

УДК 159.923.2–053.6

М. О. Нестеренкокандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди**Л. М. Лисенко**кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди**М. В. Коваленко**кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри педагогіки, методики та менеджменту освіти
Українська інженерно-педагогічна академія

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАХИСТИ ТА АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО УМОВ НАВЧАННЯ У ВИЩІ

Статтю присвячено проблемі взаємозв'язку механізмів психологічного захисту та процесу адаптації студентів-першокурсників педагогічного університету до навчання у вищій. Досліджено особливості соціально-психологічної адаптації, адаптованості до навчальної групи, навчальної діяльності студентів. Виявлено комплекс механізмів психологічного захисту досліджуваних, які домінують: проекція, регресія, інтелектуалізація, заперечення та компенсації. Розкрито зв'язок між успішністю процесу адаптації студентів до нових соціальних умов життєдіяльності та механізмами захисту (заміщення, компенсація, заперечення, інтелектуалізація).

Ключові слова: психологічний захист, механізми психологічного захисту, адаптованість, соціально-психологічна адаптація, студент.

Постановка проблеми. В умовах трансформації суспільства проблема адаптації стає актуальною для кожної людини. Особливо гостро вона відчувається в молодіжному середовищі, зокрема в студентів-першокурсників. Студенти молодших курсів включені в нове для них культурно-освітнє середовище, у них збільшується розумове та нервово-емоційне навантаження, змінюється ритм роботи, відпочинку, з'являються нові переживання, які часто призводять до фрустрації. Низка адаптованість першокурсників негативно впливає на їхнє психічне здоров'я, навчальну діяльність, форми поведінки.

Згідно з Н. Жигайло, зміни життєдіяльності, пов'язані з новими умовами й вимогами навчання, психологічним навантаженням під час вступу до закладу вищої освіти, новим соціальним оточенням, з яким необхідно встановлювати контакти, складною інтелектуальною діяльністю, часто призводять до дезадаптації [6].

Успішність адаптації особистості визначається низкою об'єктивних (чинники середовища) та суб'єктивних (індивідуально-психологічні характеристики) умов. До останніх належать і механізми психологічного захисту, які, як зазначає М. Чижкова, являють собою важливішу складову частину цілісної системної відповіді людини на появу складних життєвих умов [13]. Механізми психологічного захисту онтогенетично розвива-

ються для вирішення конфліктів, суперечностей, що виникають у процесі адаптації. Це психологічні стратегії, за допомогою яких особистість знижує інтенсивність таких негативних станів, як фрустрація, тривога, стрес.

У межах сучасної психології проведено низку досліджень, що розкривають специфіку проявів різних форм захисних механізмів (Ф. Бассін, О. Богач, Ф. Василюк, Р. Грановська, В. Зеленська, Н. Жигайло, І. Нікольська, Н. Пилипенко та ін.); зв'язок типів особистості з вибором різних стилів захисної поведінки, з копінг-стратегіями (Г. Філіпчева, А. Ясинська, І. Нікольська, А. Фрейд та ін.); визначають класифікації та кількість механізмів захисту (Ф. Василюк, Е. Романова, Л. Суботіна, Д. Холмес та ін.). За Ф. Басінім, Е. Еріксоном, Е. Соколовою та ін. [1; 11; 14], психологічні захисти виконують функції самозбереження, здійснюють адаптивну перебудову сприйняття й оцінки, знижують суб'єктивний тиск тривоги в умовах ситуацій, які фруструють. Це нормальний, повсякденно працюючий механізм людської свідомості, який належить до явищ адаптації особистості. А. Налчаджян зазначає, що для розуміння адаптивних психічних процесів особистості, які здійснюються нею в різних проблемних ситуаціях, що фруструють, велике значення має вивчення захисних механізмів [10]. А. Маслоу, К. Роджерс, К. Хорні й ін. розглядають психологічні захисти як чинник деза-

даптації. Р. Грановська й І. Никольська вважають, що механізми психологічного захисту гальмують творчу фантазію, роботу інтуїції, виступають як перешкода, що звужує, спотворює повноцінне сприйняття світу. Однак дані автори підкреслюють і позитивну роль захисних механізмів, яка полягає у захисті свідомості від інформації, що може зруйнувати психіку [5].

Е. Романова, Л. Гребенніков описують психологічний захист як спосіб соціально-психологічної адаптації, яку розуміють як процес пристосування до нового соціального середовища, включення в систему професійних міжособистісних зв'язків і відносин, засвоєння нових соціальних ролей, норм поведінки, групових норм і цінностей, ідентифікації себе із професійною групою [10]. Актуалізує психологічний захист сприйняття свого місця у світі як такого, що не задовольняє екзистенційні потреби, отже, не забезпечує бажаного рівня домагань, визнання та соціальної оцінки [12, с. 138].

На роль захисних механізмів як механізмів пристосування людини до середовища вказував і З. Фрейд. Багато сучасних психологів також підтверджують той факт, що захисні механізми і процеси адаптації пов'язані між собою, зміна одних веде до трансформації інших [10]. Як стійкі стереотипні форми поведінки вони утворюються з метою забезпечення захисту «Я» від усвідомлення явищ, які породжують тривогу.

Механізми психологічного захисту як специфічні засоби соціально-психологічної адаптації студентів досліджено О. Богач, С. Кіршо [2]. Було доведено, що під час навчально-професійної діяльності та міжособистісної взаємодії студенти економічних спеціальностей активно використовують такі механізми психологічного захисту, як проєкція, раціоналізація та компенсація, що належать до «інтелектуального» типу психологічного захисту. Студенти незалежно від статі виявили високі адаптаційні можливості психіки завдяки варіативним комбінаціям власних захисних поведінкових стратегій.

Особливості взаємозв'язку механізмів психологічного захисту із процесом адаптації студентів до освітнього середовища вищого медичного закладу вивчала російська дослідниця М. Чижкова. Автор підкреслює адаптивно-регулюючу та психотерапевтичну роль механізмів захисту в процесі адаптації студентів до нових умов професійного навчання. М. Чижкова виявила суперечливий характер прояву механізмів психологічного захисту в процесі адаптації студентів-першокурсників. Доведено, що механізми проєкції та раціоналізації, які домінують, опосередковано впливають на успішність процесу адаптації студентів завдяки загальному рівню тривоги [13].

Останніми роками дослідники вивчали різні аспекти проблеми механізмів психологічного захи-

сту: як засіб особистісного розвитку, властивості особистості, пов'язані з акцентуаціями, ґендерними характеристиками, рівнем життєстійкості, соціальною тривожністю. Сьогодні актуальними залишаються питання вивчення процесу адаптації та механізмів психологічного захисту для вирішення низки науково-практичних проблем, пов'язаних із соціалізацією, регуляцією поведінки та психічним здоров'ям студентів-першокурсників.

Мета статті полягає у виявленні взаємозв'язку механізмів психологічного захисту в студентів з особливостями адаптації до нових умов навчання у виші.

Виклад основного матеріалу. Дослідження проводилося на базі ХНПУ імені Г. С. Сковороди. У дослідженні взяв участь 61 студент денної форми навчання віком від 18 до 22 років. Для дослідження механізмів психологічного захисту обрано методику «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика (Life Style Index), яка дозволяє визначити механізми психологічного захисту, як-от: витіснення, заперечення, заміщення, компенсація, реактивне утворення, проєкція, інтелектуалізація (раціоналізація) та регресія. Механізми психологічного захисту «Я», що описані в методиці, характеризують особистісні реакції людини, що виникають у різноманітних життєвих ситуаціях, кожному відповідає 10–14 тверджень із 97 в загальній кількості. Будується профіль захисної структури та визначається показник загальної напруженості.

Для діагностики адаптованості обрано «Методику дослідження адаптованості студентів у виші» Т. Дубовицької, А. Крилова та Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» А. Маклакова, І. Чермяніна. Перша методика відображає результативний аспект процесу адаптації та складається із двох шкал: адаптованість студентів до навчальної діяльності й адаптованість до навчальної групи. Являє собою набір із 16 суджень, орієнтованих на оцінку міжособистісних стосунків та відносин, які виникають у зв'язку з навчанням у виші. Друга методика включає 165 питань та має такі шкали: «достовірність»; «адаптивні здібності», що виявляє здатність адаптації до нових умов діяльності, входження в колектив, адекватну орієнтацію в різноманітних ситуаціях; «нервово-психічна стійкість», що спрямована на діагностику здатностей до регуляції поведінки, адекватної самооцінки та реального сприйняття дійсності; «комунікативні здібності» – виявляє рівень прояву конфліктності, легкості чи ускладнень під час установаження контактів із колегами; «моральна нормативність», спрямована на оцінку людиною свого місця в колективі, прагнення дотримуватися норм поведінки.

За результатами отриманих даних, з використанням вищезазначених психодіагностичних методик, за критерієм Пірсона проведено коре-

ляційний аналіз для виявлення особливостей взаємозв'язку механізмів психологічного захисту з адаптованістю студентів-першокурсників до навчання у виші. Коефіцієнти кореляції показників наведено в таблиці 2.

Аналіз отриманих даних дослідження особливостей функціонування механізмів психологічного захисту в першокурсників показав, що переборення труднощів навчання у виші здійснюється студентами частіше завдяки проєкції, регресії, заперечення, інтелектуалізації та компенсації. Для зняття емоційної напруги, яка супроводжує процес включення студентів у нові соціальні умови життєдіяльності, менше застосовуються такі психологічні захисти, як «реактивне утворення», «подавлення» та «заміщення» (рис. 1).

Домінують такі механізми психологічного захисту, як «проєкція» та «інтелектуалізація». У поведінці студентів-першокурсників більш виражені характеристики, які відповідають даним механізмам. Сутність проєкції полягає у приписуванні неусвідомлених, неприйнятних власних почуттів і думок іншій людині [12, с. 102]. Водночас перекладається і відповідальність за власні неприйнятні внутрішні відчуття на зовнішні обставини. Найчастіше проєкція використовується для того, щоби виправдати себе, власні негативні якості. Оскільки вона є раціональною основою для неприйняття інших і самоприйняття на цьому тлі, то можна припустити, що студенти власні негативні якості проєктують на інших, дотримуються принципу: «Я гарний, я не такий, як інші». Це дозволяє їм зберегти відчуття позитивного «Образу Я», знімає внутрішню тривогу щодо його руйнування.

Другим панівним механізмом у комплексі психологічних захистів є «інтелектуалізація», яка дає можливість перетворювати несприятливу інформацію, створювати логічні виправдання, обґрунтування власної або чужої поведінки, трансформувати систему оцінок фактів, що тривожать, завдяки чому зменшується тиск неприємних емоцій [12, с. 107]. Значна кількість студентів-першокурсників демонструють схильність до аналізу ситуації та пошуку виходу, прагнення взяти все під контроль.

Більшість студентів у складних, проблемних ситуаціях намагаються мані-

пулювати іншими, покладаються на більш досвідчених за себе людей під час ухвалення рішень, проявляють безпорадність, надмірну емоційність і відсутність глибоких інтересів. Таким поведінковим патерном сприяє регресія. Одночасно захисний механізм «компенсація» зменшує у студентів-першокурсників відчуття неповноцінності шляхом виправлення або знаходження заміни даній неповноцінності, що передбачає саморозвиток, досягнення високих результатів у діяльності.

Студенти-першокурсники досить часто також використовують механізм захисту «заперечення», за допомогою якого або заперечують, уникають нової інформації, що несумісна зі сформованими уявленнями про власне «Я», або змінюють тлумачення проблемної ситуації, щоби сприймати її менш загрозливою. Відповіді студентів за шкалою «Заперечення» свідчать про те, що більшість із них від проблем не ухиляються, намагаються бачити кращий бік життя, є оптимістами. Крім того, першокурсникам механізм «заперечення» дозволяє переробляти складну ситуацію поступово, поетапно.

Найменше студентами використовуються захисти «реактивне утворення», «подавлення» та «заміщення». Отже, більшість першокурсників педагогічного університету не налаштовані зменшувати напруження за рахунок об'єктів, які є більш слабкими, сприймають дійсність такою, якою вона є, рідко відчувають страх, тривогу і неможливість вирішити конфлікти власними силами. Психологічне благополуччя досягається забуванням неприємних переживань, зниженням почуття провини.

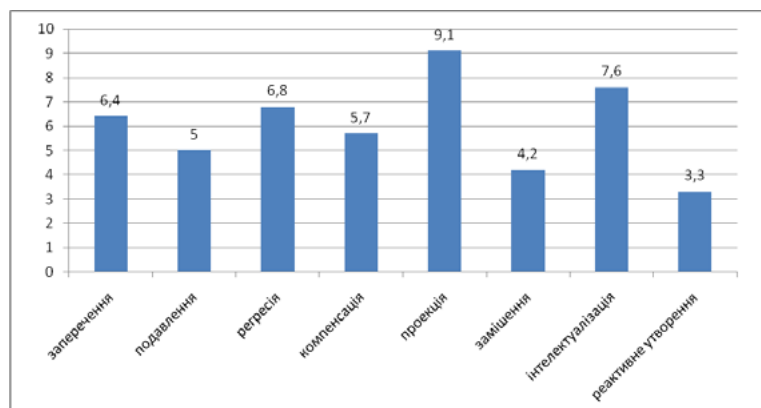


Рис. 1. Середні значення показників механізмів психологічного захисту в студентів-першокурсників педагогічного університету

Таблиця 1

Особливості вираженості компонентів адаптованості студентів до навчання у виші

Компоненти адаптованості до навчання	Вираженість показників					
	Низькі		Середні		Високі	
	%	\bar{X}	%	\bar{X}	%	\bar{X}
Адапованість до навчальної групи	3,3	7,8 + 1,18	23	10,85 + 3,1	73,7	14,5 + 2,24
Адапованість до навчальної діяльності	16,4	5,1 + 2,06	52,3	10,3 + 2,1	31,3	13,8 + 1,02

Результати дослідження характеру вираженості компонентів адаптованості студентів до навчання у виші представлені в таблиці 1.

Адаптованість студентів до початкової групи відбувається достатньо успішно. Так, більшість першокурсників (73,7%) активні в групі, їм комфортно з однокурсниками, вони прагнуть до спілкування з ними, проявляють взаємний інтерес один до одного, легко звертаються до однокурсників по допомогу та отримують її. Водночас наявні значні (3,3%) та окремі (23%) труднощі в адаптації в навчальній групі, пов'язані насамперед із тим, що студенти стримані у відносинах, не приймають групові правила та норми, не завжди знаходять спільну мову з однокурсниками.

До навчальної діяльності в адаптованості першокурсників спостерігаються значні труднощі. 16,4% та 52,3% студентів не завжди відчувають себе спокійно та комфортно на заняттях, їм важко засвоювати навчальний матеріал і виступати, висловлювати свої погляди на заняттях, хоча багато з них мають власні думки стосовно питань, які обговорюються. Як наслідок, вони потребують допомоги й індивідуальних консультацій викладачів. Лише 31,3% першокурсників легко засвоюють навчальні дисципліни, вчасно й успішно виконують навчальні завдання, вільно висловлюють свої думки, здатні проявляти здібності на заняттях. Отже, адаптованість до навчальної групи студентів відбувається більш успішно, ніж до навчальної діяльності.

Проведений кореляційний аналіз дозволив констатувати прямий зв'язок між компонентами адаптованості студентів до навчання у виші ($r = 0,392$; $p \leq 0,01$). Адаптованість до навчальної групи й адаптованість до навчальної діяльності взаємопов'язані та визначають ефективність загальної адаптації студентів.

За результатами методики «Адаптивність» А. Маклакова, І. Чермяніна найбільша кількість студентів включена до групи високої (19,6%) та

нормальної (60,8%) адаптації. Це може свідчити про наявність здатності досить легко адаптуватися до нових умов діяльності, швидко входити в новий колектив, легко й адекватно орієнтуватися в ситуації, швидко формувати свою стратегію поведінки. У них низький рівень конфліктності, висока емоційна стійкість.

За шкалою «Нервово-психічна стійкість» у більшості першокурсників виявлені середні показники (57,4%) та вище середнього (32,8%), що вказує на високий рівень поведінкової регуляції, адекватну самооцінку та реальне сприймання дійсності.

Показники комунікативних здібностей мають середній рівень прояву в 65,3% студентів, що може свідчити про легкість встановлення контактів з оточенням та низьку конфліктність, у 16,4% наявні показники низького рівня розвитку комунікативних здібностей, підвищена конфліктність.

Моральна нормативність дає можливість реально оцінити свою роль у колективі. У студентів переважають високі показники (11,5%), тобто їхня поведінка значною мірою відповідає нормам поведінки. 88,5% студентів мають середні та низькі показники, що може бути пов'язано з недостатньою адекватністю оцінки своєї ролі в колективі та дотриманням суспільних норм.

Проведений кореляційний аналіз зв'язків між механізмами психологічного захисту та компонентами адаптованості студентів до навчання у виші показав, що адаптованість першокурсників до навчальної групи визначають такі механізми, як проекція ($r = -0,374$; $p \leq 0,01$), регресія ($r = -0,596$; $p \leq 0,001$), заміщення ($r = 0,445$; $p \leq 0,001$), інтелектуалізація ($r = 0,407$; $p \leq 0,01$). Виявлено взаємозв'язок між адаптованістю студентів до навчальної діяльності та запереченням ($r = 0,382$; $p \leq 0,01$), регресією ($r = 0,348$; $p \leq 0,01$), інтелектуалізацією ($r = 0,241$; $p \leq 0,05$), загальною напруженістю ($r = 0,654$; $p \leq 0,001$) та компенсацією ($r = 0,474$; $p \leq 0,001$) (див. табл. 2).

Таблиця 2

Кореляційний зв'язок між механізмами психологічного захисту та компонентами адаптованості студентів до навчання у виші

Механізми психологічного захисту	Компоненти адаптованості до навчання		Компоненти соціально-психологічної адаптації			
	АГР	АНД	АЗ	НПС	КО	МН
Заперечення	0,057	0,382**	-0,149	-0,439***	-0,252*	-0,066
Подавлення	-0,102	-0,012	-0,198	0,04**	0,190	-0,117
Регресія	-0,596***	-0,348**	-0,707***	0,350**	0,057	-0,289*
Компенсація	0,201	0,473***	0,167**	0,124	-0,066	0,166
Проекція	-0,374**	0,133	-0,539***	0,467***	0,334**	0,524***
Заміщення	0,445***	-0,137	-0,444***	0,130	0,153	0,122
Інтелектуалізація	0,407**	0,241*	0,672***	0,089	-0,092	-0,192
Реактивне утворення	-0,097	0,124	0,142	0,338**	-0,003	0,013
Загальна напруженість	0,19	0,654***	0,51***	-0,56***	-0,19	-0,526***

Примітки: АГР – адаптованість до навчальної групи; АНД – адаптованість до навчальної діяльності; АЗ – адаптивні здібності; НПС – нервово-психічна стійкість; КО – комунікативні особливості; МН – моральна нормативність; * – за $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$.

Виявлений зворотний зв'язок між механізмами психологічного захисту та компонентами адаптованості студентів до навчання у виші дозволяє констатувати, що ефективність міжособистісних стосунків з одногрупниками, встановлення з ними контактів визначається насамперед вмінням переорієнтувати небажану інформацію зручним для себе способом, здатністю позбавлятися від переживань стосовно власних недоліків шляхом розвитку інших якостей, вмінням усвідомлено та конструктивно вирішувати проблеми, а не знімати напругу, використовуючи більш слабкого іншого, а також оптимістичним ставленням до життя. Окрім того, спілкування з одногрупниками стає більш успішним, якщо студент не використовує у своїй поведінці незрілих, примітивних форм поведінки, старих реакцій (різні імпульсивні дії, крик, плач), які в минулому забезпечували задоволення потреб [10, с. 405–406]. Регресію застосовують тоді, коли «дорослі» механізми не ефективні.

У навчальній діяльності студенти-першокурсники часто заперечують проблемні ситуації та травмуючі факти, та використовують незрілі поведінкові стереотипи. Якщо ж заперечення, регресія та компенсація не вирішують адаптаційних питань, то збільшується загальна напруженість.

За результатами кореляційного аналізу віднайдено позитивний кореляційний зв'язок між адаптивними здібностями і показником загальної напруженості ($r = 0,51$; $p \leq 0,001$); такими механізмами психологічного захисту, як: компенсація ($r = 0,167$; $p \leq 0,01$) та інтелектуалізація ($r = 0,672$; $p \leq 0,001$). Це може свідчити про те, що успішна адаптивність підтримується здатністю до подолання конфліктних чи фруструючих ситуацій без переживань, наданням їм логічного обґрунтування, фантазуванням. Зворотна кореляція між показниками адаптивних здібностей і регресії ($r = -0,707$; $p \leq 0,001$), проєкції ($r = -0,539$; $p \leq 0,001$) та заміщення ($r = -0,444$; $p \leq 0,001$). Водночас показники нервово-психічної стійкості позитивно корелюють із механізмами психологічного захисту: подавлення ($r = 0,04$; $p \leq 0,01$); регресія ($r = 0,35$; $p \leq 0,05$); проєкція ($r = 0,467$; $p \leq 0,01$) та реактивне утворення ($r = 0,338$; $p \leq 0,01$). Тобто рівень поведінкової регуляції та адекватної самооцінки може підтримуватися завдяки механізмам витіснення небажаних переживань на рівень несвідомого, переходом на більш ранні стадії розвитку та трансформації внутрішніх імпульсів у суб'єктивну протилежність. Зворотна кореляція між показниками нервово-психічної стійкості, механізмом заперечення ($r = -0,439$; $p \leq 0,001$) та загальною напруженістю ($r = -0,56$; $p \leq 0,001$).

Комунікативні особливості мають позитивний кореляційний зв'язок із проєкцією ($r = 0,33$; $p \leq 0,01$), тобто успішність взаємовідносин з ото-

ченням може підтримуватися здатністю переносити почуття чи якості партнерами зі спілкування, які можуть мати як негативне, так і позитивне забарвлення. Зворотна кореляція комунікативних особливостей із компенсацією, інтелектуалізацією та реактивним утворенням. Моральна нормативність має позитивний кореляційний зв'язок із таким механізмом психологічного захисту, як проєкція ($r = 0,524$; $p \leq 0,001$), зворотний із регресією ($r = 0,289$; $p \leq 0,05$). Тобто негативні відтінки почуттів та властивостей, що суперечать моральними нормам, досліджувані можуть надавати оточенню, чим виправдовують свою недоброзичливість чи агресивність.

Висновки. Проведене емпіричне дослідження показало, що на успішність адаптації студентів-першокурсників до нових умов навчання у виші впливають механізми психологічного захисту. Успішна адаптивність підтримується здатністю до подолання конфліктних чи фруструючих ситуацій без переживань, наданням їм логічного обґрунтування чи фантазування. Найбільш поширеними захистами студентів-першокурсників є «проєкція», «інтелектуалізація» та «регресія», найменше використовуються «реактивне утворення», «подавлення» та «заміщення». У навчальній діяльності першокурсники часто заперечують проблемні ситуації та травмуючі факти, використовують незрілі поведінкові стереотипи. Якщо заперечення, регресія та компенсація не вирішують адаптаційних питань, то збільшується загальна напруженість.

Перспективою подальших досліджень із даної проблеми можуть бути пошуки причинно-наслідкових зв'язків між адаптивністю та характеристиками емоційної сфери особистості.

Література:

1. Бассин Ф., Бурлакова В., Волков В. Проблема психологической защиты. *Психологический журнал*. 1998. № 3. С. 79–86.
2. Березовська Л. Психологічні аспекти адаптації студентів до закладу вищої освіти. *Психологія: теорія і практика*. Вип. 1 (1). 2018. С. 20–25.
3. Богач О., Кіршо С. Механізми психологічного захисту як чинник здоров'язбереження студентів. *Вісник ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка*. 2018. Т. 2. Вип. 152. Серія «Педагогічні науки». С. 36–39.
4. Дубовицкая Т., Крылова А. Методика исследования адаптированности студентов в вузе. *Психологическая наука и образование*. 2010. № 2. URL: <http://psyedu.ru/journal/2010/2/>.
5. Грановская Р., Никольская И. Защита личности: психологические механизмы. Санкт-Петербург: Знание, 1999. 352 с.
6. Жигайло Н. Психологічні особливості соціальної адаптації студентів-першокурсників. *Молодь і ринок*. 2012. № 3 (86). С. 26–31.

7. Зеленська В. Проблема психологічного захисту та адаптації особистості в сучасній психології. *Наукові записки*. Серія «Психологія і педагогіка». 2012. С. 110–117.
 8. Кудріна Т. Захисні механізми як засіб соціально-психологічної адаптації. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : збірник наукових праць. Вип. 1. Київ : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2003. С. 77–82.
 9. Пилипенко Н. Психологічні захисти та самоставлення особистості. *Актуальні проблеми психології*. Т. V. Вип. 16. С. 136–144.
 10. Самосознание и защитные механизмы личности : хрестоматия / под ред. Д. Райгородского. Самара : Бахрах-М, 2003. 651 с.
 11. Соколова Е. Феномен психологической защиты. *Вопросы психологии*. 2007. № 4. С. 66–79.
 12. Субботина Л. Психологическая защита и стресс. Харьков : Гуманитарный центр, 2013. 300 с.
 13. Чижкова М. Механизмы психологической защиты и их взаимосвязь с процессом адаптации студентов к образовательной среде медицинского вуза. *Мир науки* : интернет-журнал. 2018. № 3. URL: <https://mirnauki.com/PDF/38PSMN318>.
 14. Erikson E. Identity: Youth and crisis. New York : Norton. 336 p.
-

Нестеренко М. А., Лысенко Л. Н., Коваленко М. В. Психологические защиты и адаптация студентов-первокурсников к условиям обучения в вузе

Статья посвящена проблеме взаимосвязи механизмов психологической защиты и процесса адаптации студентов-первокурсников педагогического университета к обучению в вузе. Исследованы особенности социально-психологической адаптации, адаптированности к учебной группе, учебной деятельности студентов. Выявлен комплекс доминирующих механизмов психологической защиты испытуемых: проекция, регрессия, интеллектуализация, отрицание и компенсация. Раскрыта связь между успешностью процесса адаптации студентов к новым социальным условиям жизнедеятельности и механизмами защиты (замещение, компенсация, отрицание, интеллектуализация).

Ключевые слова: психологическая защита, механизмы психологической защиты, адаптация, социально-психологическая адаптация, студент.

Nesterenko M. O., Lysenko L. M., Kovalenko M. V. Psychological defenses and adaptation of the 1st-year students to learning in the higher educational establishment

The article is devoted to the problem of interconnection of psychological defense mechanisms and adaptation process of the 1st-year students of the pedagogical university to learning in the higher educational establishment. It investigates peculiarities of the socio-psychological adaptation, adjustment to a learning group, students' learning activity. It reveals the complex of dominating mechanisms of psychological defense of the survivors: projection, regression, denial, intellectualization and compensation. The article identifies connection between the process of students' adaptation to the new social conditions of life activity and defense mechanisms (substitution, compensation, denial, and intellectualization).

Key words: psychological defense, psychological defense mechanisms, adjustment, socio-psychological adaptation, student.