

Отрицание – это отказ признать, что какая-то ситуация или какие-либо действия, события имеют место. Защита проявляется в игнорировании потенциально тревожной информации, уклонении от нее. Это как бы барьер, не допускающий нежелательную информацию, которая при этом необратимо теряется для человека и впоследствии не может быть восстановлена и не может дойти до сознания.

Отрицание может позволить человеку с опережением отгородиться от травмирующих событий. **У многих детей это проявляется в избегании соревнований или в отказе от занятий, в которых он не силен, особенно по сравнению с другими детьми.**

Многие дети, например, прежде чем начать смотреть фильм или читать новую книжку, задают вопрос: «А какой там конец, хороший или плохой?». Если конец плохой, то телевизор немедленно переключается на другую программу, а книжка помещается обратно на полку. Избегаются все темы, ситуации, люди, подозреваемые в провоцировании у себя нежелательных эмоций. Или, например, в случае гибели любимой собаки ребенок делает вид, будто она все еще живет в доме. Малыш каждое утро наливает молоко в миску собаки и ставит на ее подстилку.

Подавление . При подавлении защита проявляется в забывании, блокировании неприятной, нежелательной информации либо при ее переводе из восприятия в память, либо при выводе из памяти в сознание. Информация в этом случае уже является содержанием психики, так как была воспринята и пережита.

Например, при разговоре с психологом у мальчика выявлено подавленное травмирующее переживание, связанное с тем, что ребенок не может удовлетворить очень важную для его возраста потребность – иметь собаку. Защитный барьер подавления - «о собаке лучше не говорить, ведь мама будет ругаться» - позволяет частично справиться с неприятным переживанием.

Вытеснение – форма переживания, отсутствующего в сознании; крайняя форма отрицания. В отличие от подавления, вытеснение связано не с исключением из сознания информации о случившемся в целом, а только с забыванием истинного, но неприемлемого для человека мотива поступка. Мотив – побуждение к конкретной деятельности. Таким образом, забывается не само событие, действие, переживание, ситуация, а только его причина. Забыв истинный мотив, человек заменяет его на ложный, скрывая настоящий и от себя, и от окружающих. Вытеснение считается самым эффективным защитным механизмом.

Для детей типичным является вытеснение страха смерти. В этом случае сохраняется осознание того, что он боится, что страх – есть. В то же время настоящая причина страха маскируется. Например, вместо страха смерти появляется страх «медведя» или «волка», которые могут «напасть и голову откусить». По мнению З.Фрейда, причиной вытеснения является стремление избежать неудовольствия, вызванного данным воспоминанием.

Вытеснение может осуществляться не только полностью, но и частично. При неполном вытеснении остается невытесненным, сохраненным, отношение человека к истинному мотиву как причине переживания. Это отношение существует в сознании в замаскированном виде как чувство немотивированной тревоги, сопровождающейся иногда соматическими явлениями. Например, у ученика, относящегося с отвращением к урокам игры на фортепьяно, могут появиться судороги или спазмы в руках.

Проекция – механизм психологической защиты, связанный с бессознательным переносом собственных неприемлемых чувств, желаний и стремлений на другое лицо. В его основе лежит неосознаваемое отвержение своих переживаний, сомнений, установок и приписывание их другим людям с целью перекладывания ответственности за то, что происходит внутри человека, на окружающий мир. Так, недолюбливая кого-то и желая кому-то зла, человек с помощью механизма проекции начинает искренне думать, что именно тот замышляет против него что-то недоброе.

проекция – приписывание другим людям того, в чем человек не расположен себе сознаться. Это неявное уподобление окружающих людей себе, своему внутреннему миру. Обнаруживаясь в раннем детстве, проекция часто выступает как подсознательный механизм защиты и у взрослых. Например, ребенок, который ленится, систематически не учит уроки и получает двойку за двойкой, утверждает, что учительница к нему придирается, а родители не помогают готовить домашние задания. Драчун уверяет, что его толкнули, и лишь поэтому он был вынужден ввязаться в драку. Девочка, страстно желающая быть в центре внимания и завоевать симпатию всех одноклассников, может внезапно охладеть к своей близкой подруге, считая, что та «специально» переключает внимание мальчиков на себя. Другой пример проекции: девочка четырех лет злиться на своего отца, которого она редко видит (родители в разводе). Но когда отец приходит с ней поиграть, она может неожиданно обрушиться со словами: «Ты плохой, ты злой!». Таким образом, произошла проекция эмоционального состояния ребенка на отца: девочка бессознательно «приписала» ему свою злость.

Идентификация – разновидность проекции, связанная с неосознаваемым отождествлением себя с другим человеком, переносом на себя чувств и качеств желаемых, но недоступных.

Например, мальчик при ответе на вопрос «Если бы у тебя была волшебная палочка, то...», выбрал игрушку - трансформер. Таким образом, выбирая трансформер, мальчик, испытывающий неосознанную тревогу из-за своей слабости, выделяет самое главное в этих моделях – силу.

Обычно идентификация проявляется в детских ролевых играх. Дети играют в дочки – матери, в детский сад, магазин, школу, в «войнушку», в трансформеров и т.д., последовательно разыгрывают роли и совершают разнообразные действия: наказывают кукол-детей, лечат друг друга, прячутся от врагов, защищают слабых. Являясь одним из механизмов самопознания,

идентификация увеличивает способность ребенка испытывать чувства удовольствия, единства и гармонии путем сопричастности к кому-то. Дети идентифицируются с теми, кого больше любят, кого выше ценят.

Регрессия – это защита за счет возвращения чувств и действий к той стадии психического развития личности, в которой эти действия были успешными, а чувства переживались как удовольствия. Например, ситуация, когда в семье, где родился еще один ребенок, старший начинает капризничать и дурачиться как маленький, подсознательно полагая, что за это любят малыша взрослые, и пытаюсь тем же способом добиться того же результата. Суть взаимодействия сводится к проблеме: каким быть, чтобы они меня любили? Опасение, что не удастся реализовать родительские ожидания, приводит к напряжению, превращаемся в мечты о необыкновенных успехах, которых в действительности достичь невозможно, или нередко приводит к уходу ребенка в болезнь.

Анализ показал, что дети используют одновременно несколько видов психологической защиты. Уход и отрицание, регрессия, вытеснение и идентификация характерны уже для младших школьников. Одни защитные механизмы дети осваивают сами, другие – наблюдая за поведением взрослых. Следовательно, индивидуальный набор защитных механизмов зависит от конкретных жизненных обстоятельств, с которыми сталкивается ребенок в семье и детском саду, от образцов защитного поведения взрослых.

На базе постоянного использования психологических защит в детстве у человека формируются определенные черты характера (регрессия – наивность и непоследовательность, замещение – агрессивность, отрицание – доверчивость, вытеснение – неуверенность, проекция – подозрительность, компенсация – рациональность, любознательность).

Рассмотрим еще несколько способов защиты детей:

Уход в болезнь

Многие дети, которым не хватает внимания родителей, испытывают проблемы со здоровьем, наиболее частыми заболеваниями из которых являются:

Ребенок, пребывающий в атмосфере постоянных требований со стороны родителей, испытывает неосознанные душевные страдания. Спасаясь от этого, он вдруг заболевает. И тут с его окружением происходят удивительные метаморфозы! То, чего ему так не хватало, воздается в полной мере. Родители проявляют **заботу, ласку, беспокойство**, а главное — непрерывный поток требований: *«Так не делай, это нельзя»* — резко ослабевают. Таким образом, ребенок во время болезни обладает явным преимуществом по сравнению с тем временем, когда он был здоров. Во-первых, все его неудачи находят оправдания, и у него есть право избегать проблем. Во-вторых, ребенок получает контроль над взрослыми, он ими управляет, переключая все свои

обязанности на их плечи. В-третьих, помимо сочувствия со стороны родителей, он может в любой мелочи рассчитывать на их помощь.

Такой тип поведения постепенно может закрепиться. Будучи уже взрослым, человек, сталкиваясь с различными трудностями или попадая в стрессовую ситуацию, будет болеть, уходя таким способом от окружающей действительности. Следовательно, он постарается снять с себя ответственность при решении жизненных задач и прикрыть болезнью собственную несостоятельность.

Лень

Нередко родители жалуются на лень своих детей, даже не догадываясь, что лень — одна из форм психологической защиты, которая позволяет ребенку скрыть от окружающих недостаток веры в себя. Непонимание этого лишь усиливает давление на ребенка со стороны родителей. А ведь именно они в первую очередь виноваты в его лени. Попытки ребенка проявить самостоятельность нередко пресекались, ведь он мог разбить, сломать, испортить, словом, сделать что-то не так. Взрослые постоянно предостерегали его от самостоятельных поступков и ежеминутно поправляли. У ребенка день и так состоял из кучи **запретов**, а если он при этом еще и слышал постоянно, что все делает **не так**, это вполне могло привести к развитию комплекса неполноценности, что в конечном итоге спровоцировало лень и безразличие.

Для ребенка в такой ситуации лучше быть ленивым, чем бестолковым, тем более что родители сами оправдывали все его неудачи, его безынициативность и несамостоятельность фразой типа: *«Ребенок умный, у него есть способности, но он очень ленивый»*. Таким образом, лень является извинением всех его ошибок.

Ложь, лживость

Это способ компенсации своей недостаточности. Если ребенок часто врет, значит, кто-то из родителей очень суров по отношению к нему. Скорее всего естественное повеление ребенка подвергалось критике и осуждалось, иногда даже наказывалось. Ребенок, травмированный таким отношением, осознает, что говорить правду и делать то, что свойственно ему как личности, небезопасно, поэтому он предпочитает лгать.

Жестокость

Часто избалованный ребенок не может приспособиться к реальности, какая она есть, и ожесточается против всего света. К жестокости как защитному механизму прибегают не только избалованные, но и отверженные, брошенные дети. По большому счету, слабость и неуверенность в себе порождают жестокость по отношению к другим.