

Психологическая защита личности



План:

1. Определение явления психологической защиты личности.
2. Виды механизмов защиты личности.
3. Воздействие психологической защиты на организм.

Психологическая защита –
это совокупность механизмов,
предохраняющих сознание человека
от отрицательных эмоциональных
переживаний, помогающих
сохранению психологического
равновесия, стабильности



Механизмы

психологической защиты:

- Вытеснение
- Проекция
- Замещение
- Идентификация
- Отрицание
- Отчуждение и др.

Вытеснение –

это защитный механизм,
направленный на уменьшение
отрицательных переживаний
за счёт удаления из сознания
того, что эти переживания
вызывает.

Проекция –

форма психологической защиты,
при которой неосознаваемые
личностные качества,
потребности, влечения
переносятся на другие объекты.

Замещение –


это форма психологической защиты, при которой негативная эмоциональная реакция направлена не на ситуацию, вызвавшую психическую травму, а на объект, не имеющий к психотравме отношения.

Идентификация —

бессознательный перенос на себя
чувств и качеств, присущих
другому человеку и недоступных,
но желательных для себя.

Отрицание –

это стремление избежать новой информации, не совместимой со сложившимися представлениями о себе.



Отчуждение —
обособление внутри сознания
травмирующих человека
факторов.

Психологическая защита



- Сохраняет внутренний комфорт
- Снижает действие социального контроля

- Является самообманом

Давайте обсудим

- Как может человек справиться с психологическими защитами?
- Существует ли профилактика?



Вопросы для контроля:

- Что такое психологическая защита личности?
- Какие существуют механизмы защиты?
- Полезны или вредны механизмы психологической защиты?

Домашнее задание:

- Найти и записать определения остальных существующих механизмов защиты.
- Придумать примеры.