

## ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ ТА АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ

**Юрій Кашпур**

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри теоретичної та консультативної психології

Український Державний Університет імені Михайла Драгоманова

01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

[yu.m.kashpur@npu.edu.ua](mailto:yu.m.kashpur@npu.edu.ua), <https://orcid.org/0000-0002-0259-1137>

**Ілля Роєнко**

магістрант ОПП «Теорія та практика наукової психології»

Український Державний Університет імені Михайла Драгоманова

01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

[dante-957@ukr.net](mailto:dante-957@ukr.net)

### **Анотація**

У статті наведено результати емпіричного дослідження взаємозв'язку захисних механізмів та адаптаційного потенціалу як складної інтегративної властивості особистості. На основі теоретичного аналізу досліджуваної проблеми припускається, що захисні механізми забезпечують відновлення внутрішньої рівноваги у відносинах особистості із зовнішнім середовищем, відіграючи регуляторну функцію в адаптаційному потенціалі. Використано теоретичні (аналіз та узагальнення теоретико-емпіричних досліджень) та емпіричні методи (тестування, спрямоване на діагностику інтенсивності використання захисних механізмів і рівня складових адаптаційного потенціалу), а також методи математичної статистики (коефіцієнт рангової кореляції Спірмена). Виявлено, що захисні механізми взаємопов'язані із різними аспектами адаптаційного потенціалу особистості. Кореляційний аналіз вказує на проадаптивне спрямування механізму заперечення (статистично значущі зв'язки із показниками асертивності та стресостійкості), а також інтелектуалізації (позитивний зв'язок із самоконтролем та самоефективністю). Про дезадаптивний характер реактивного утворення свідчить позитивний зв'язок із фактором нейротизму, а також обернені зв'язки із показниками стресостійкості та асертивності. Адаптаційний потенціал таких механізмів захисту як регресія та компенсація має неоднозначний характер: регресія, з одного боку, має обернений зв'язок із асертивністю й стресостійкістю та прямий із фактором нейротизму; з іншого — позитивні зв'язки із факторами екставерсії, доброзичливості та відкритості досвіду; компенсація прямо пов'язана із екстраверсією, нейротизмом та доброзичливістю. Встановлено, що захисні механізми взаємопов'язані із різноманітними компонентами адаптаційного потенціалу, маючи як адаптивне, так і дезадаптивне спрямування. Отримані результати можуть бути використані для побудови розвивально-корекційних програм, спрямованих на підвищення рівня адаптивності особистості та мінімізації використання дезадаптивного психологічного захисту.

**Ключові слова:** захисні механізми, психологічний захист, адаптація, адаптивність, адаптаційний потенціал.

## Вступ

Проблема адаптації та адаптивності особистості набуває особливого значення у часи соціально-політичних криз та культурних трансформацій, притаманних сучасному українському суспільству. У таких обставинах актуалізується необхідність формування та розвитку тих індивідуально-особистісних властивостей людини, що забезпечують її пристосування до умов мінливого навколишнього середовища задля збереження психологічного благополуччя та ефективної життєдіяльності.

Адаптивний потенціал — це відносно стійке інтегративне утворення особистості, що визначає її здатність до внутрішніх та зовнішніх перетворень з метою встановлення або підтримки конгруентності у стосунках із навколишнім (соціальним) середовищем (Waldeek, 2021; Санікова, 2018; Галецька, 2005). Специфіка адаптації до зовнішніх обставин визначається складним комплексом інтегративних складових, що забезпечують мобілізацію психологічного, фізіологічного, а також психологічного ресурсу, утворюючи адаптаційний потенціал особистості, тобто її здатність до адаптації. До таких складових, шляхом компіляції різних результатів різних досліджень, ми об'єднали деякі особистісні властивості, що визначають специфіку її сприйняття обставин ситуації невизначеності, стресу та фрустрації. Серед них асертивність, стресостійкість, самоефективність та самоконтроль.

Психологічний захист в адаптаційному потенціалі забезпечує функцію регулятора негативних афектів, думок і переживань. Вивченням й концептуалізацією феномену захисних механізмів психіки займалися представники різних психологічних підходів. Зокрема, такі науковці як А. Freud, G. Vaillant, N. Haan, R. Plutchik та N. MacWilliams пропонують власні теоретичні положення до визначення та класифікації поняття психологічного захисту. Проадаптивний характер механізмів захисту висвітлювали у своїх працях Ph. Cramer, U. Kramer, E. Grebot та Т.М. Кирпенко. Однак, з огляду на різноманітність підходів, це питання і досі лишається дискусійним у сучасній науці.

N. Haan, поєднуючи захисні механізми із копінг-стратегіями у масштабне адаптаційне утворення, характеризує захист як патологічну та ригідну реакцію на стресові ситуації, з огляду на її вимушений та несвідомий характер (Haan, 1982). На противагу захисту, копінг-поведінка розуміється як гнучка, інтенціональна реакція, що усвідомлюється індивідом і може обиратись відповідно до ситуації. Однак, U. Kramer наголошує, що теза про патологічність захисту не має достатніх емпіричних підтверджень, а лише зберігає позицію класичного психоаналізу (Kramer, 2010), оскільки використання захисних механізмів є нормальною та необхідною частиною здорового розвитку особистості (Cramer, 2015). Зокрема, дослідження E. Grebot & B. Paty вказують на зв'язок зрілого захисту із адаптивним копінг-механізмом, а незрілих механізмів із копінг-механізмами дезадаптивного спрямування, частково підтверджуючи концептуальні положення психоеволюційної теорії R. Plutchik, згідно якої копінг-стратегії мають відповідник у вигляді механізму психологічного захисту (Grebot, Paty & Dephanix, 2006). Зрілий психологічний захист, поряд із позитивними копінг-стратегіями сприяє подоланню дезадаптивних відносин у системі індивід-соціальне середовище, а також постає оптимальним способом адаптації, що ґрунтується на усвідомленні та розумінні соціальної реальності (Nicolas & Jebrane, 2008)

Функціонально, психологічний захист забезпечує трансформацію травматичних переживань у прийнятні для особистості емоційні утворення (Кирпенко & Бохонкова, 2017). Теоретичним підґрунтям даного дослідження постає розуміння захисних механізмів як регулятивного компоненту в адаптаційному потенціалі особистості, що призводить до

мінімізації негативних переживань і зниження емоційної напруги, відновлення сталості самооцінки та самосприйняття особистості. Ефективність психологічного захисту визначається змістом і специфікою захисного ефекту конкретного механізму, однак його адекватність зумовлюється не лише внутрішнім комфортом, але й здатністю людини вирішувати наявні проблеми. Таким чином, захисні механізми мають місце на елементарних рівнях адаптації людини, знижуючи емоційну напругу та повертаючи легітимність її уявлень про себе.

**Мета** дослідження полягає у визначенні взаємозв'язку між захисними механізмами та складовими адаптаційного потенціалу особистості. **Завдання** дослідження передбачають: 1) теоретичне обґрунтування специфіки функціонування захисних механізмів особистості у контексті її адаптаційного потенціалу; 2) дослідження особливостей взаємозв'язку захисних механізмів зі складовими адаптаційного потенціалу шляхом кореляційного аналізу.

### **Методи дослідження**

У дослідженні використано теоретичні методи: аналіз та узагальнення результатів психологічних досліджень; емпіричні: тестування задля визначення рівня інтенсивності проявів захисних механізмів психіки та складових її адаптаційного потенціалу; математичної статистики: коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Для збору емпіричного матеріалу було застосовано наступні психодіагностичні методики:

*Методика «Life Style Index» (LSI)* (R. Plutchik, H. Kellerman, H.R. Conte) — побудована на основі психоеволюційної теорії емоцій R. Plutchik та теорії особистості H. Kellerman. Дана методика дозволяє визначити рівень інтенсивності використання індивідом восьми механізмів психологічного захисту: заперечення, витіснення, регресії, проєкції, заміщення, інтелектуалізації, реактивного утворення та компенсації.

*Методика «Шкала самоефективності»* (авт. Р. Шварцер та М. Єрусалем) дозволяє визначити рівень індивідуальних особливостей поведінки, спрямованої на вирішення життєвих труднощів та невдач. Через концепцію самоефективності автори мають на меті визначити переконання індивіда у власній спроможності долати стресові обставини та ефективно діяти у непередбачуваних ситуаціях. Методика широко застосовується для дослідження здатності індивіда успішно пристосовуватись до життєвих змін.

*Методика «Тест-опитувальник компонентів асертивності — ТОКАС»* (О.П.Санніков, О.І.Саннікова) — діагностує 5 компонентів асертивності. Для даного дослідження було використано шкалу «поведінковий компонент асертивності», що визначає готовність індивіда до дій задля досягнення поставленої мети, здатність самостійно керувати власним життям, не піддаючись впливам оточуючого середовища.

*Методика «Шкала стресостійкості Коннора-Девідсона»* — дозволяє визначити рівень здатності індивіда адаптуватися під впливом стресових обставин, або зміни умов життя, а також протидіяти негативним впливам.

У емпіричному дослідженні взяли участь 50 студентів УДУ імені Михайла Драгоманова віком від 17 до 23 років.

### **Результати та дискусії**

За результатами емпіричного дослідження виявлено, що механізми психологічного захисту пов'язані із широким спектром компонентів адаптаційного потенціалу особистості. Отримані коефіцієнти кореляції наведені у таблиці 1.

Таблиця 1

**Особливості взаємозв'язку захисних механізмів та складових компонентів  
адаптаційного потенціалу особистості**

	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>	<b>F</b>	<b>G</b>	<b>H</b>
<b>ЕК</b>	-	-	0,570***	0,515***	0,300*	-	-	-
<b>НР</b>	-	0,294*	0,585***	0,457***	-	-	-	0,334*
<b>ВД</b>	-	-	0,306**	-	-	-	-	-
<b>СК</b>	-	-	-	-	-	-	0,476***	-
<b>ДБ</b>	-	-	0,462***	0,371**	-	-	-	-
<b>СФ</b>	-	-	-	-	-	-	0,476***	-
<b>АС</b>	0,456***	-	-0,411**	-0,408**	-	-	-	-0,481 ***
<b>СТ</b>	0,472***	-	-0,381**	-	-	-	-	-0,408 ***

Умовні позначення:

A — заперечення; B — витіснення; C — регресія; D — компенсація; E — проекція; F — заміщення; G — інтелектуалізація; H — реактивне утворення. ЕК — екстраверсія; НР — нейротизм; ВД — відкритість досвіду; СК — самоконтроль; ДБ — доброзичливість; СФ — самоефективність; АС — асертивність; СТ — стресостійкість.

Рівні статистичної значущості:  $p < 0,01^*$ ;  $p < 0,05^{**}$ ;  $p < 0,001^{***}$

Як видно з таблиці 1, виявлений прямий кореляційний зв'язок 0,456\*\*\* на рівні статистичної значущості  $p < 0,001$  між механізмом захисту заперечення та асертивністю. Захисний ефект заперечення полягає у неприйнятті людиною інформації про зовнішню реальність, що викликає тривогу та занепокоєння. Як правило, заперечувані аспекти дійсності є очевидними для оточуючих, проте, з огляду на конфлікт мотивів, не приймаються особистістю, оскільки загрожують її самозбереженню та самоповазі. Таким чином, неприйняття травматичної інформації дозволяє людині зберігати впевненість, незалежність від зовнішнього впливу, можливість реалізовувати діяльність на основі власних переконань і намірів. Особистість зберігає легітимність існуючих уявлень про себе, тим самим її віра у власний авторитет лишається непохитною, оскільки потенційний стресор, який може спричинити порушення в «Я-концепції», просто ігнорується.

Також виявлено сильний, прямий кореляційний зв'язок (0,472\*\*\* при  $p < 0,001$ ) між запереченням і стресостійкістю. Заперечення особистістю зовнішніх факторів, що можуть викликати внутрішнє занепокоєння та психологічну напругу, зумовлює її стійкість до їхнього впливу. Не приймаючи негативні факти про зовнішню дійсність, вона зберігає психологічний комфорт та внутрішню рівновагу, тим самим уникаючи стресу.

Водночас, було зафіксовано незначний обернений кореляційний зв'язок витіснення із фактором нейротизму (-0,294\* при  $p < 0,01$ ). Витіснення травматичної інформації, а також неприйнятних думок, бажань та почуттів до позасвідомого, певною мірою пов'язано зі здатністю особистості контролювати власні емоції. В методиці «LSI» до шкали витіснення включено питання, що відносяться до механізму захисту «ізоляція», захисний ефект якого полягає в усвідомленні травматичного досвіду, ізолювано від неприйнятних афектів та занепокоєння, що також узгоджується з виявленим зв'язком за фактором нейротизму. Таким чином, висока інтенсивність використання витіснення відносно пов'язана із низьким рівнем нейротизму, що в оберненому значенні вказує на емоційну стабільність особистості.

Виявлено прямий кореляційний зв'язок регресії із екстраверсією – 0,570\*\*\* на рівні статистичної значущості  $p < 0,001$ . Особистість, що має схильність до інтенсивного використання регресії, психологічно пристосовується до конфліктної ситуації, яка викликає тривогу, шляхом позасвідомого переходу на ранні стадії розвитку лібідо, тобто демонструючи інфантильні патерни поведінки. З одного боку стресори від яких людина захищається регресією, можуть бути пов'язані саме з міжособистісною взаємодією, тому демонстрація дитячих, неадаптивних рис та моделей поведінки спровоковані прагненням відновити почуття безпеки, яке особистість відчувала у дитинстві. З іншого, регресія дійсно призводить до того, що оточуючі починають захищати «беззахисну дитину», якою індивід намагається здаватися. Таким чином, зв'язок із екстраверсією вказує на те, що соціальна включеність людини робить регресію доцільною формою захисту у відповідних життєвих ситуаціях, однак цей захисний механізм може працювати й поза міжособистісних контактів. Шкала регресії в методиці «LSI» поєднана із механізмом захисту «реалізація назовні», дія якого полягає в активному програванні індивідом внутрішнього сценарію травматичної ситуації, зі зміненням своєї ролі у ньому. Реалізуючи уявний сценарій певної ситуації, людина потребує спрямованості на зовнішній світ та соціальної взаємодії, що пояснює виявлений зв'язок із показником екстраверсії.

Прямий кореляційний зв'язок регресії із нейротизмом (0,585\*\*\*  $p < 0,001$ ), свідчить про те, що висока інтенсивність використання регресії пов'язана із емоційною нестабільністю особистості, невмінням контролювати власні емоції та почуття, нездатністю справитися із тривогою. Нездатність людини опанувати свої емоційні реакції може бути пов'язана із інфантилізацією поведінки, тобто особистість дозволяє собі неконтрольовані афективні прояви, входячи у роль «беззахисної дитини». Поряд із тим, підвищена тривожність і негативні переживання можуть провокувати демонстрацію травматичних сценаріїв у зовнішній реальності, щоб винести їх за межі свого внутрішнього світу.

Під час аналізу отриманих результатів, було зафіксовано прямий кореляційний зв'язок 0,462\*\*\* при  $p < 0,001$  регресії із фактором «Доброзичливість». Регресивна поведінка також пов'язана із соціальною орієнтованістю особистості, вірою в людей та їх доброту, іноді з ігноруванням власних інтересів на користь суспільних. З одного боку означені патерни доброзичливості можливо розглядати як форми прояву регресивної поведінки у сенсі використання простих поведінкових стереотипів, що суттєво знижують переважання конфліктних ситуацій. Тобто людині простіше проявляти доброзичливість до інших, як стереотипну форму взаємодії, ніж вирішувати наявні конфлікти та відстоювати власні інтереси для задоволення своїх потреб. З іншого боку, доброзичливе ставлення до оточуючих підвищує шанси отримати необхідну допомогу та підтримку у відповідь на демонстрацію власної безпорадності.

Обернений зв'язок регресії із показником асертивності (-0,411\*\* при  $p < 0,001$ ) свідчить про те, що чим вище особистість використовує регресію, тим менше вона схильна до асертивної поведінки. Очевидно, що прагнучи здаватись незрілою та безпорадною, особистість не може брати на себе відповідальність за вирішення власних проблем, й переносить цю необхідність на інших. Поряд із тим, схильність піддаватись впливу оточення, що притаманна особистості з низьким рівнем асертивності, може бути зумовлена пасивним пристосуванням з метою уникнення конфліктних ситуацій, які потребують відстоювання власної позиції.

Виявлено обернений кореляційний зв'язок регресії зі стресостійкістю 0,381\*\* на рівні  $p < 0,05$ . Надмірне використання регресії пов'язане з низькою здатністю людини до протидії

стресовим факторам. Регресуючи, особистість підвищує вірогідність опинитись у стресовій ситуації, внаслідок неадекватності її поведінки. Власне, під дією цього захисного механізму людина прагне, щоб оточуючі повернули їй відчуття безпеки, тому не спрямовує поведінку на вирішення актуальних проблем. Це узгоджується з оберненим зв'язком із показниками асертивності, при низькому рівні якої, людина уникає відповідальності на фоні загальної невпевненості у своїй здатності розв'язати проблемну ситуацію.

Прямий кореляційний зв'язок захисного механізму *компенсації* виявлений із екстраверсією 0,515\*\*\* на рівні статистичної значущості  $p < 0,001$ . Екстраверсія пов'язана зі схильністю шукати заміну реальному або уявному недоліку шляхом фантазування або присвоєння якостей, чеснот та поведінкових характеристик інших людей. Компенсацію часто пов'язують із механізмом захисту «ідентифікація», що полягає саме у наслідуванні або приписуванні собі чужих якостей та переваг. Також цей захисний механізм проявляється у схильності докладати значних зусиль у певній діяльності, тим самим компенсуючи свої недоліки (гіперкомпенсація). З одного боку, певні риси екстравертів (комунікабельність, оптимізм, відкритість до інших) можна розглядати як прояви компенсації, що допомагають підвищити самоповагу та самооцінку людини. З іншого боку, оскільки екстраверти поміщені у широке коло соціальних контактів та міжособистісної взаємодії, вони мають вищу вірогідність отримати бажане соціальне схвалення демонстрованих унаслідок компенсування рис, якостей та чеснот, й тим самим покращити свою самооцінку.

Прямий кореляційний зв'язок із фактором «Доброзичливість» 0,371\*\* на рівні значущості  $p < 0,05$  вказує на те, що прихильність та позитивне ставлення до інших людей пов'язане із проявами компенсаторної поведінки. Цей зв'язок може бути зумовлений тим, що компенсуючи, особистість може прямо вдаватися до демонстрації доброзичливості задля встановлення позитивних контактів з іншими, приховуючи реальні або уявні недоліки. Водночас, дослідження вказують на те, що ідентифікація, відіграючи роль провідного захисного механізму у підлітковому віці, сприяє розвитку емпатії, а це певною мірою зумовлює зв'язок із доброзичливістю (Cramer, 2015). Однак, на подальших вікових етапах використання цього механізму може заважати особистісному розвитку людини.

Обернений зв'язок компенсації із асертивністю (-0,408\*\* при  $p < 0,05$ ) вказує на те, що схильність демонструвати пасивні та поступливі форми поведінки у відносинах з оточуючими притаманна особистостям із низьким рівнем асертивності й певною мірою супроводжує компенсаторну поведінку. Така особистість характеризується невпевненістю у собі та невмінням відстоювати власну позицію, а це, у свою чергу, пов'язано із тенденцією до пошуку альтернативних сфер діяльності, що могли б покращити уявлення особистості про себе.

Виявлено прямий кореляційний зв'язок низької сили проекції із екстраверсією 0,300 на рівні  $p < 0,01$ . Актуалізація механізму проекції полягає у приписуванні оточуючим власних неприйнятних емоцій, почуттів та думок, що їх людина, як правило, не усвідомлює. Часте використання проекції пов'язане зі спрямованістю особистості на зовнішній світ та схильністю до взаємодії із соціальним оточенням. Ph. Cramer вказує на те, що у пізньому дитинстві використання проекції сприяє формуванню у дитини уявлень про інших людей, однак в подальшому може негативно впливати на міжособистісні стосунки, значною мірою викривлюючи розуміння власних та чужих емоцій (Cramer, 2015). З огляду на це, можна припустити, що виявлений зв'язок зумовлений впливом проекції на соціалізацію дитини, оскільки формування уявлень про інших покращує міжособистісну взаємодію.

Варто вказати, що статистично значущих кореляційних зв'язків між заміщенням та складовими адаптаційного потенціалу не виявлено.

Прямий кореляційний зв'язок виявлений між інтелектуалізацією та фактором «Самоконтроль»  $0,476^{***}$  на рівні  $p < 0,001$ . Інтелектуалізація, як спосіб усунення неприємних переживань шляхом логічних спекуляцій, а також зміщення уваги з емоцій та почуттів саме на зміст травматичної ситуації пов'язана із послідовністю, цілеспрямованістю, організованістю та самодисципліною особистості. Використання інтелектуалізації дає змогу людині контролювати власні емоції не піддаючись імпульсивним потягам, що сприяє її здатності до саморегуляції. Проте, когнітивна активність, зумовлена інтелектуалізацією, не завжди полягає в раціональному аналізі травматичної ситуації або імпульсі, а може лише уподібнюватись до логічного розгляду за допомогою абстрактних спекуляцій. З огляду на те, що захисний ефект цього механізму полягає саме у дистанціюванні від емоційної складової при аналізі інформації про зовнішню дійсність, це допомагає особистості зберігати контроль та врівноваженість.

Прямий кореляційний зв'язок із самоефективністю  $0,476^{***}$  на рівні  $p < 0,001$  вказує на те, що високий рівень інтелектуалізації пов'язаний із високою оцінкою особистістю власної здатності організувати діяльність задля ефективного вирішення складних завдань. Таким чином, людина зберігає внутрішню рівновагу, раціонально оцінює ефективність своєї діяльності адекватно власним здібностям і можливостям, дистанціюючись від негативних емоційних переживань, які могли б похитнути її впевненість у своїх силах.

Виявлений обернений кореляційний зв'язок високої сили реактивного утворення із асертивністю  $-0,481^{***}$  на рівні  $p < 0,001$  свідчить про те, що низький рівень асертивності пов'язаний із високою схильністю до використання реактивного утворення, що полягає в уникненні травматичних думок, почуттів та переживань шляхом перебільшеної демонстрації прямо протилежних афектів. Цей зв'язок може бути зумовленим тим, що неасертивна особистість, якій притаманні невпевненість у собі та низька самооцінка, нездатна адекватно проживати й проявляти власні почуття та емоції, тому змушена їх трансформувати у суб'єктивно прийнятну протилежність. Таким чином, захищаючись від стресу реактивним утворенням, людина не проявляє своїх справжніх переживань, орієнтуючись на внутрішні, або зовнішні заборони.

Обернений кореляційний зв'язок високої сили зі стресостійкістю  $-0,408^{***}$  на рівні  $p < 0,001$ . Висока інтенсивність використання реактивного утворення пов'язана зі слабо розвинутою здатністю протидіяти впливам різноманітних стресорів. Людина може піддаватись впливу стресових факторів, однак не усвідомлювати цього, оскільки обирає протилежний полюс реакції на ситуацію, тим самим зберігаючи інтрапсихічний конфлікт. Таким чином, реакції особистості на стресові події неадекватні її реальним переживанням, що негативно впливає на її здатність адаптуватись до навколишнього середовища, уникаючи негативних наслідків для свого психологічного здоров'я.

### **Висновки**

За результатами проведеного дослідження встановлено, що захисні механізми мають дотичність до широкого спектру складових адаптаційного потенціалу особистості. Виявлені кореляційні зв'язки свідчать про адаптивний характер заперечення на основі прямого зв'язку із показниками асертивності та стресостійкості, а також інтелектуалізації, що позитивно пов'язана із самоконтролем та самоефективністю. Такі механізми захисту як регресія і компенсація мають неоднозначне спрямування, з огляду на прямі кореляційні зв'язки із факторами нейротизму, екстраверсії, доброзичливості та відкритості досвіду, а також обернені із показниками асертивності та стресостійкості. Про дезадаптивний характер реактивного утворення свідчить позитивний зв'язок із нейротизмом та негативні зв'язки зі стресостійкістю

та асертивністю. Висока інтенсивність використання психологічного захисту притаманна особистостям із високим рівнем екстраверсії. Проте, виявлений зв'язок із нейротизмом свідчить про дезадаптивний характер високої напруженості механізмів захисту.

Таким чином, механізми психологічного захисту відіграють неоднозначну роль в адаптаційних процесах людини. Деякі форми захисту (заперечення, інтелектуалізація) сприяють внутрішній рівновазі та стійкості особистості до негативних впливів, у той час як активізація інших механізмів (регресія, компенсація, реактивне утворення) супроводжується низьким емоційним контролем та суттєвим викривленням інформації про зовнішню дійсність. З одного боку, виявлені кореляційні зв'язки можуть вказувати на розвиток певних індивідуально-особистісних властивостей під впливом актуалізації механізмів психологічного захисту; з іншого – саме наявність цих властивостей зумовлює використання певного захисту на позасвідомому рівні.

Перспективи подальших досліджень полягають у розширенні психодіагностичного інструментарію для дослідження захисних механізмів, а також спектру складових адаптаційного потенціалу особистості з метою визначення спрямованості їхнього взаємозв'язку.

### Література

1. Блажівський, М.І. (2014). Поняття адаптації у сучасній науковій літературі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія «психологічна», 1*, 234–242.
2. Галецька, І.І. (2005). Психологічні чинники соціальної адаптації. *Соціогуманітарні проблеми людини, 1*, 91–100.
3. Кирпенко, Т.М., & Бохонкова, Ю.О. (2017). *Механізми психологічного самозахисту підлітків*. (Монографія). Сєверодонецьк : СНУ ім. В. Даля.
4. Саннікова, О.П., Санніков, О.І., & Подоляк Н.М. (2013). Діагностика асертивності: результати апробації методики «ТОКАС». *Наука і освіта, 3*, 140–144. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO\\_2013\\_3\\_42](http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2013_3_42)
5. Школіна, Н.В., Шаповал, І.І., Орлова І.В., Кедик, І.О., & Станіславчук, М.А. (2020). Адаптація та валідизація україномовної версії шкали стресостійкості Коннора-Девідсона-10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозивний спондиліт. *Український Ревматологічний Журнал, 2(80)*, 66–72. <https://doi.org/10.32471/rheumatology.2707-6970.80.15236>
6. Cramer, Ph. (2015). Understanding Defense Mechanisms. *Psychodynamic Psychiatry, 43(4)*, 523–552. <https://doi.org/10.1521/pdps.2015.43.4.523>
7. Grebot, E., Paty, B., & Girard Dephanix, N. (2006). Styles défensifs et stratégies d'ajustement ou coping en situation stressante. *L'Encéphale, 32(3) P.1*, 325–324. [https://doi.org/10.1016/S0013-7006\(06\)76158-9](https://doi.org/10.1016/S0013-7006(06)76158-9)
8. Haan, N. (1982). The Assessment of Coping, Defense, and Stress. In L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of Stress. Theoretical and Clinical Aspects* (pp. 254-269). London : Collier Macmillan Publishers
9. Kramer, U. (2010). Coping and defense mechanisms: What's the difference? - Second act. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 83*, 207–221. <https://doi:10.1348/147608309X475989>
10. Martin, A.J., Nejad, H., Colmar, S., & Liem, G.A.D. (2012). Adaptability: Conceptual and empirical perspectives on responses to change, novelty and uncertainty. *Australian Journal of Guidance and Counselling, 22*, 58–81. <https://doi.org/10.1017/jgc.2012.8>
11. McWilliams, N. (2011). *Psychoanalytic diagnosis: understanding personality structure in the clinical process*. 2-nd ed. New York : The Guilford Press.
12. Nicolas, M., & Jebrane, A. (2008). Relationships between Coping Strategies and Defense Mechanisms in Sport Performance. *Psychological Reports, 103(3)*, 735–744. <https://doi.org/10.2466/pr0.103.3.735-744>
13. Roccas, S., Lilach Sagiv, L., Schwartz Shalom, H., & Knafo, A. (2002). The Big Five Personality Factors and Personal Values. *Personality and Social Psychology Bulletin 28(6)*, 789–801. <https://doi.org/10.1177/0146167202289008>



14. Sannikova, O., & Kuznetsova, O. (2018). Adaptability as the integral phenomenon: empirical verification. *Science and Education, Issue 3*, 27–35. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2018-3-4>
15. Vaillant G. (1972). *Adaptation to life: How the best and the brightest came of age*. Boston : Little Brown.
16. Waldeck, D., Pancani, L., Holliman, A., Karekla, M., & Tyndall, I. (2021). Adaptability and psychological flexibility: Overlapping constructs? *Journal of Contextual Behavioral Science, 19*, 72–78.
17. White, R.W. (1974). Strategies of adaptation: An attempt at systematic description. In G. V. Coelho, D. A. Hamburg, & J. E. Adams (Eds.). *Coping and Adaptation*. (pp. 47-68). New York : Basic Books.

### References

1. Blazhivskiy, M.I. (2014). Poniattia adaptatsii u suchasni naukovi literature [The concept of adaptation in modern scientific literature]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav. Seriya «psykholohichna» – Scientific Bulletin of the Lviv State University of Internal Affairs. Series "psychological", 1*, 234–242. [in Ukrainian].
2. Haletska, I.I. (2005). Psykholohichni chynnyky sotsialnoi adaptatsii [Psychological factors of social adaptation]. *Sotsiohumanitarni problemy liudyny – Socio-humanitarian problems of man, 1*, 91–100 [in Ukrainian].
3. Kyrpenko, T.M., & Bokhonkova, Yu.O. (2017). *Mekhanizmy psykholohichnoho samozakhystu pidlitkiv [Mechanisms of psychological self-defense in adolescents]*. Sievierodonetsk : SNU im. V. Dalia. [in Ukrainian].
4. Sannikova, O.P., Sannikov, O.I., & Podoliak N.M. (2013). Diahnostyka asertyvnosti: rezultaty aprobatsii metodyky «TOKAS» [Diagnosis of assertiveness: results of the "TOCAS" test approbation]. *Nauka i osvita – Science and Education, 3*, 140–144. Retrieved from [http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO\\_2013\\_3\\_42](http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2013_3_42) [in Ukrainian].
5. Shkolina, N.V., Shapoval, I.I., Orlova I.V., Kedyk, I.O., & Stanislavchuk, M.A. (2020). Adaptatsiia ta validyzatsiia ukrainomovnoi versii shkaly stresostiikosti Konnora-Devidsona-10 (CD-RISC-10): aprobatsiia u khvorykh na ankilozyvnyi spondylit [Adaptation and Validation of the Ukrainian Version of the Connor-Davidson Resilience Scale-10 (CD-RISC-10): Approbation in Patients with Ankylosing Spondylitis]. *Ukrainskyi Revmatolohichni Zhurnal – Ukrainian Journal of Rheumatology, 2(80)*, 66–72 <https://doi.org/10.32471/rheumatology.2707-6970.80.15236> [in Ukrainian].
6. Cramer, Ph. (2015). Understanding Defense Mechanisms. *Psychodynamic Psychiatry, 43(4)*, 523–552. <https://doi.org/10.1521/pdps.2015.43.4.523>
7. Grebot, E., Paty, B., & Girard Dephanix, N. (2006). Styles défensifs et stratégies d'ajustement ou coping en situation stressante. *L'Encéphale, 32(3) P.1*, 325–324. [https://doi.org/10.1016/S0013-7006\(06\)76158-9](https://doi.org/10.1016/S0013-7006(06)76158-9)
8. Haan, N. (1982). The Assessment of Coping, Defense, and Stress. In L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of Stress. Theoretical and Clinical Aspects* (pp. 254-269). London : Collier Macmillan Publishers
9. Kramer, U. (2010). Coping and defense mechanisms: What's the difference? - Second act. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 83*, 207–221. <https://doi:10.1348/147608309X475989>
10. Martin, A.J., Nejad, H., Colmar, S., & Liem, G.A.D. (2012). Adaptability: Conceptual and empirical perspectives on responses to change, novelty and uncertainty. *Australian Journal of Guidance and Counselling, 22*, 58–81. <https://doi.org/10.1017/jgc.2012.8>
11. McWilliams, N. (2011). *Psychoanalytic diagnosis: understanding personality structure in the clinical process*. 2-nd ed. New York : The Guilford Press.
12. Nicolas, M., & Jebrane, A. (2008). Relationships between Coping Strategies and Defense Mechanisms in Sport Performance. *Psychological Reports, 103(3)*, 735–744. <https://doi.org/10.2466/pr0.103.3.735-744>
13. Roccas, S., Lilach Sagiv, L., Schwartz Shalom, H., & Knafo, A. (2002). The Big Five Personality Factors and Personal Values. *Personality and Social Psychology Bulletin 28(6)*, 789–801. <https://doi.org/10.1177/0146167202289008>
14. Sannikova, O., & Kuznetsova, O. (2018). Adaptability as the integral phenomenon: empirical verification. *Science and Education, Issue 3*, 27–35. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2018-3-4>

15. Vaillant G. (1972). *Adaptation to life: How the best and the brightest came of age*. Boston : Little Brown.
16. Waldeck, D., Pancani, L., Holliman, A., Karekla, M., & Tyndall, I. (2021). Adaptability and psychological flexibility: Overlapping constructs? *Journal of Contextual Behavioral Science*, 19, 72–78.
17. White, R.W. (1974). Strategies of adaptation: An attempt at systematic description. In G. V. Coelho, D. A. Hamburg, & J. E. Adams (Eds.). *Coping and Adaptation*. (pp. 47-68). New York : Basic Books.

## FEATURES OF INTERCONNECTION OF PERSONALITY DEFENSE MECHANISMS AND ADAPTATION POTENTIAL

**Yuriy Kashpur**

**PhD in Psychology, Associate Professor,**

**Associate Professor of the Department of Theoretical and Counseling Psychology**

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrogov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

[yu.m.kashpur@npu.edu.ua](mailto:yu.m.kashpur@npu.edu.ua), <https://orcid.org/0000-0002-0259-1137>

**Illia Roienko**

**Master's Degree Student**

**of the Educational and Professional Program "Theory and Practice of Scientific Psychology"**

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrogov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

[dante-957@ukr.net](mailto:dante-957@ukr.net)

### **Abstract**

The article reveals the results of an empirical study of the interrelationship between defense mechanisms and the adaptation potential as a complex integrative feature of personality. Based on a theoretical analysis of the problem under study, it is assumed that defense mechanisms contribute to the restoration of internal balance in an individual's interactions and the external environment, performing a regulatory function within the adaptation potential. The study employed both theoretical methods (analysis and synthesis of theoretical and empirical research) and empirical methods (testing focused on diagnosing the intensity of defense mechanism and the level of components of the adaptation potential), as well as the methods of mathematical statistics (Spearman's rank correlation coefficient). It has been found that defense mechanisms are interconnected with various aspects of an individual's adaptation potential. The correlation analysis indicates a pro-adaptive orientation of the denial mechanism (statistically significant associations with assertiveness and stress resilience), as well as intellectualization (positive correlation with conscientiousness and self-effectiveness). The maladaptive nature of reactive formation is reflected in its positive association with the neuroticism factor, as well as inverse associations with stress resilience and agreeableness. The adaptive potential of such defense mechanisms as regression and compensation has an ambivalent nature: regression, on the one hand, exhibits an inverse relationship with assertiveness and stress resilience and a direct relationship with the neuroticism factor. On the other hand, it shows positive associations with the factors of extraversion, agreeableness, and openness to experience. Compensation is directly linked with extraversion, neuroticism, and agreeableness, but also has an inverse association with the overall adaptability score. It is established that defense mechanisms are interconnected with various components of the adaptation potential, exhibiting both adaptive and maladaptive orientations. The results obtained can be applied for the creation of developmental and corrective programs aimed at enhancing an individual's level of adaptability while minimizing the use of maladaptive psychological defense mechanisms.

**Keywords:** defense mechanisms, psychological defense, adaptation, adaptability, adaptation potential.

Подано 01.07.2023

Рекомендовано до друку 19.10.2023