

**Защитный механизм** - это обходной путь, чтобы скрыть или ослабить тревогу, снять эмоциональное напряжение, уменьшить психологический дискомфорт. Эта защита возникает автоматически при восприятии опасности. Психологические защиты у детей начинают формироваться в возрасте 1-2 лет, до этого момента существуют лишь предзащитные механизмы. Формирование защитных механизмов можно связать с преодолением примитивного страха, который сопровождает ребенка в его развитии.



Становление защитных механизмов большинство исследователей связывает с удовлетворением либо неудовлетворением базовых психологических потребностей ребенка, самой ранней из которых является **потребность в безопасности**. Первоначально детская система защиты проявляется на уровне двигательных и поведенческих реакций, которые легко наблюдать. Позднее формируются защитные механизмы, в реализации которых в первую очередь принимают участие психические процессы. Защитные механизмы позволяют ребенку адаптироваться к среде за счет внутренних

изменений – трансформации внутренней картины мира и образа самого себя. Побудителем формирования защитных механизмов у детей выступают возникающие многообразные типы тревоги. Сюда относятся:

- реакции беспокойства на физический дискомфорт,
- страх разлуки и самостоятельности (одиночества, темноты, замкнутых пространств),
- страх смерти (нападения, заболевания, смерти родителей, сказочных персонажей, стихии и пр.),
- страх подчинения (быть наказанным, быть пристыженным, утратить расположение), страх изменения.

На каждом возрастном этапе – свои страхи, и каждый из них может быть как полезным для дальнейшего развития ребенка, так и вредным.

**Психологическая защита у детей может проявляться через:**

✓ Уход в болезнь. Многие дети, которым не хватает внимания родителей, испытывают проблемы со здоровьем, наиболее частыми заболеваниями из которых являются энурез, головные боли, астма, желудочные боли и др. Ребенок, пребывающий в атмосфере постоянных требований со стороны родителей, испытывает неосознанные душевные страдания. Спасаясь от этого, он заболевает. И тут то, чего ему так не хватало, воздается в полной мере. Родители проявляют заботу, ласку,

беспокойство, а главное - непрерывный поток требований резко ослабевает. Таким образом, ребенок во время болезни обладает явным преимуществом по сравнению с тем временем, когда он был здоров.

✓ Слезы и жалобы. Здесь уже идет речь не об уходе в болезнь, а уходе в слабость. Такой ребенок не пытается достичь успеха, а старается избежать поражения. Для оправдания своей безынициативности он постоянно на все жалуется. Для такого ребенка все вокруг плохое, а он один хороший.

✓ 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. Взрослые постоянно предостерегали его от самостоятельных поступков и ежеминутно поправляли. 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 поведение 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.

✓ Комплекс превосходства. Если мы видим человека с явным проявлением высокомерия, то с полной уверенностью можно сказать, что он пытается скрыть чувство своей несостоятельности. За видимой маской превосходства чаще всего прячется маленький ребенок, который не получил уважения и признания в собственной семье.

✓ Бегство в «другой мир». Это, пожалуй, самый распространенный способ уравнивания. В этом случае проявляются сразу две формы бегства: фантазия «уход в мечту» или уход в

«себя». В первом случае ребенок, становясь взрослым, не умеет разграничить реальное и воображаемое. Вместо того чтобы добиваться желаемой цели своими силами, такой человек представляет, что уже достиг всего, и упивается своими воображаемыми успехами. Во втором случае человек не витает в облаках, а «копается в себе». С одной стороны, такое сосредоточение на себе позволяет разобраться в причинах неудач и ошибок, а с другой — дает возможность избежать общения с другими. Такой уход от действительности чреват негативными последствиями, такими как алкоголизм, наркомания и даже суицид. Во избежание такой формы ухода следует научить ребенка доверять окружающим, не бояться привязываться к другим людям, воспитать уверенность в собственных силах.

#### **Вред психологических защит:**

- не меняют порядок вещей, а лишь на некоторое время избавляют от тревоги и неудобств;
- искажают реальность, не дают нормально ее оценить;
- вытесняют из сознания факты, события. Это временно успокаивает, но страх остается загнанным внутрь подсознания.

**Национальный центр усыновления  
Министерства образования  
Республики Беларусь**

## **Психологическая защита у детей**



**У человека с открытой душой  
и лицо открытое**

Фридрих Шиллер

г. Минск ул. Платонова, 22, 11 этаж  
тел. 395 56 19