

УДК 613.97:159.922.2

## ОСОБЛИВОСТІ ЗМІН З БОКУ ПОКАЗНИКІВ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВИКОРИСТАННЯ ПСИХОГІГІЄНИЧНИХ КОМПОНЕНТІВ У СТРУКТУРІ СУЧАСНИХ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Стоян Н.В.

Вінницький національний медичний університет імені М.І. Пирогова

В ході проведених досліджень проведена всебічна гігієнічна оцінка особливостей змін з боку показників механізмів психологічного захисту особистості студентів в умовах використання психогігієнічних компонентів у структурі сучасних здоров'язберігаючих технологій. Одержані результати переконливо засвідчують, що застосування запропонованої програми забезпечувало появу цілого ряду позитивних, виходячи із адаптаційної точки зору, змін з боку провідних характеристик механізмів психологічного захисту. Так, в умовах використання розробленого підходу серед юнаків реєструвалось виражене зменшення ступеня напруження таких механізмів психологічного захисту, як витіснення, регресія, заміщення, гіперкомпенсація, причому у випадку визначення особливостей таких варіантів еґо-захисту, як регресія і заміщення спостерігалось статистично-значуще зменшення їх критеріальних величин ( $p(t) < 0,05-0,01$ ). Водночас серед дівчат реєструвалось виражене зменшення ступеня напруження таких механізмів психологічного захисту, як витіснення, регресія, заміщення, заперечення, проекція, гіперкомпенсація, причому у випадку визначення особливостей таких варіантів еґо-захисту, як регресія і заперечення спостерігалось статистично-значуще зменшення їх критеріальних величин ( $p(t) < 0,05$ ). Наприкінці періоду досліджень реєструвались міжгрупові статистично-значущі відмінності у разі визначення таких механізмів психологічного захисту, як механізми витіснення, регресії і заміщення у юнаків ( $p(t)_{ж-дл} < 0,05-0,001$ ) та механізми регресії і заміщення у дівчат ( $p(t)_{ж-дл} < 0,01$ ).

**Ключові слова:** студенти, особистість, механізми психологічного захисту, психогігієнічні компоненти, здоров'язберігаючі технології.

**Постановка проблеми.** В теперішній час в галузі профілактичної медицини особливої актуальності набувають питання здійснення всебічної оцінки стану здоров'я студентської молоді, оскільки, з одного боку, здоров'я цього покоління в значній мірі зумовлене станом навколишнього середовища впродовж попередніх двох десятиліть, з іншого – від стану здоров'я юнаків і дівчат, залучених до тривалого процесу навчання, залежить ефективність їх подальшої трудової діяльності. Крім того, студентство являє собою надійний резерв висококваліфікованих

спеціалістів для різноманітних галузей [1, 8]. Виконання цього надзвичайно важливого завдання є пріоритетним і полягає у збиранні інформації щодо стану здоров'я та навколишнього середовища, вивченні соціальних, екологічних та гігієнічних умов перебування, а також, що надзвичайно важливо, умов виховання та навчання, в тому числі професійного, виділенні критичних періодів розвитку та провідних чинників ризику, що впливають на особистість. Тому цілком нагальним потрібно визнати розробку профілактичних технологій з метою або запобігання або зниження

ступеня впливу численних негативних особистісно-значущих факторів [2, 4].

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** За даними проведених протягом останніх років досліджень, основними причинами виникнення несприятливих зрушень з боку показників і соматичного і, передусім, психічного, здоров'я, називають недостатню міжгалузеву інтегрованість профілактичних заходів, вплив агресивних чинників довкілля та нездоровий спосіб життя, яким відзначається сучасне студентське середовище, особливості їх психофізіологічного стану та властивостей особистості [6, 9]. Реформування освітньої системи вищої школи, інтенсифікація навчальної діяльності і перехід від традиційної організації навчального процесу до використання інноваційних технологій істотно підвищують вимоги до стану здоров'я студентів. Ситуація загострюється у зв'язку із зростаючою популярністю в молодіжному середовищі привабливості різних видів нефізичної діяльності, із збільшенням рівня поширення шкідливих звичок. Ще одним важливим чинником незадовільного стану здоров'я є спосіб життя [1, 3]. У цьому контексті на особливу увагу заслуговує процес вивчення провідних особливостей особистості, які визначають особливості ставлення дівчат і юнаків до власного здоров'я, власного способу життя, власного майбутнього, оточуючих осіб та обставин, які впливають і впливатимуть в подальшому, причому доволі часто негативним чином. Саме тому необхідно відзначити, що важливе місце в структурі особистісних проявів студентської молоді, які у багатьох аспектах визначають їх мотивацію до здійснення певних дій та реалізацію певних поведінкових рішень, займають показники, що відображують психогігієнічні кореляти механізмів психологічного захисту людини, або як їх ще називають, механізми в его-захисту, такі як заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проекція, заміщення, раціоналізація і гіперкомпенсація [5].

**Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми.** Підсумовуючи наведене вище, не можна не констатувати той факт, що особливості змін з боку таких показників особливостей особистості, як характеристики показників механізмів психологічного захисту особистості студентів в умовах використання психогігієнічних компонентів у структурі сучасних здоров'язберігаючих технологій ще ніколи не були предметом окремого дослідження у галузі профілактичної медицини.

**Мета статті.** Головною метою цієї роботи є здійснення всебічної гігієнічної оцінки особливостей змін з боку показників агресивності та механізмів психологічного захисту особистості студентів в умовах використання психогігієнічних компонентів у структурі сучасних здоров'язберігаючих технологій.

**Викладення основного матеріалу.** Дослідження проводились на базі Вінницького національного медичного університету, де під наглядом впродовж навчального року було 260 студентів 3 курсу медичного факультету (80 дівчат і 80 юнаків), які були розподілені на 2 окремі групи спостережень: контрольну групу (КГ) і дослідну групу (ДГ), до складу яких було залучено

відповідно по 40 юнаків та 40 дівчат. Визначення характеристик особистості, що перебували в центрі роботи, проводились на початку (жовтень) та наприкінці (травень) навчального року.

Потрібно відзначити, що на попередніх етапах проведених досліджень на підставі використання методик багатомірної статистичного аналізу було визначено 4 головних детермінанти, а саме: режимно-адаптаційна, психофізіологічна, особистісна, та інтегративно-функціональна детермінанти, що і були покладені в основу розроблення комплексної програми використання психогігієнічних компонентів у структурі здоров'язберігаючих технологій у вищому навчальному закладі. Тому як її основні компоненти і створення, і реалізації слід було відзначити наступні компоненти: режимний компонент, що полягав у забезпечення раціональної організації добової діяльності студентської молоді, за якої тривалість основних режимних компонентів була максимально наближеною до гігієнічно обґрунтованих нормативних положень; психофізіолого-психодіагностичний компонент, що передбачав оцінку рівня сформованості окремих психофізіологічних функцій та особливостей особистості студентів, урахував особливості провідних тенденцій їх розвитку в конкретних умовах організації навчального процесу на різних його етапах, наприклад на початку і наприкінці навчання на конкретному курсу, в університеті загалом, до і після використання спеціально розроблених програм тощо; прикладний компонент, що передбачав безпосереднє застосування комплексу психогігієнічних компонентів у структурі здоров'язберігаючих технологій у вищому навчальному закладі на трьох провідних рівнях: базисному, поглибленому та рекомендаційному.

Отже, в ході вивчення, на підставі використання особистісного опитувальника Плутчика-Келлермана-Конте, змін з боку провідних характеристик механізмів психологічного захисту, що дозволяють здійснити адекватну психогігієнічну інтерпретацію провідних механізмів індивідуального захисту або, як їх ще називають его-захисних механізмів, та побудувати своєрідний індекс життєвого стилю студентської молоді встановлене наступне.

Так, протягом часу спостережень величини показників такого варіанту его-захисту, як механізм витіснення, завдяки якому усі неприйнятні для особистості юнаків та дівчат студентського віку бажання і відчуття стають несвідомими внаслідок їх простого неприйняття, привертали на себе увагу наявністю відмінних у за суттю тенденцій, у юнаків КГ їх значення зростали з  $53,75 \pm 2,90$  до  $58,25 \pm 3,10$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат КГ – з  $41,50 \pm 3,19$  до  $41,75 \pm 2,52$  балів ( $p(t) > 0,05$ ) (табл. 1). Водночас для представників ДГ властивими були тенденції іншого змісту – у юнаків ДГ їх значення зменшувались з  $47,50 \pm 2,99$  до  $44,83 \pm 3,19$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат ДГ – зменшувались в статистично достовірній мірі з  $45,40 \pm 3,00$  до  $43,67 \pm 2,64$  балів ( $p(t) < 0,05$ ). Проте наприкінці часу досліджень статистично-значущі міжгрупові відмінності реєструвались тільки серед юнаків ( $p(t)_{\text{кг-дг}} < 0,01$ ).

Аналізуючи особливості змін з боку показників, що відображували такий варіант его-захисту,

яким є механізм регресії, тобто форму захисної реакції, за якої особистість в умовах дії факторів стресового характеру, як правило, замінює вирішення складних завдань на розв'язання відносно

простих і доступних, слід було відзначити, що у юнаків КГ їх величини достовірно збільшувались з  $41,02 \pm 2,31$  до  $51,98 \pm 3,10$  балів ( $p(t) < 0,01$ ), у дівчат КГ – збільшувались, проте в меншій мірі, а

Таблиця 1

**Показники механізмів психологічного захисту студентів за даними особистісного опитувальника Плутчика-Келлермана-Конте, бали ( $M \pm m$ ; n; p)**

Шкали еґо-захисних механізмів	Час досліджень	Групи студентів				$p(t)_{кг-лг}$
		Контрольна група		Дослідна група		
		n	$M \pm m$	n	$M \pm m$	
Юнаки						
Шкала витіснення	початок	40	$53,75 \pm 2,90$	40	$47,50 \pm 2,99$	$> 0,05$
	кінець	40	$58,25 \pm 3,10$	40	$44,83 \pm 3,19$	$< 0,01$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала регресії	початок	40	$41,02 \pm 2,31$	40	$46,30 \pm 2,69$	$> 0,05$
	кінець	40	$51,98 \pm 3,10$	40	$36,51 \pm 3,16$	$< 0,001$
	$p(t)_{п-к}$	$< 0,01$		$< 0,05$		
Шкала заміщення	початок	40	$33,50 \pm 3,64$	40	$42,12 \pm 3,60$	$> 0,05$
	кінець	40	$39,50 \pm 3,93$	40	$27,97 \pm 3,37$	$< 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$< 0,01$		
Шкала заперечення	початок	40	$54,99 \pm 3,07$	40	$52,10 \pm 2,75$	$> 0,05$
	кінець	40	$50,45 \pm 2,68$	40	$53,67 \pm 2,50$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала проєкції	початок	40	$60,40 \pm 2,38$	40	$60,61 \pm 2,68$	$> 0,05$
	кінець	40	$61,03 \pm 3,21$	40	$60,94 \pm 3,40$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала компенсації	початок	40	$52,50 \pm 2,81$	40	$50,25 \pm 2,87$	$> 0,05$
	кінець	40	$59,75 \pm 3,25$	40	$54,33 \pm 3,63$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала гіперкомпенсації	початок	40	$41,75 \pm 3,83$	40	$43,00 \pm 3,30$	$> 0,05$
	кінець	40	$45,00 \pm 3,50$	40	$38,50 \pm 3,50$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала раціоналізації	початок	40	$59,36 \pm 2,63$	40	$57,91 \pm 2,37$	$> 0,05$
	кінець	40	$60,81 \pm 2,07$	40	$62,89 \pm 2,82$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Дівчата						
Шкала витіснення	початок	40	$41,50 \pm 3,19$	40	$45,40 \pm 3,00$	$> 0,05$
	кінець	40	$41,75 \pm 2,52$	40	$43,67 \pm 2,64$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала регресії	початок	40	$43,94 \pm 2,23$	40	$44,29 \pm 2,62$	$> 0,05$
	кінець	40	$46,83 \pm 2,95$	40	$39,79 \pm 2,72$	$< 0,01$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$< 0,05$		
Шкала заміщення	початок	40	$32,25 \pm 2,29$	40	$31,77 \pm 3,30$	$> 0,05$
	кінець	40	$43,00 \pm 3,63$	40	$29,33 \pm 3,04$	$< 0,01$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала заперечення	початок	40	$53,04 \pm 3,23$	40	$52,25 \pm 2,15$	$> 0,05$
	кінець	40	$53,86 \pm 3,35$	40	$59,19 \pm 2,70$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$< 0,05$		
Шкала проєкції	початок	40	$61,85 \pm 2,63$	30	$71,02 \pm 2,58$	$< 0,05$
	кінець	40	$61,85 \pm 3,37$	30	$61,71 \pm 2,47$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала компенсації	початок	40	$53,25 \pm 3,00$	40	$58,50 \pm 2,89$	$> 0,05$
	кінець	40	$53,50 \pm 3,04$	40	$57,66 \pm 3,21$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала гіперкомпенсації	початок	40	$45,00 \pm 3,32$	40	$48,00 \pm 2,95$	$> 0,05$
	кінець	40	$50,25 \pm 3,09$	40	$44,87 \pm 2,87$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		
Шкала раціоналізації	початок	40	$57,88 \pm 2,92$	40	$62,70 \pm 2,70$	$> 0,05$
	кінець	40	$58,94 \pm 2,78$	40	$62,49 \pm 1,90$	$> 0,05$
	$p(t)_{п-к}$	$> 0,05$		$> 0,05$		

саме: з  $43,94 \pm 2,23$  до  $46,83 \pm 2,95$  балів ( $p(t) < 0,05$ ), у юнаків ДГ значення показників, котрі визначались, статистично значуще зменшувались з  $46,30 \pm 2,69$  до  $36,51 \pm 3,16$  балів ( $p(t) < 0,05$ ), у дівчат ДГ – також зменшувались в статистично достовірній мірі, а саме з  $44,29 \pm 2,62$  до  $39,79 \pm 2,72$  балів ( $p(t) < 0,05$ ). Статистично-значущі міжгрупові відмінностей реєструвались наприкінці часу спостережень і серед юнаків ( $p(t)_{\text{кг-дг}} < 0,001$ ) і серед дівчат ( $p(t)_{\text{кг-дг}} < 0,01$ ).

Дані, отримані під час вивчення показників такого варіанту его-захисту, як механізм заміщення, для якого характерним слід вважати здійснення «розрядки» емоцій пригніченого змісту (ворожість, гнів тощо) шляхом їх спрямування на вторинні об'єкти, що становлять значно меншу небезпеку в порівнянні з первинними, визначали, що у юнаків КГ їх величини збільшувались з  $33,50 \pm 3,64$  до  $39,50 \pm 3,93$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат КГ – з  $32,25 \pm 2,29$  до  $43,00 \pm 3,63$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), натомість, у юнаків ДГ – достовірно зменшувались з  $42,12 \pm 3,60$  до  $27,97 \pm 3,37$  балів ( $p(t) < 0,01$ ), у дівчат ДГ – з  $31,77 \pm 3,30$  до  $29,33 \pm 3,04$  балів ( $p(t) > 0,05$ ) відповідно. Як і в попередньому випадку статистично-значущі міжгрупові відмінності реєструвались наприкінці часу спостережень і серед юнаків ( $p(t)_{\text{кг-дг}} < 0,05$ ) і серед дівчат ( $p(t)_{\text{кг-дг}} < 0,01$ ).

В ході визначення такого варіанту его-захисту, як механізм заперечення, що проявляється у спростуванні тих проявів зовнішньої реальності, які сприймаються оточуючими, проте не сприймаються і не визнаються особисто досліджуваними особами, встановлено, що їх величини у юнаків КГ зменшувались з  $54,99 \pm 3,07$  до  $50,45 \pm 2,68$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат КГ, навпроти, зростали з  $32,25 \pm 2,29$  до  $43,00 \pm 3,63$  балів ( $p(t) > 0,05$ ). Разом з тим у ДГ реєструвались надзвичайно стабільні результати щодо визначення досліджуваних показників – у юнаків ДГ їх значення коливались в межах від  $52,10 \pm 2,75$  до  $53,67 \pm 2,50$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат ДГ – в межах від  $31,77 \pm 3,30$  до  $29,33 \pm 3,04$  балів ( $p(t) > 0,05$ ) відповідно. Статистично-значущі міжгрупові відмінності наприкінці часу досліджень реєструвались тільки серед дівчат ( $p(t)_{\text{кг-дг}} < 0,01$ ).

Впродовж часу спостережень показники проявів такого варіанту его-захисту, як механізм проекції, на підставі якого неусвідомлювані для особистості студентів відчуття і думки, що мають безпосереднє місце, приписуються іншим людям і, отже, стають «вторинними», у юнаків КГ, дівчат КГ і юнаків ДГ були надзвичайно стабільними, коливаючись у межах від  $60,40 \pm 2,38$  до  $61,03 \pm 3,21$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), від  $61,85 \pm 2,63$  до  $61,85 \pm 3,37$  балів ( $p(t) > 0,05$ ) та від  $60,61 \pm 2,68$  до  $60,94 \pm 3,40$  балів ( $p(t) > 0,05$ ) відповідно. Разом з тим у дівчат ДГ спостерігалось їх достатньо виражене зменшення з  $71,02 \pm 2,58$  до  $61,71 \pm 2,47$  балів ( $p(t) > 0,05$ ). Не можна було не звернути увагу і на той факт, що саме під час визначення досліджуваних характеристик за механізмом проекції реєструвались найбільш високі величини у структурі різних варіантів его-захисту. Проте статистично-значущі міжгрупові відмінності наприкінці часу досліджень реєструвались тільки серед дівчат на початку часу досліджень ( $p(t)_{\text{кг-дг}} < 0,05$ ).

Не можна було не відзначити і той факт, що жодних достовірних впродовж періоду спостережень зрушень не спостерігалось під час визначення особливостей ступеня вираження інших механізмів психологічного захисту студентів груп порівняння, які вивчались. Так, у випадку визначення показників такого варіанту его-захисту, як механізм компенсації, головною ознакою якого є спроби відшукати відповідну заміну реального або уявного недоліку шляхом «привласнення» поведінкових характеристик іншої людини, встановлено, що їх величини у юнаків КГ збільшувались з  $52,50 \pm 2,81$  до  $59,75 \pm 3,25$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат КГ – з  $53,25 \pm 3,00$  до  $53,50 \pm 3,04$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у юнаків ДГ – з  $50,25 \pm 2,87$  до  $54,33 \pm 3,63$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат ДГ – з  $58,50 \pm 2,89$  до  $57,66 \pm 3,21$  балів ( $p(t) > 0,05$ ) відповідно. Яких-небудь суттєвих міжгрупових відмінностей не спостерігалось ( $p(t)_{\text{кг-дг}} > 0,05$ ).

Під час визначення особливостей змін з боку корелят такого варіанту его-захисту, як механізм гіперкомпенсації, що надає можливість запобігти вираженню неприємних для людини почуттів шляхом перебільшеного розвитку абсолютно протилежних прагнень, встановлено, що їх значення серед представників КГ збільшувались: у юнаків КГ – з  $41,75 \pm 3,83$  до  $45,00 \pm 3,50$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат КГ – з  $45,00 \pm 3,32$  до  $50,25 \pm 3,09$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), в той же час, серед представників ДГ, навпроти, зменшувались: у юнаків ДГ – з  $43,00 \pm 3,30$  до  $38,50 \pm 3,50$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат ДГ – з  $48,00 \pm 2,95$  до  $44,87 \pm 2,87$  балів ( $p(t) > 0,05$ ) відповідно. Достовірних міжгрупових відмінностей не реєструвалось ( $p(t)_{\text{кг-дг}} > 0,05$ ).

Зрештою, найстабільнішими слід було вважати показники з боку такого варіанту его-захисту, як механізм раціоналізації, що визначає явище сублімації як важливий спосіб подолання конфліктних ситуацій, їх величини у юнаків КГ коливались в межах від  $59,36 \pm 2,63$  до  $60,81 \pm 2,07$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат КГ – в межах від  $57,88 \pm 2,92$  до  $58,94 \pm 2,78$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у юнаків ДГ – в межах від  $57,91 \pm 2,37$  до  $62,89 \pm 2,82$  балів ( $p(t) > 0,05$ ), у дівчат ДГ – в межах від  $62,70 \pm 2,70$  до  $62,49 \pm 1,90$  балів ( $p(t) > 0,05$ ) відповідно. Суттєвих міжгрупових відмінностей, як і в цілому ряді попередніх випадках, не спостерігалось ( $p(t)_{\text{кг-дг}} > 0,05$ ).

**Висновки і пропозиції.** Дані проведених досліджень переконливо засвідчують, що в умовах використання програми психогігієнічних компонентів у структурі здоров'язберігаючих технологій реєструвались найкращі, виходячи із адаптаційної точки зору, показники, насамперед з боку провідних характеристик механізмів психологічного захисту.

Насамперед, слід відзначити той факт, що в преформованих завдяки використанню програми психогігієнічних компонентів у структурі здоров'язберігаючих технологій серед юнаків реєструвалось виражене зменшення ступеня напруження таких механізмів психологічного захисту, як витіснення, регресія, заміщення, гіперкомпенсація, причому у випадку визначення особливостей таких варіантів его-захисту, як регресія і заміщення спостерігалось статистично-значуще зменшення їх критеріальних величин ( $p(t) < 0,05-0,01$ ), серед дівчат – виражене змен-

шення ступеня напруження таких механізмів психологічного захисту, як витіснення, регресія, заміщення, заперечення, проєкція, гіперкомпенсація, причому у випадку визначення особливостей таких варіантів еґо-захисту, як регресія і заперечення спостерігалось статистично-значуще зменшення його критеріальних величин ( $p(t) < 0,05$ ). Наприкінці періоду досліджень реєструвались міжгрупові статистично-значущі відмінності у разі визначення таких механізмів психологічного захисту, як механізми витіснення, регресії і заміщення у юнаків ( $p(t)_{\text{кт-дг}} < 0,05-0,001$ ) та механізми регресії і заміщення у дівчат ( $p(t)_{\text{кт-дг}} < 0,01$ ).

Не можна було не звернути увагу на певні структурні відмінності з боку провідних варіантів еґо-захисту серед представників груп порівняння. В природних умовах перебування у вищому навчальному закладі наприкінці часу спостережень провідні механізми психологічного захисту у порядку спадання слід було розташувати та-

ким чином: проєкція (1 місце) – раціоналізація (2 місце) – заперечення (3 місце) – компенсація (4 місце) – гіперкомпенсація (5 місце) – регресія (6 місце) – заміщення (7 місце) – витіснення (8 місце), в умовах використання психогігієнічних компонентів у структурі здоров'язберігаючих технологій – таким чином: раціоналізація (1 місце) – проєкція (2 місце) – заперечення (3 місце) – компенсація (4 місце) – гіперкомпенсація (5 місце) – витіснення (6 місце) – регресія (7 місце) – заміщення (8 місце). Ураховуючи той факт, що, за даними цілого ряду наукових досліджень [7.], найбільш конструктивними механізмами психологічного захисту, з позицій зменшення ступеня ризику загострення різноманітних конфліктних ситуацій, є компенсація і раціоналізація, найбільш деструктивними – проєкція і витіснення, значно більш позитивним слід було визнати профіль механізмів психологічного захисту, властивий для представників ДГ.

### Список літератури:

1. Гребняк Н. П., Гребняк В. П., Машинистов В. В. Здоровье и образ жизни студентов / Н. П. Гребняк // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2007. – № 4. – С. 33-37.
2. Зайцев А. Г. Формирование здорового образа жизни молодого поколения / А. Г. Зайцев // Гигиена и санитария. – 2004. – № 1. – С. 54-55.
3. Зорина И. Г. Состояние здоровья учащихся на современном этапе при разных формах обучения // Современный подросток. – М., 2001. – С. 140-141.
4. Ивахненко Г. А. Здоровьесберегающие технологии в системе вузовского образования: социологический анализ // Социология медицины – 2010 – № 1 (16) – С. 300-33.
5. Ефименко С. А. Влияние образа жизни на здоровье / С. А. Ефименко // Проблемы соц. гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2007. – № 1. – С. 8-11.
6. Плотников В. В., Вязовец Н. В. Психофизиологические аспекты вузовского обучения. – М.: НИИВШ, 1986. – 40 с.
7. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., Изд-во Института Психотерапии. – 2002. – С. 444-452.
8. Хисамов Э. Н., Мусалимова Р. С. Некоторые аспекты образа жизни и состояния здоровья студентов по материалам самооценки / Гигиена и санитария. – № 4. – 2004. – С. 53-55.
9. Швидкий О. В. Особенности образа жизни и его значение в формировании здоровья студентов. Мед.-соц. Пробл. семьи, № 7, 2002 – С. 41-45.

**Стоян Н.В.**

Винницький національний медичинський університет імені Н.І. Пирогова

## **ОСОБЕННОСТИ ИЗМЕНЕНИЙ СО СТОРОНЫ ПОКАЗАТЕЛЕЙ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПСИХОГИГИЕНИЧЕСКИХ КОМПОНЕНТОВ В СТРУКТУРЕ СОВРЕМЕННЫХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ**

### **Аннотация**

В ходе проведенных исследований проведена всесторонняя гигиеническая оценка особенностей изменений со стороны показателей механизмов психологической защиты личности студентов в условиях использования психогигиенических компонентов в структуре современных здоровьесберегающих технологий. Полученные результаты убедительно свидетельствуют, что именно использование предложенной программы обеспечивало появление целого ряда благоприятных, исходя из адаптационной точки зрения, изменений показатели со стороны ведущих характеристик механизмов психологической защиты. Так, в условиях использования разработанного подхода среди юношей регистрировалось выраженное уменьшение степени напряжения таких механизмов психологической защиты, как вытеснение, регрессия, замещение, гиперкомпенсация, причем в случае определения особенностей таких вариантов его-защиты, как регрессия и замещение наблюдалось статистически значимое уменьшение его критериальных величин ( $p(t) < 0,05-0,01$ ). В тоже время среди девушек регистрировалось выраженное уменьшение степени напряжения таких механизмов психологической защиты, как вытеснение, регрессия, замещение, отрицание, проекция, гиперкомпенсация, причем в случае определения особенностей таких вариантов его-защиты, как регрессия и возражения наблюдалось статистически значимое уменьшение его критериальных величин ( $p(t) < 0,05$ ). В конце периода исследований регистрировались межгрупповые статистически значимые различия в ходе определения таких механизмов психологической защиты, как механизмы вытеснения, регрессии и замещения у юношей ( $p(t)_{кг-др} < 0,05-0,001$ ) и механизмы регрессии и замещения у девушек ( $p(t)_{кг-др} < 0,01$ ).

**Ключевые слова:** студенты, личность, механизмы психологической защиты, психогигиенические компоненты, здоровьесберегающие технологии.

**Stoyan N.V.**

Vinnytsya National Pirogov Memorial Medical University

## **FEATURES CHANGES BY PARAMETERS PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS STUDENT'S PERSONALITY IN THE USE PSYCHOHYGIENIC COMPONENTS IN THE STRUCTURE OF MODERN HEALTH PROMOTION TECHNOLOGIES**

### **Summary**

In the course of the research carried out comprehensive hygienic assessment features changes in the indices of psychological defense mechanisms of the individual students in the use psychohygienic components in the structure of healthy modern technologies. The results clearly show that the use of the proposed program ensures the emergence of a number of positive, based on the adaptive perspective, changes in the leading characteristics of psychological defense mechanisms. Thus, in the use of the developed approach among boys recorded a pronounced decrease in the degree of intensity of psychological defense mechanisms as repression, regression, replacement overcompensation of consideration, and in the case of determining the characteristics of such options ego-protection as regression and substitution observed statistically significant reduction their criterion values ( $p(t) < 0,05-0,01$ ). Meanwhile among the women registered a pronounced decrease of the degree of tension of such psychological defense mechanisms as repression, regression, displacement, denial, projection, overcompensation, and in the case of determining characteristics of such options ego-protection, as regression and denial, there was a statistically significant decrease of their criterion values ( $p(t) < 0,05$ ). At the end of research period registered intergroup statistically-significant differences in the case definition of mechanisms and psychological security mechanisms as repression, regression and substitution in boys ( $p(t)_{cg-eg} < 0,05-0,001$ ) and mechanisms of regression and replacement girls ( $p(t)_{cg-eg} < 0,01$ ).

**Keywords:** students, personality, psychological defense mechanisms, psychohygienic components, health promotion technology.