

Человеческое поведение детерминировано,  
обусловлено.  
За проявлением «случайного» - стратегия поиска  
социально приемлемого варианта

## Неслучайными являются:

оговорки

опоздания

забывани  
е

потери

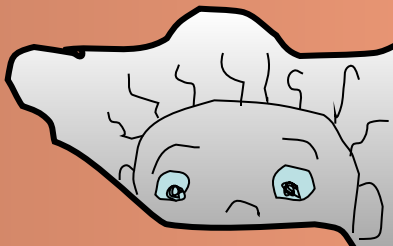
непроиз-  
вольные  
жесты

## Стратегии психологической защиты

Избегание неприятных мыслей о возникшей проблеме

Устранение чувства тревоги,  
связанного с осознанием внутреннего конфликта

и др.



## Психологические защиты (эго-защиты)



**Эго-защита** – система регуляции личности, направленная на устранение чувства тревоги, связанного с осознанием конфликта или беспокоящей личность проблемы

**Цель эго-защиты** – «ограждение» сферы сознания от негативных, травмирующих личность переживаний

### Следствия эго-защит:

негативизм  
как черта  
личности

ложная,  
замещающая  
деятельность

искажение  
межличностных  
отношений

# Эго-защиты

**Реактивное**

**Подавление** – удаление

**Отрицание** - попытка игнорировать событие, которое беспокоит личность

**образование**- подмена поведения или чувства противоположным реальному

чего-то из сознания и удержание на расстоянии от него

**Рационализация** – искажение истины ради сохранения самоуважения

**Идентификация с агрессором** – маскировка страха или робости под маской манеры поведения «авторитета»

**Регрессия** -

**девальвация** – демонстрация детского преуменьшение значения партнера или поведения обстоятельства вплоть до презрительного отношения

# ЭГО-ЗАЩИТЫ

## **Примитивная идеализация:**

преувеличение силы, ума, престижа другого человека

**Интроекция:** некритичное присваивание оценок и убеждений и установок других людей

## **Проекция:**

бессознательное приписывание другому своих собственных чувств, намерений

## **Перемещение:**

перенос чувств с объекта, который вызвал эти чувства на другой, более безопасный

## **Сублимация:**

перенос чувств с объекта, который вызвал эти чувства, в «мирное русло», к целям самореализации и творчества



**До сессии осталось меньше трех месяцев...**