

**Механизмы психологической защиты и стратегии копинг-поведения у младших школьников с разным функциональным состоянием**

**Научный руководитель – Куфтяк Елена Владимировна**

*Долгова (Реунова) Алена Александровна*

*Студент (магистр)*

Костромской государственной университет имени Н.А. Некрасова, Кострома, Россия

*E-mail: reunova\_alena@mail.ru*

Необходимость изучения адаптивных механизмов поведения объясняется тем, что погружаясь в процесс преодоления неприятностей, человек испытывает интенсивные эмоции и физиологические ощущения, которые сильно активизируются в процессе требований, предъявляемых стрессорами [3]. Воздействие большого количества внутренних и внешних стрессовых факторов оказывает негативное влияние на психическое здоровье человека [2]. При этом основная нагрузка приходится на центральную нервную систему и, следовательно, на ее функциональное состояние, которое выступает определяющим фактором работоспособности. Младший школьный возраст сопряжен с рядом личностных (любопытство, неосмотрительность, наивность и др.) и социальных факторов (лишение постоянного родительского присмотра), что делает детей уязвимыми и незащищенными от трудноразрешимых ситуаций [4]. В.В. Ковалев в контексте онтогенетических уровней нервно-психического реагирования рассматривает возраст 7 - 11 лет как наиболее эмоционально-насыщенный период [1]. Все это определяет актуальность изучения механизмов психологической защиты и копинг-поведения у детей младшего школьного возраста.

**Целью** данного исследования является изучение и сравнение особенностей и взаимосвязей механизмов психологической защиты, копинг-стратегий и функционального состояния у младших школьников. В исследовании приняли участие 165 детей (49 мальчиков, 61 девочка) в возрасте от 9 до 11 лет из 6 школ г. Костромы и Костромской области. Выраженность механизмов психологической защиты у детей изучалась с помощью методики «Карта оценки детских защитных механизмов» (Р. Плутчик, модификация Е.В. Чумаковой, 1999). Стратегии совладания оценивались с помощью опросника «Опросник копинг-стратегий школьного возраста» (N. Ryan-Wenger, 1990; И.М. Никольская, Р.М. Грановская, 2000). Экспресс-диагностика функционального состояния и работоспособности М.П. Мороз (М.П. Мороз, 2009) использовалась для получения информации о функциональном уровне нервной системы.

Нами были выделены группы с диапазоном значений, соответствующих определенному функциональному состоянию ЦНС (М.П. Мороз, 2009). В одну группу мы объединили «норма» и «незначительно сниженная». «Норма» характеризуется уравновешенностью нервных процессов в ЦНС и соответствует хорошему самочувствию и комфортности. Во вторую группу были включены дети со «сниженной» устойчивостью нервной реакции, характеризующейся преобладанием тормозных процессов, и «существенно сниженной», что указывает на процессы торможения в ЦНС.

Сравнительный анализ использования защитных механизмов и копинг-стратегий у младших школьников, в зависимости от функционального состояния выявил следующие различия. Интенсивность использования психологических защитных механизмов выше в группе школьников с уравновешенностью нервных процессов в ЦНС, по сравнению со школьниками с преобладанием торможения в ЦНС. Так, дети этой группы чаще используют механизмы *регрессия* ( $p=0,049$ ), *замещение* ( $p=0,000$ ) и *формирование реакции*

( $p=0,016$ ). Дети с преобладанием торможения в ЦНС чаще выбирают стратегию рефлексивного ухода ( $p=0,049$ ), по сравнению с детьми с нормальным функционированием ЦНС.

**Резюме.** Анализ использования механизмов психологической защиты и копинг-стратегий детьми исследуемой выборки подтвердил данные полученные в других исследованиях, показывающих, что дети с нарушениями психического здоровья используют ограниченный репертуар психологических защит, в том числе, относящихся к первичным (примитивным) механизмам психологической защиты. Полученные нами данные указывают на невозможность быстрого разрешения трудностей у детей с преобладанием торможения ЦНС за счет «погружения» во внутренние переживания.

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ (проект № 16-36-00038).

### Источники и литература

- 1) Ковалев В.В. Психиатрия детского возраста. М.: Медицина, 1995.
- 2) Куфтяк Е.В. Психологическое здоровье и защитные механизмы (психологические защиты и совладание) в детском возрасте // Психологические исследования. 2016. Т. 9, № 49. С. 4. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 08.01.2018).
- 3) Куфтяк Е.В. Роль механизмов защитной системы в поддержании психологического здоровья современных дошкольников // Воспитание и обучение детей младшего возраста. 2017. №6. С.99-100.
- 4) Пазухина С.В. Подходы к классификации экстремальных ситуаций, возникающих в жизнедеятельности младшего школьника // Концепт. 2013. № 09.