



ВЕДУЩИЕ МЕХАНИЗМЫ  
ЗАЩИТЫ  
В ПОДРОСТКОВОМ  
ВОЗРАСТЕ

**Снижение отрицательных  
переживаний человека**

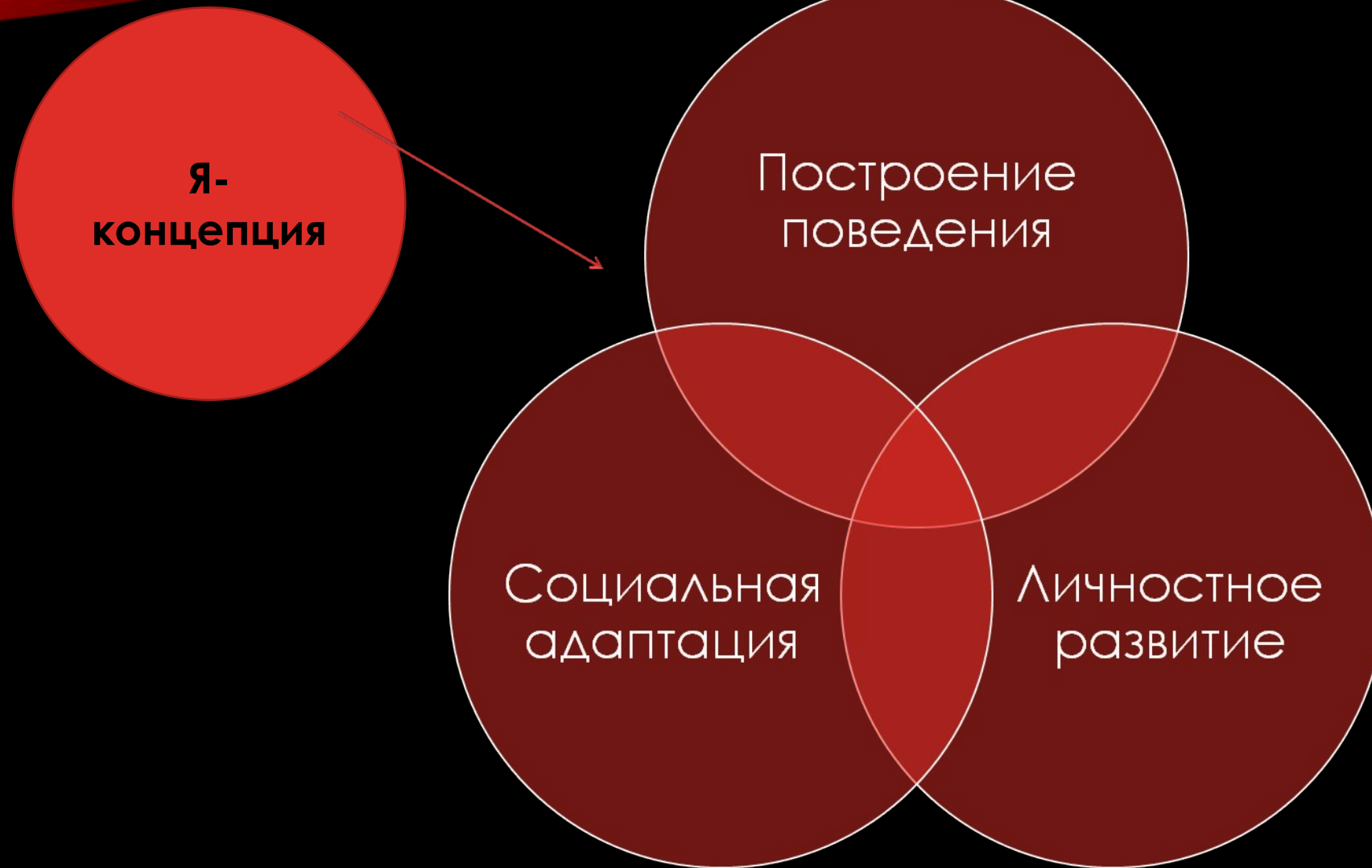
**Регулировка поведения  
человека**

**Психологическая  
защита**

**Повышение  
приспособляемости,  
уравновешивание психики**

**Ограничение личностного  
развития**

# ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ



## Я - КОНЦЕПЦИЯ

- СПОСОБСТВУЕТ ДОСТИЖЕНИЮ ВНУТРЕННЕЙ СОГЛАСОВАННОСТИ ЛИЧНОСТИ.
- СОВОКУПНОСТЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ЧЕЛОВЕКА О САМОМ СЕБЕ
- РЕГУЛЯТОР ПОВЕДЕНИЯ

# Я - КОНЦЕПЦИЯ

- НАИБОЛЕЕ АКТИВНО РАЗВИВАЕТСЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ;
- ЯВЛЯЕТСЯ БОЛЕЗНЕННЫМ ПРОЦЕССОМ;

# Я - КОНЦЕПЦИЯ

ВКЛЮЧАЕТ ОЦЕНКУ СЛЕДУЮЩИХ  
СОСТАВЛЯЮЩИХ:

- СОБСТВЕННОЕ ТЕЛО,
- ВНЕШНОСТЬ,
- ПОВЕДЕНИЕ,
- ИМЯ,
- СПОСОБНОСТИ.

# ПОДРОСТОК



# Я - КОНЦЕПЦИЯ



Я-РЕАЛЬНОЕ



Я-  
ИДЕАЛЬНОЕ



Я-  
ЗЕРКАЛЬНОЕ





# Я - КОНЦЕПЦИЯ



И  
П  
О  
В  
Е  
Д  
Е  
Н  
И  
Я  
И  
А  
Д  
А  
П



**РЕШЕНИЕ**

**ПЛОХАЯ  
СОЦИАЛЬНАЯ  
АДАПТАЦИЯ**

**НАРУШЕНИЕ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО  
ЗДОРОВЬЯ**

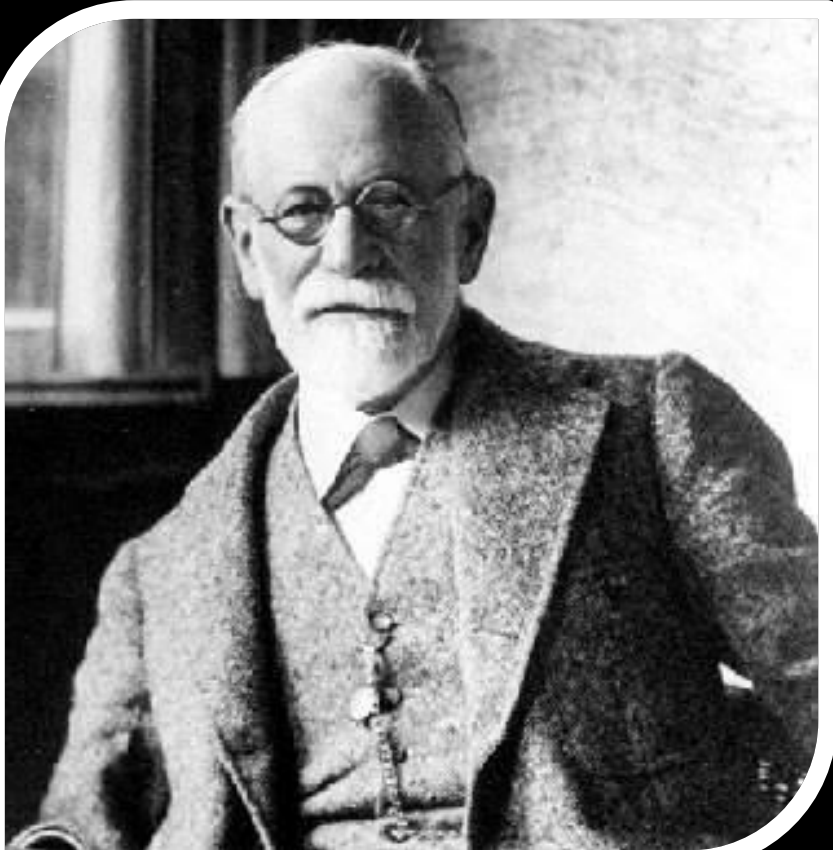
**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
ЗАЩИТА**

# ФОРМИРОВАНИЕ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ



- ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ
- СОЦИАЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ СЕМЬИ
- РОД ЗАНЯТИЙ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ
- МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
- УРОВЕНЬ ОБРАЗОВАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

## З. ФРЕЙД, 1894



ЦЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ –  
СНИЖЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ  
НАПРЯЖЕННОСТИ,  
ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ  
ДЕЗОРГАНИЗАЦИИ ПОВЕДЕНИЯ,  
СОЗНАНИЯ  
И  
ПСИХИКИ  
В ЦЕЛОМ.

**РОЛЬ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ  
ЗАЩИТЫ**




~~ИНФОРМАЦИЯ,  
РАЗРУШАЮЩАЯ  
ПРЕДСТАВЛЕНИЯ  
О СЕБЕ~~

~~ИНФОРМАЦИЯ  
НЕПРИЯТНАЯ~~

~~ИНФОРМАЦИЯ,  
ИСКАЖАЮЩАЯ  
ПРЕДСТАВЛЕНИЯ  
О СЕБЕ~~

СОХРАНЕНИЕ  
ЦЕЛОСТНОСТИ  
Я-КОНЦЕПЦИИ



# ЗАЩИТНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

## ВЫТЕСНЕНИЕ (ФРЕЙД, 1895)

ПЕРЕВОД  
ТРАВМИРУЮЩЕГО  
СОДЕРЖАНИЯ  
ИЗ СОЗНАНИЯ  
В  
БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ



## ВЫТЕСНЕНИЕ (ПРОБЛЕМЫ)



- НЕ ВСЕГДА МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ МЫСЛИ ВНЕ СОЗНАНИЯ;
- МОЖЕТ СТОЯТЬ НА ПУТИ ПОЗИТИВНЫХ АСПЕКТОВ ЖИЗНИ;
- ИСКЛЮЧАЕТ БОЛЕЕ УДАЧНЫЕ СПОСОБЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРУДНОСТЕЙ



## РАЦИОНАЛИЗАЦИЯ-

СТРЕМЛЕНИЕ ДАТЬ ЛОГИЧЕСКИ  
СВЯЗНОЕ И МОРАЛЬНО ПРИЕМЛЕМОЕ  
ОБЪЯСНЕНИЕ  
ТОЙ ИЛИ ИНОЙ УСТАНОВКИ,  
ПОСТУПКА, ИДЕИ, ЧУВСТВА,  
ПОДЛИННЫЕ МОТИВЫ КОТОРЫХ  
ОСТАЮТСЯ В ТЕНИ.



**ИЗОЛЯЦИЯ –**

НЕЖЕЛАНИЕ ГОВОРИТЬ

НА ТУ ИЛИ ИНУЮ ТЕМУ,

РАЗРЫВ

МЫСЛИ ИЛИ ПОСТУПКА

С ДРУГИМИ

МЫСЛЯМИ

ИЛИ ПОСТУПКАМИ.



**ФОРМИРОВАНИЕ РЕАКЦИИ-**

**ЗАМЕНА**

**НЕПРИЕМЛЕМЫХ ИМПУЛЬСОВ,**

**ЭМОЦИЙ, ЛИЧНОСТНЫХ СВОЙСТВ**

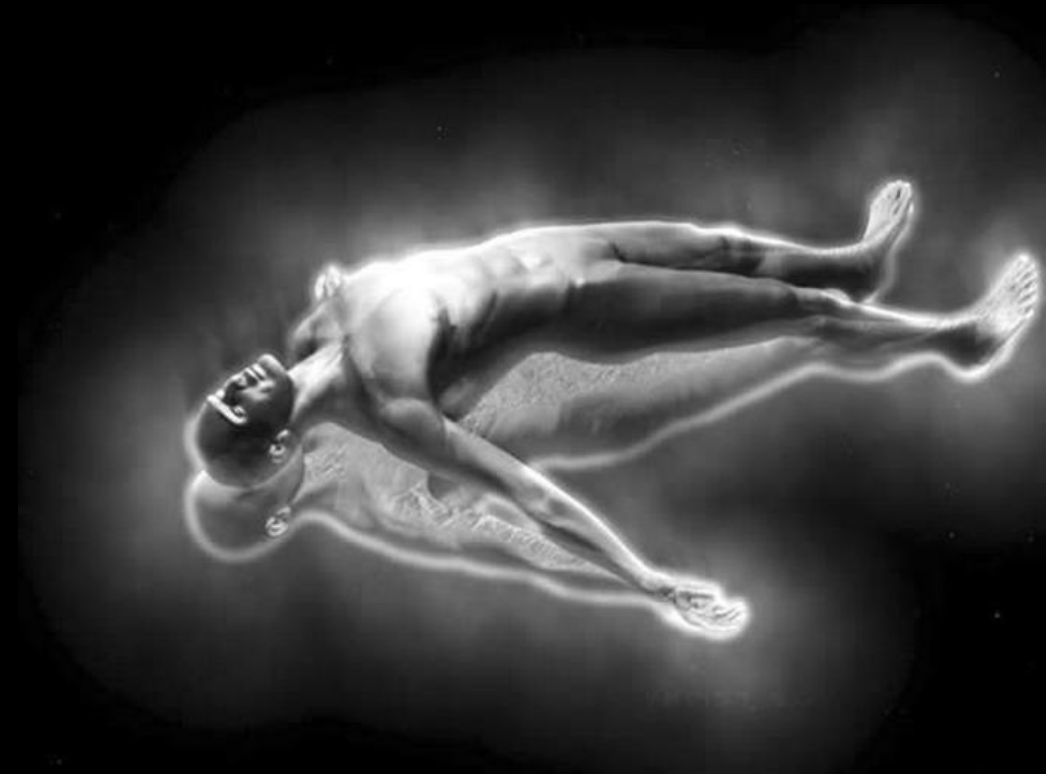
**НА ПРОТИВОПОЛОЖНЫЕ**



## ПРОЕКЦИЯ –

ПРИПИСЫВАНИЕ  
ДРУГИМ ЛЮДЯМ

ПОБУЖДЕНИЙ, ЖЕЛАНИЙ, МЫСЛЕЙ,  
КОТОРЫЕ ЧЕЛОВЕК НЕ ЗАМЕЧАЕТ  
У СЕБЯ,  
ВЫНЕСЕНИЕ ВОВНЕ,  
ОТТОРЖЕНИЕ НЕПРИЯТНОГО  
И ПУГАЮЩЕГО



**ИДЕНТИФИКАЦИЯ –**  
ПРИПИСЫВАНИЕ СЕБЕ  
ЧУВСТВ, МЫСЛЕЙ, НАСТРОЕНИЙ,  
СВОЙСТВЕННЫХ  
ДРУГОМУ ЧЕЛОВЕКУ



**УХОД В ФАНТАЗИИ –**

УДОВЛЕТВОРЕНИЕ  
ФРУСТРИРОВАННОЙ  
ПОТРЕБНОСТИ

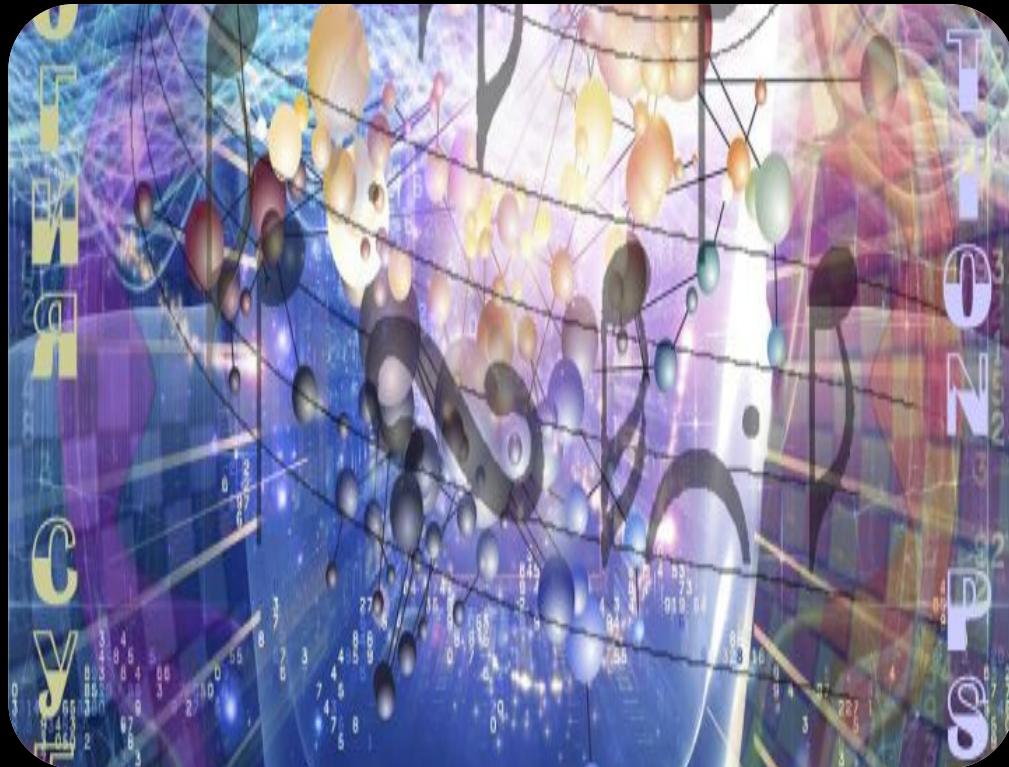
В ОБЛАСТИ ВООБРАЖЕНИЯ,  
ПРИУКРАШИВАНИЕ,  
ПЕРЕОЦЕНКА СВОИХ  
ВОЗМОЖНОСТЕЙ  
С ЦЕЛЬЮ ПРИДАНИЯ  
ЗНАЧИМОСТИ «Я»



**СУБЛИМАЦИЯ –**

**НАПРАВЛЕНИЕ  
СЕКСУАЛЬНОЙ  
ЭНЕРГИИ**

**НА НЕСЕКСУАЛЬНУЮ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**



# КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕ И ЕГО СВЯЗЬ С ЗАЩИТНЫМИ МЕХАНИЗМАМИ

- «КОПИНГ» - ЭТО ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ СПОСОБ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СИТУАЦИЕЙ В СООТВЕТСТВИИ С ЕЕ СОБСТВЕННОЙ ЛОГИКОЙ, ЗНАЧИМОСТЬЮ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА И ЕГО ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ



Копинг-поведение возникает, когда человек попадает в кризисную ситуацию

Копинг – переводится как совладание

Существуют следующие базисные стратегии копинг-поведения:

- Разрешение проблем;
- Поиск социальной поддержки;
- Избегание.

- Копинг-поведение – форма поведения, отражающая готовность человека решать жизненные проблемы. Данное поведение направлено на приспособление к обстоятельствам и предполагающее сформированное умение использовать определенные средства для преодоления эмоционального стресса.

КОПИНГ-  
ПОВЕДЕНИЕ  
ФОРМИРУЕТСЯ  
В СЕМЬЕ



# СЕМЕЙНЫЙ КОПИНГ

## • ПРОДУКТИВНЫЙ

**РАЗРЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ  
СНИЖЕНИЕ УРОВНЯ  
НАПРЯЖЕННОСТИ, ТРЕВОГИ,  
ДИСКОМФОРТА, ДУШЕВНЫЙ  
ПОДЪМ, РАДОСТЬ  
ПРЕОДОЛЕНИЯ**

## • НЕПРОДУКТИВНЫЙ

**ПРЕОБЛАДАНИЕ  
ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ РЕАКЦИЙ  
НА СИТУАЦИЮ,  
«ЗАСТРЕВАНИЕ», ПОГРУЖЕНИЕ  
В ПЕРЕЖИВАНИЯ,  
САМООБВИНЕНИЯ,  
ОБВИНЕНИЯ ДРУГ ДРУГА**

# РОЛЬ ШКОЛЫ В РАБОТЕ С ЗАЩИТНЫМИ МЕХАНИЗМАМИ И ФОРМИРОВАНИЕМ ПРОДУКТИВНОГО КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ



# НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ В ШКОЛЕ

***ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ И  
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
СТАБИЛЬНОСТЬ***

ПСИХО

**ВЫСОКАЯ  
САМООЦЕНКА**

**ЭМОЦИИ**

**ДОВЕРИЕ К  
МИРУ И К  
СЕБЕ**

# НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ В ШКОЛЕ

***УСПЕШНОЕ И  
УВЕРЕННОЕ  
ПОВЕДЕНИЕ***

РЕАКЦИИ

НЕОУ  
ФОРМИРОВАНИЕ  
КОПИНГА

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ  
ОБЪЯСНЕНИЕ  
КОПИНГ-  
ПОВЕДЕНИЯ

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА И КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕ

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ  
ЗАЩИТЫ**

**Я-КОНЦЕПЦИЯ  
ПОДРОСТКА**

**КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕ**