиты у подростков с суицидальным риском актуальна для нашего исследования.

Список литературы:

1.Бассин Ф.В. Проблема психологической защиты / Ф.В. Бассин, М.К. Бурлакова, В.Н. Волков // Психологический журнал. – 1988. — № 3. — С. 30–41

2.Богомолов А.М. Психологическая защита личности в прогнозе психической адаптации / А.М. Богомолов, А.Г. Портнова // Сибирский психологический журнал. – 2007. — № 26. – С. 126–129

3.Бурлачук, Л.Ф., Психология жизненных ситуаций /Л.Ф. Бурлачук, Е.Ю. Коржова. - М.: Наука, 1998. – 412 с.

4.Грановская Р.М. Психологическая защита. – СПб: Речь, 2007. – 476 с.

5.Зейгарник Б.В. Патопсихология. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1986. – 287 с.

6.Казакова Т.В., Басалаева Н.В., Яковлева Е.Н., Луговская Т.В., Соколова Е.В., Семенова Н.И. Особенности психологической защиты у подростков с разным уровнем суицидального риска // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 3

7.Максимова Н. Ю. О склонности подростков к аддиктивному поведению // Психологический журнал. – 1996. – №3. – С.149-152.

8.Мишина С.С. Коэффициент жизнестойкости как мера риска развития суицидального поведения подростков - «Вестник Удмуртского Университета. Серия Философия. Психология. Педагогика» Том 28 № 3 (2018) - 308-312с

9.Налчаджян А.А. Социально-психическая адаптация личности

(формы, механизмы и стратегии). – Ереван: Изд-во АН Арм. ССР, 1988. – 262 с.

10.Никольская И.М. Психологическая защита у детей / И.М. Никольская, Р.М. Грановская. – СПб.: Речь, 2006. – 342 с.

11.Печникова Л.С. Психологические защиты и копинг-стратегии у подростков с суицидальным поведением - Современные гуманитарные исследования: 2006 - с. 23-29

12.Родяшин Е.В. Суицидальное поведение у детей и подростков: факторы риска и защиты - Методические рекомендации для педиатров, неврологов, психиатров, психотерапевтов, клинических психологов, педагогов, социальных работников и других специалистов, работающих с детьми - Тюмень: 2013 - 30 с.

13.Романова Е.С. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика / Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников. – Мытищи: Талант, 1996. – 144 с.

14.Семичев С. Б. Теория кризисов и психопрофилактика. – Труды / Ленингр. научно-исследовательского психоневрологического института им. В. М. Бехтерева, т. 63. Неврозы и пограничные состояния. Л., 1972, с.96-99

15.Сибирев В. А., Головин И. А. Штрих к портрету поколения 1990-х гг // Социологические исследования, 1998. – №3. – С.106 – 117

16.Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1989. – 215 с.

17.Швенк А.И. Особенности копинг-стратегий подростков, входящих в группу суицидального риска, и подростков с незавершенным суицидом: <https://ppt-online.org/570121>, дата обращения: 28.11.2021

Nazarova A.R., 6th year student, specialty "Clinical Psychology" Tver, Tver State University

Scientific supervisor – Candidate of Psychology, Associate Professor of the Department "Labor Psychology and Clinical Psychology" Karaseva Elena Anatolyevna

THE RELATIONSHIP OF PSYCHOLOGICAL DEFENSES AND COPING STRATEGIES IN ADOLESCENTS WITH SUICIDAL RISK

Abstract: The problem of suicide today is very acute and urgent. Suicide among teenagers has become a common phenomenon. The scientific article examines the motives, circumstances, atmosphere in a micro social environment (family, school), as well as the personal characteristics of suicides such as defense mechanisms and coping strategies

Keywords: suicide, suicide risk, adolescents, psychological protection, coping strategies.