

УДК 159.9:378

DOI <https://doi.org/10.32782/pub.health.2026.1.18>

**Сергета Ігор Володимирович**,  
доктор медичних наук, професор,  
директор навчально-наукового Інституту громадського здоров'я,  
контролю та профілактики хвороб,  
професор кафедри загальної гігієни та екології  
Вінницького національного медичного університету імені М. І. Пирогова  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4439-3833>

**Хричіков Денис Олександрович**,  
аспірант кафедри загальної гігієни та екології  
Вінницького національного медичного університету імені М. І. Пирогова  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-7799-2177>

## ОСОБЛИВОСТІ ЗМІН ПРОВІДНИХ ПОКАЗНИКІВ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ СУЧАСНИХ СТУДЕНТІВ ПРОТЯГОМ ПЕРІОДУ ПЕРЕБУВАННЯ У МЕДИЧНОМУ ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

**Актуальність.** Аналіз структурних особливостей сучасної системи охорони громадського здоров'я відзначає той незаперечний факт, що саме концепція налагодження адекватного психологічного захисту особистості являє собою одну із ключових концепцій запобіжного змісту і саме механізми психологічного захисту забезпечують захист окремих адаптаційних ресурсів, властивих для кожної людини, та її психічного стану від негативного впливу чинників зовнішнього середовища, а також від наслідків виникнення внутрішніх конфліктів, котрі відбуваються.

**Мета роботи** – встановлення особливостей змін провідних показників механізмів психологічного захисту особистості сучасних студентів протягом навчального циклу перебування у медичному закладі вищої освіти.

**Матеріали та методи.** Дослідження проводились на базі Вінницького національного медичного університету ім. М. І. Пирогова, де під наглядом перебували 90 студентів (45 дівчат і 45 юнаків). Для діагностики особливостей механізмів психологічного захисту застосувався особистісний опитувальник Плутчика-Келлермана-Конте, який дозволяє визначити ступінь розвитку таких провідних їх корелят, як механізми витіснення, регресії, заміщення, заперечення, проєкції, компенсації, гіперкомпенсації та раціоналізації і, на основі отриманих даних, побудувати їх профіль.

**Результати дослідження.** Встановлено, що серед дівчат на початку навчального циклу найбільш суттєвими згідно із ступенем вираження є такі механізми психологічного захисту, як раціоналізація, проєкція, заперечення і витіснення, наприкінці його – такі механізми психологічного захисту, як проєкція, раціоналізація, заперечення і регресія, разом з тим, серед юнаків – на початку навчального циклу найбільш суттєвими згідно із ступенем вираження є такі механізми психологічного захисту, як раціоналізація, проєкція, заперечення і компенсація, наприкінці його – такі механізми психологічного захисту, як раціоналізація, заперечення проєкція і компенсація.

**Висновки.** Ураховуючи те, що найбільш конструктивними механізмами психологічного захисту, які суттєво знижують ступінь ризику виникнення конфліктних ситуацій, прийнято вважати такі їх типи, як компенсація, раціоналізація і гіперкомпенсація та, натомість, найбільш деструктивними – проєкція, витіснення, заперечення і заміщення, слід визнати достатньо високий рівень напруження внутрішніх механізмів психологічного захисту досліджуваних представниць і представників студентської молоді, що обумовлює виникнення явищ викривлення процесів соціального і професійного становлення студентства та визначає як необхідну потребу в розробленні і запровадженні комплексних програм психогігієнічної корекції та психофізіологічної реабілітації дівчат і юнаків, які навчаються.

**Ключові слова:** студенти, заклад вищої освіти, особливості особистості, механізми психологічного захисту, навчання.

**Serheta I. V., Khrychikov D. O. Features of changes in the leading indicators of the mechanisms of psychological protection of the personality trait of modern students during the period of stay in a medical institution of higher education**

**Topicality.** Analysis of the structural features of the modern public health system notes the undeniable fact that it is the concept of establishing adequate psychological protection of the individual that is one of the key concepts of preventive content and it is the mechanisms of psychological protection that provide protection of adaptive resources in each person and their mental state from the negative impact of external environmental factors, as well as from the consequences of internal conflicts.

*The purpose of the work is to establish the features of changes in the leading indicators of psychological protection mechanisms of the individual of modern students during the academic cycle of their stay in a medical institution of higher education.*

*Materials and methods.* The research was conducted on the basis of National Pirogov Memorial Medical University, where 90 students (45 young women and 45 young men) were under supervision. To diagnose the features of psychological defense mechanisms, the Plutchik-Kellerman-Conte personality questionnaire was used, which allowed determining the degree of development of such leading correlates as mechanisms of repression, regression, substitution, denial, projection, compensation, hypercompensation and rationalization and, based on the data obtained, to build their profile.

*Results of the study.* It was established that among young women at the beginning of the educational cycle, the most significant according to the degree of expression are such psychological defense mechanisms as rationalization, projection, denial and repression, at the end of it – such psychological defense mechanisms as projection, rationalization, denial and regression, at the same time, among young men – at the beginning of the educational cycle, the most significant according to the degree of expression are such psychological defense mechanisms as rationalization, projection, denial and compensation, at the end of it – such psychological defense mechanisms as rationalization, denial, projection and compensation.

*Conclusions.* Considering that the most constructive mechanisms of psychological protection, which significantly reduce the risk of conflict situations, are considered to be such types as compensation, rationalization and hypercompensation, and, on the other hand, the most destructive ones are projection, repression, denial and substitution, it should be recognized that the internal mechanisms of psychological protection of the studied representatives of female and male students are quite high in tension, which causes the emergence of phenomena of distortion of the processes of social and professional formation of students and determines the need to develop and implement comprehensive programs of psychohygienic correction and psychophysiological rehabilitation of young women and young men who are studying.

*Key words:* students, higher education institution, personality traits, mechanisms of psychological protection, training, learning.

**Вступ.** Розглядаючи структурні особливості сучасної профілактичної медицини та системи охорони громадського здоров'я загалом, слід відзначити той незаперечний факт, що саме концепція налагодження адекватного психологічного захисту особистості являє собою одну із ключових концепцій запобіжного змісту внаслідок того, що саме механізми психологічного захисту (МПЗ) забезпечують захист окремих рис особистості, властивих для кожної людини та її психічного стану від негативного впливу чинників зовнішнього середовища, а також від наслідків виникнення внутрішніх конфліктів, котрі відбуваються [1; 2; 3; 4].

Дійсно, психологічний захист є надто важливим механізмом захисту психіки від різноманітних стресів, що можуть порушувати її стан і призводити до розвитку цілого ряду психічних розладів як донозологічного характеру, так і нозологічного змісту. Саме тому до головних функцій, які виконують МПЗ особистості слід віднести зниження емоційного напруження, що виникає в результаті дії стресових ситуацій, дозволяючи суттєво зменшити вплив негативних емоцій, які можуть викликати дискомфорт. Ще однією важливою функцією МПЗ, незаперечно, є функція регулювання самооцінки. Так, якщо людина перебуває у складній ситуації, її самооцінка може суттєво знижуватися, призводячи до почуття неприйнятності, провини або, навіть ганьби. Тому саме МПЗ дозволяють людині підвищувати свою самооцінку, захищаючи від впливу негативних емоцій. Зрештою, саме МПЗ забезпечують можливість суттєво підвищити

рівень психічної стійкості особистості, позбутися небезпечних або стресових ситуацій, які виникли в минулому, підтримувати позитивний настрій і стан [4; 5; 6; 7].

Отже, психологічний захист є надто важливим механізмом формування психіки особистості, який допомагає людині почуватися цілком захищеною та забезпечує її стійкість до дії негативних впливів зовнішнього світу. Однак якщо МПЗ є примітивними, використовуються невірно – така ситуація може призвести до розвитку психічних розладів і формування певних проблем із адаптацією до реальності. Таким чином, МПЗ являють собою цілий ряд групи різноманітних процесів, що забезпечують реалізацію різноманітних процесів захисного змісту, таких як, захист від негативу, збереження внутрішнього психологічного гомеостазу, забезпечення стабільності моделі сприйняття навколишнього світу тощо. Тому не можна не відзначити, що проблема психологічного захисту залишається однією із найактуальніших у психологічному забезпеченні різноманітних видів діяльності людини. Причому цілий ряд дослідників відзначають той факт, що проблеми психологічного захисту тісно пов'язані із вирішенням питань соціально-психологічної адаптації особистості та становлять значний інтерес для лікарів різного профілю, медичних психологів та соціальних педагогів. Виявлення особливостей становлення індивідуальних МПЗ дозволяє передбачити можливі проблеми, пов'язані із соціальною адаптацією людини [5; 8; 9; 10; 11].

У цьому контексті слід відзначити, що психологічний захист становить спеціальну систему стабілізації особистості, спрямовану на забезпечення свідомості від неприємних травмуючих переживань, пов'язаних із внутрішніми і зовнішніми конфліктами, станами тривоги та дискомфорту. Для виконання зазначених функцій і реалізуються специфічні МПЗ, а саме: витіснення, заміщення, проєкції, гіперкомпенсації, проєкції, заперечення, компенсації та раціоналізації. Причому в теперішній час більшість дослідників розглядають МПЗ як процеси психічної адаптації особистості за рахунок підсвідомої переробки інформації, котра надходить. У цих процесах беруть участь усі психічні функції, передусім, такі, як сприйняття, пам'ять, увага, уява, мислення, емоції тощо. Захисні механізми автоматично входять у площину складних ситуацій, виступаючи у ролі своєрідних бар'єрів на шляху просування інформації. Внаслідок військових дій тривожна для особистості інформація доволі часто або ігнорується, або змінюється. Тим самим формується специфічний стан свідомості, який дозволяє людині зберегти гармонійність і врівноваженість структури своєї особистості [8; 9; 11; 12].

**Мета та завдання. Метою наукової роботи** є встановлення особливостей змін провідних показників механізмів психологічного захисту особистості сучасних студентів протягом навчального циклу перебування у закладі вищої освіти.

**Завдання дослідження:**

1. Встановити особливості поширення та рівень вираження показників основних механізмів психологічного захисту у дівчат і юнаків в динаміці навчання у медичному закладі освіти, що відображають наявність існуючих внутрішніх або зовнішніх конфліктних ситуацій та потребують урахування.

2. Виявити особливості співвідношення конструктивних і деструктивних механізмів психологічного захисту в структурі особистості сучасних студентів.

3. Визначити ступінь вираження потреби в розробленні та запровадженні програм психогігієнічної корекції та психофізіологічної реабілітації серед дівчат і юнаків, які навчаються у медичному закладі вищої освіти.

**Методи дослідження.** Наукові дослідження проводились на базі Вінницького національного медичного університету ім. М. І. Пирогова, де під наглядом перебували 90 студентів (45 дівчат і 45 юнаків) медичного факультету впродовж навчального циклу перебування у медичному закладі вищої освіти.

З метою здійснення поглибленої діагностики особливостей МПЗ застосувався особистісний опитувальник Плутчика-Келлермана-Конте, який дозволяв визначити ступінь розвитку таких провідних їх корелят, як механізми витіснення, регресії, заміщення, заперечення, проєкції, компенсації, гіперкомпенсації і раціоналізації та, на основі отриманих під час спостережень даних, побудувати профіль МПЗ особистості, тобто так званий "індекс життєвого стилю". Потрібно було відзначити ще і той факт, що в ході трактування одержаних результатів величини показників, які перевищували 50%-рубіж відповідно до існуючого алгоритму підрахунку, відображували наявність реально існуючих внутрішніх або зовнішніх конфліктних ситуацій, що потребували урахування та вирішення.

Статистична обробка даних передбачала застосування стандартного пакету прикладних програм "Statistica 6.1" (ліцензійний № ВХХR901E245722FA). За рішенням Комітету з біоетики Вінницького національного медичного університету ім. М. І. Пирогова проведення наукового дослідження, що здійснювалось, в повній мірі відповідало біоетичним і морально-правовим вимогам Гельсінської декларації, Конвенції Ради Європи про права людини і біомедицину, положенням ВООЗ, законам України та наказу МОЗ України № 281 від 01.11.2000 року.

**Результати дослідження.** Аналізуючи результати, що були одержані під час проведення психогігієнічної оцінки МПЗ, які підлягали вивченню, слід було відзначити цілий ряд вельми цікавих явищ (табл. 1).

Так, розглядаючи дані, що були одержані під час проведення психогігієнічної оцінки такого МПЗ, як механізм витіснення, реалізація якого у повсякденному житті являє собою процес мимовільного усунення людиною із свідомого у несвідоме неприйнятних для неї думок, спонукань або почуттів та відіграє істотну роль у формуванні цілого ряду різноманітних психопатологічних симптомів, слід було відзначити цілий ряд вельми цікавих явищ. Як правило, такий тип МПЗ переводить із свідомого у несвідоме неприйнятну інформацію (наприклад ту, що суперечить моральним принципам) або "придушує" негативні почуття.

Причому "придушуватися" може будь-яка інформація та будь-які почуття (навіть ті, що справляють позитивний ефект на психічний стан), якщо вони не збігаються з моделлю світу. Разом з тим, згідно із законом збереження енергії, все, що придушене, нікуди не зникає, а лише трансформується в інші форми. В тому разі, коли

дія цього механізму для зменшення тривожності, астенії, агресивності, депресії тощо є недостатньою, підключаються інші захисні механізми, які дозволяють витісненому матеріалу усвідомлюватися в певному спотвореному вигляді.

Так, якщо, на початку навчального циклу серед дівчат і юнаків, які навчались, рівень вираження показників МПЗ за шкалою витіснення становив  $45,15 \pm 3,02$  процентилів та  $43,58 \pm 2,85$  процентилів, то в подальшому досліджувані значення дещо збільшувались, досягаючи наприкінці навчального циклу відповідно  $48,46 \pm 3,34$  процентилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у дівчат та  $44,45 \pm 2,03$  процентилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у юнаків. Більш виражені темпи змін досліджуваних показників спостерігались у студенток. Статистично-значущих віково-обумовлених ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) або статевобумовлених розбіжностей не реєструвалось ( $p(t)_{д-ю} > 0,05$ ).

Дещо інший зміст був властивий для показників такого МПЗ, як механізм регресії, згідно з яким людина в умовах або постійного, або надзвичайного впливу стресових чинників, в першу

чергу, намагається замінити розв'язання складних і, особливо, надто складних, завдань на вирішення відносно простих і доступних завдань, іноді таких, що цілком не пов'язані з головним завданням, або навіть суперечать йому. Загалом же регресія являє собою повернення в проблемній ситуації до більш ранніх і тому більш незрілих (фактично дитячих або підліткових) форм задоволення потреб та поведінки і може бути частковою, повною або символічною. У цьому контексті слід відзначити, що більшість емоційних проблем мають регресивні риси. Більше того, сама регресія як МПЗ розвивається задля стримування почуття невпевненості у собі та страху невдачі. Як її окремі прояви, наприклад, відзначають механізми, пов'язані з руховою активністю: зменшенням занепокоєння, викликаного забороненим спонуканням, що реалізується через мимовільні рухи без розвитку почуття провини.

В цілому ж, якщо на початку навчального циклу серед дівчат і юнаків, які навчались, рівень вираження показників МПЗ за шкалою регресії

Таблиця 1

**Показники механізмів психологічного захисту студентів в динаміці навчання у медичному ЗВО відповідно до результатів використання особистісного опитувальника Плутчика-Келлермана-Конте, процентилі (M±m; n; p)**

Шкали механізмів психологічного захисту	Час досліджень	Групи студентів				p(t) <sub>д-ю</sub>
		Дівчата		Юнаки		
		n	M±m	n	M±m	
Шкала витіснення	початок	45	45,15±3,02	45	43,58±2,85	>0,05
	кінець	45	48,46±3,34	45	44,45±2,03	>0,05
	p(t) <sub>п-к</sub>	>0,05		>0,05		
Шкала регресії	початок	45	41,00±2,62	45	37,73±2,38	>0,05
	кінець	45	50,14±2,58	45	49,37±2,27	>0,05
	p(t) <sub>п-к</sub>	<0,01		<0,001		
Шкала заміщення	початок	45	30,46±3,38	45	21,97±2,83	>0,05
	кінець	45	46,77±4,05	45	38,46±3,03	>0,05
	p(t) <sub>п-к</sub>	<0,001		<0,001		
Шкала заперечення	початок	45	45,35±2,54	45	50,42±2,35	
	кінець	45	58,79±1,99	45	59,79±1,89	>0,05
	p(t) <sub>п-к</sub>	<0,05		<0,05		
Шкала проєкції	початок	45	56,20±3,02	45	51,41±3,37	>0,05
	кінець	45	60,46±3,05	45	54,55±4,21	>0,05
	p(t) <sub>п-к</sub>	>0,05		>0,05		
Шкала компенсації	початок	45	45,06±3,64	45	46,31±3,33	>0,05
	кінець	45	49,99±3,28	45	53,34±3,42	>0,05
	p(t) <sub>п-к</sub>	>0,05		>0,05		
Шкала гіперкомпенсації	початок	45	37,08±2,70	45	38,06±3,62	>0,05
	кінець	45	41,22±3,21	45	43,24±3,43	>0,05
	p(t) <sub>п-к</sub>	>0,05		>0,05		
Шкала раціоналізації	початок	45	56,31±2,53	45	64,20±2,40	<0,05
	кінець	45	59,07±2,88	45	62,80±2,87	>0,05
	p(t) <sub>п-к</sub>	<0,001		>0,05		

складав  $41,00 \pm 2,62$  процентилів та  $37,73 \pm 2,38$  процентилів, то в подальшому їх ступінь суттєво зростав, досягаючи наприкінці навчального циклу відповідно  $50,14 \pm 2,58$  процентилів ( $p(t)_{п-к} < 0,01$ ) у дівчат та  $49,37 \pm 2,27$  процентилів ( $p(t)_{п-к} < 0,001$ ) у юнаків. Більш виражені темпи змін досліджуваних показників, на відміну від попереднього випадку, спостерігались у студентів. Статистично-значущих статевобумовлених не реєструвались ( $p(t)_{д-ю} > 0,05$ ), натомість, спостерігались віково-обумовлені розбіжності ( $p(t)_{п-к} < 0,01-0,001$ )).

Не менш вираженими слід було визнати зміни, характерні для МПЗ за шкалою заміщення, яка становить механізм спрямування емоцій від одного неприйняттого об'єкта на інший більш прийнятний і, отже, обумовлює, усунення агресивних почуттів від досліджуваних осіб або інших об'єктів. Такого роду усунення проявляється у разі виникнення фобічних реакцій, коли тривожність від прихованого в несвідомому конфлікті переноситься на зовнішній об'єкт (суб'єкт). Завдяки зазначеному процесу відбувається переспрямування невимовного почуття або думок з об'єкта (суб'єкта), якому вони призначені (друг, керівник, родич тощо), на будь-який інший об'єкт (суб'єкт) з метою зниження ступеня напруження завдяки проявам специфічних емоцій або специфічних почуттів. У невеликих кількостях такий захист допомагає спрямувати почуття в безпечне русло, тим самим допомагаючи людині. Однак, якщо заміщення виражене у потужній мірі, воно приносить певні проблеми, наприклад, неповноцінне вираження почуття об'єкту (суб'єкту), формування подвійних стандартів, неавтентичне існування (неможливість повноцінного самовираження тощо).

В ході проведених досліджень встановлено, що якщо, на початку навчального циклу серед дівчат і юнаків, які навчались, рівень вираження показників МПЗ за шкалою заміщення складав  $30,46 \pm 3,38$  процентилів та  $21,97 \pm 2,83$  процентилів, то в подальшому суттєво зростав, досягаючи наприкінці початку навчального циклу відповідно  $46,77 \pm 4,05$  процентилів ( $p(t)_{п-к} < 0,001$ ) у дівчат та  $38,46 \pm 3,03$  процентилів ( $p(t)_{п-к} < 0,001$ ) у юнаків. Більш виражені темпи змін досліджуваних показників спостерігались у студентів. Статистично-значущих статевобумовлених не реєструвались ( $p(t)_{д-ю} > 0,05$ ), натомість, спостерігались віково-обумовлені розбіжності ( $p(t)_{п-к} < 0,001$ )).

Не реєструвалось будь-яких статистично-значущих статевобумовлених розбіжностей, до речі, як і в ряді попередніх випадків ( $p(t)_{д-ю} > 0,05$ ), у разі визначення особливостей формування

показників такого МПЗ, як механізм заперечення, відповідно до якого невід'ємним компонентом захисних ресурсів організму є здійснення своєрідної "розрядки" емоцій пригніченого змісту, передусім таких емоційних проявів, як ворожість та гнів, внаслідок перенесення їх спрямування на об'єкти, котрі являють собою значно меншу небезпеку в порівнянні з первинними, що власне і загрожують. Загалом будь-який неприйнятний та болісний факт може повністю заперечуватися сприйняттям людини як неіснуючий чинник. Звичайно, в глибині душі вона розуміє, що все або вже сталося, або відбувається нині, або станеться в майбутньому. Тому в цьому контексті крім сприйняття факту, який має місце, має бути обов'язково бути враховано участь різних верств психічних проявів. І хоч повного заперечення не може статися через те, що, стикаючись з вкрай неприйнятною інформацією, особа відразу пропускає її через себе, де вона залишає свій слід.

В цілому ж на початку навчального циклу рівень вираження показників МПЗ за шкалою заперечення становив  $45,35 \pm 2,54$  процентилів серед дівчат та  $50,42 \pm 2,35$  процентилів серед юнаків, в подальшому суттєво зростаючи наприкінці навчального циклу відповідно до  $58,79 \pm 1,99$  процентилів ( $p(t)_{п-к} < 0,01$ ) у дівчат та до  $59,79 \pm 1,89$  процентилів ( $p(t)_{п-к} < 0,05$ ) у юнаків, причому більш виражені темпи змін досліджуваних показників, спостерігались у студенток. Статистично-значущих статевобумовлених не реєструвалось ( $p(t)_{д-ю} > 0,05$ ), натомість, спостерігались віково-обумовлені розбіжності ( $p(t)_{п-к} < 0,05$ )).

Дані, одержані в ході проведення психогігієнічної оцінки такого МПЗ, як механізм проєкції, що являє собою механізм уявного віднесення власної особистості до іншої особи або іншого об'єкта думок, почуттів, мотивів та бажань, які на свідомому рівні людина у себе відкидає. Такий МПЗ розвивається для стримування почуття неприйняття себе та оточуючих як результату емоційного відкидання з їх боку. Проєкція покликана впоратися зі страхом самонеприйняття у відповідь на поведінку інших, що відкидає, та передбачає приписування оточуючим різних негативних якостей як раціональну основу для їх неприйняття і самоприйняття на цьому тлі ("якщо погана людина мене відкидає, я непоганий" або "думка поганого для мене незначна"). Загалом проєкція допомагає перемістити негатив із себе інших, однак, здебільшого здійснює і негативну функцію у житті (відсутність саморефлексії (критики своєї поведінки), низький рівень усвідомленості, перенесення відповідальності на інших людей тощо).

Під час досліджень, які здійснювались, встановлено, що якщо, на початку навчального циклу серед дівчат і юнаків, які навчались, рівень вираження показників МПЗ за шкалою проєкції становив  $56,20 \pm 3,02$  центилів та  $51,41 \pm 3,37$  центилів, проте, в подальшому суттєво зростає, досягаючи наприкінці початку навчального циклу відповідно  $60,46 \pm 3,05$  центилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у дівчат та  $54,55 \pm 4,21$  центилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у юнаків. Більш виражені темпи змін досліджуваних показників спостерігались у студенток. Виражених статистично-значущих віково-обумовлених ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) та виражених статистично-значущих статево-обумовлених розбіжностей не спостерігалось ( $p(t)_{д-ю} > 0,05$ ).

В ході проведення психогігієнічної оцінки показників такого МПЗ, як механізм компенсації, що становить неусвідомлену за своїм змістом спробу подолання або реальних, або уявних недоліків та відзначається наявністю спроб відшукати відповідну заміну реального або уявного недоліку шляхом своєрідного “привласнення” собі поведінкових характеристик інших людей і, передусім, обумовлює стримування емоції смутку, горя з приводу втрати або страху втрати, реалізуючись через наполегливу роботу з самого себе, із самовдосконалення, через прагнення до досягнення значних результатів у обраних при цьому видах діяльності, потрібно було відзначити, що за шкалою компенсації значення досліджуваних показників становили  $45,06 \pm 3,64$  центилів серед дівчат та  $46,31 \pm 3,35$  центилів серед юнаків, в подальшому збільшуючись до  $49,93 \pm 3,28$  центилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у дівчат та  $53,34 \pm 3,42$  центилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у юнаків, причому більш виражені темпи змін досліджуваних показників” спостерігались у студентів. Ані статистично-значущих віково-обумовлених ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ), ані статево-обумовлених розбіжностей не спостерігалось ( $p(t)_{д-ю} > 0,05$ ).

Разом з тим відповідно до показників, отриманих під час аналізу даних, властивих для такого МПЗ, як механізм гіперкомпенсації, котрий є доволі специфічним і, на відміну від попередніх, насамперед відзначається створенням так званих “реактивних утворень”, тобто уявних комплексів, цілком подібних до “хмарних” комп’ютерних технологій, що дозволяють створити передумови для усунення неприємних для досліджуваної особи почуттів завдяки перебільшеному розвитку абсолютно протилежних прагнень, встановлено, що згідно із за шкалою гіперкомпенсації їх величини склали  $37,08 \pm 2,70$  центилів серед дівчат та  $38,06 \pm 3,62$  про-

центилів серед юнаків, зростаючи надалі до  $41,22 \pm 3,21$  центилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у дівчат та  $43,24 \pm 3,43$  центилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у юнаків, причому більш виражені темпи змін досліджуваних показників спостерігались у студентів. Статистично-значущих віково-обумовлених ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) та статево-обумовлених розбіжностей не реєструвалось ( $p(t)_{д-ю} > 0,05$ ).

Зрештою, результати, отримані у разі визначення такого МПЗ, як механізм раціоналізації, що, в першу чергу, відзначається наявністю явищ сублімації як невід’ємного засобу подолання конфліктних ситуацій, котрий не викликає жодних проявів реалізації серйозних емоційно-значущих переживань, засвідчував той факт, що за зазначеною шкалою величини досліджуваних показників становили  $56,31 \pm 2,53$  центилів серед дівчат та  $64,20 \pm 2,40$  центилів серед юнаків, характеризуючись в подальшому вельми стабільним характером і збільшуючись лише до  $59,07 \pm 2,88$  центилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у дівчат та  $62,90 \pm 2,87$  центилів ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ) у юнаків, причому більш виражені темпи змін досліджуваних показників, на відміну від кількох попередніх випадків, спостерігались у студенток. Натомість ані суттєвих статистично-значущих віково-обумовлених ( $p(t)_{п-к} > 0,05$ ), ані суттєвих статево-обумовлених розбіжностей не реєструвалось ( $p(t)_{д-ю} > 0,05$ ).

На рисунках 1 і 2 наведені узагальнені дані щодо особливостей розподілу провідних показників МПЗ особистості дівчат і юнаків, які досліджувались, відповідно на початку та наприкінці навчального циклу.

**Висновки.** В ході досліджень, спрямованих на вивчення особливостей механізмів психологічного захисту студентів медичного закладу вищої освіти в динаміці навчального циклу, встановлено, що серед дівчат на початку періоду навчання найбільш суттєвими згідно із ступенем вираження є такі механізми психологічного захисту, як раціоналізація, проєкція, заперечення і витіснення, наприкінці його – такі механізми психологічного захисту, як проєкція, раціоналізація, заперечення і регресія, разом з тим, серед юнаків – на початку періоду навчання найбільш суттєвими згідно із ступенем вираження є такі механізми психологічного захисту, як раціоналізація, проєкція, заперечення і компенсація, наприкінці його – такі механізми психологічного захисту, як раціоналізація, заперечення проєкція і компенсація.

Ураховуючи той факт, що найбільш конструктивними механізмами психологічного захисту, які суттєво знижують ступінь ризику виникнення конфліктних ситуацій, прийнято вважати такі типи, як компенсація, раціоналізація і гіпер-

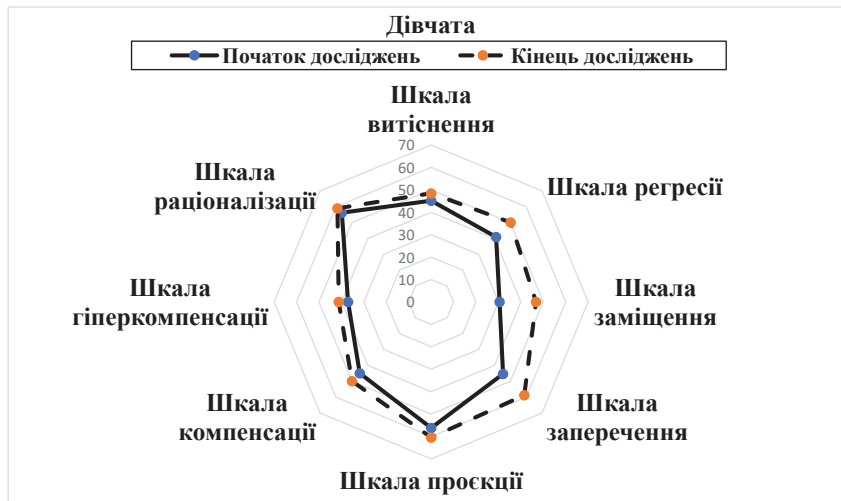


Рис. 1. Особливості показників основних механізмів психологічного захисту дівчат-студенток в динаміці навчання у медичному закладі освіти за даними особистісного опитувальника Плутчика-Келлермана-Конте

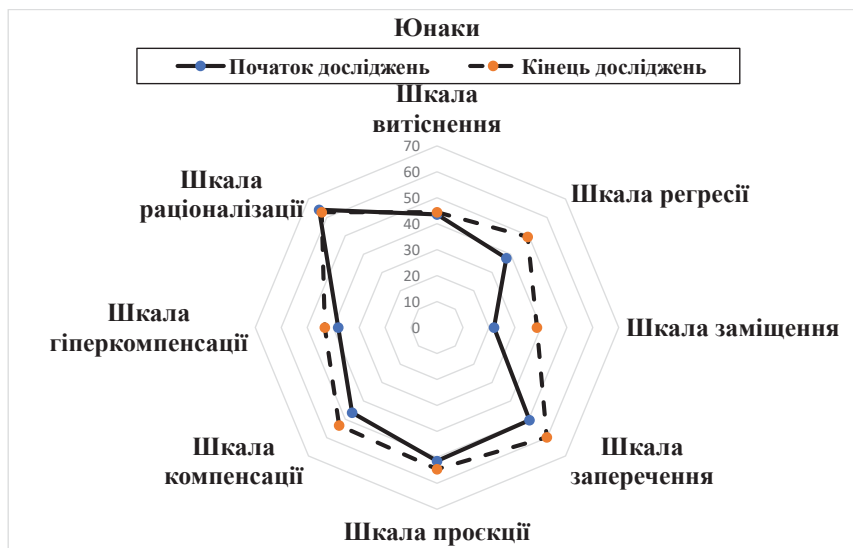


Рис. 2. Особливості показників основних механізмів психологічного захисту юнаків-студентів в динаміці навчання у медичному закладі освіти за даними особистісного опитувальника Плутчика-Келлермана-Конте

компенсація та, натомість, найбільш деструктивними – проєкція і витіснення, заперечення і заміщення, слід визнати, достатньо високий рівень напруження внутрішніх механізмів психологічного захисту досліджуваних представниць і представників студентської молоді, що неминує обумовлює виникнення явищ викривлення про-

цесів соціального і професійного становлення студентства та визначає як необхідну потребу в розробленні та запровадженні комплексних програм психогігієнічної корекції та психофізіологічної реабілітації дівчат і юнаків, які навчаються у медичному закладі вищої освіти, що власне і визначає перспективи подальших розробок.

#### ЛІТЕРАТУРА:

- Holliman A. J., Martin A. J., Collie R. J. Adaptability, engagement, and degree completion: a longitudinal investigation of university students. *Educ. Psychol.* 2018. № 38. P. 785-799. <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1426835>
- Holliman A., Waldeck D., Jay B. et al. Adaptability and social support: examining links with psychological wellbeing among UK students and non-students. *Front. Psychol.* 2021. № 12. 636520. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.636520>
- Полька Н. С., Сергета І. В. Актуальні проблеми психогігієни дітей і підлітків: шляхи та перспективи їх вирішення (огляд літератури і власних досліджень). *Журнал НАМН України.* 2012. № 18 (2). С. 223-236.
- Voloshyna V., Denysiuk O., Varina H., Hrynzovskyi A. M. et al. Psychological features of modern elderly people's active life position. *Wiadomosci lekarskie.* 2022, tom LXXV (Issue 2 February 2022), P. 333-337. <https://doi.org/10.36740/WLek202202101>

5. Aherne D., Farrant, R., Hickey, L. et al. Mindfulness based stress reduction for medical students: optimising student satisfaction and engagement. *BMC Medical Education*. 2016. Т. 16. № 1. P. 209. <https://doi.org/10.1186/s12909-016-0728-8>
6. Bellinghausen, L., Collange, J., Botella, M. et al. Factorial validation of the French scale for perceived stress in the workplace. *Santé Publique*. 2009. № 21. 365-373. <https://doi.org/10.3917/spub.094.0365>
7. Collie R. J., Holliman A. J., Martin A. J. Adaptability, engagement, and academic achievement at university. *Educ. Psychol.* 2017. № 37. P. 632-647. <https://doi.org/10.1080/01443410.2016.1231296>
8. Сергета І. В., Бардов В. Г., Дреженкова І. Л., Панчук О. Ю. Гігієнічні нормативи рухової активності студентів закладів вищої медичної освіти та шляхи її оптимізації. Вінниця : ТОВ “ТВОРИ”, 2020. 184 с.
9. Тимошук О. В., Полька Н. С., Сергета І. В. Наукові основи комплексної гігієнічної оцінки якості життя та адаптаційних можливостей сучасної учнівської і студентської молоді. Вінниця: ТОВ “ТВОРИ”, 2020. 272 с.
10. Liu C., Li H. Stressors and stressor appraisals: the moderating effect of task efficacy. *J. Bus. Psychol.* 2018. № 33. P. 141-154. <https://doi.org/10.1007/s10869-016-9483-4>.
11. Сергета І. В., Браткова О. Ю., Серебреннікова О. А. Наукове обґрунтування гігієнічних принципів профілактики розвитку донозологічних зрушень у стані психічного здоров'я учнів сучасних закладів середньої освіти (огляд літератури і власних досліджень). *Журнал НАМН України*. 2022. Т. 28, № 1. С. 306-326. <https://doi.org/10.37621/JNAMSU-2022-1-2>
12. Сергета І. В., Серебреннікова О. А., Стоян Н. В., Дреженкова І. Л., Макарова О. І. Психогігієнічні принципи використання здоров'язберігаючих технологій у сучасних закладах вищої освіти. *Довкілля та здоров'я*. 2022. № 2 (103). С. 32-41. <https://doi.org/10.32402/dovkil2022.02.032>

## REFERENCES:

1. Holliman, J., Martin, A. J., Collie, R. J. (2018) Adaptability, engagement, and degree completion: a longitudinal investigation of university students. *Educ. Psychol.* 38, 785-799. <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1426835> [in English]
2. Holliman, A., Waldeck, D., Jay, B. et al. (2021) Adaptability and social support: examining links with psychological wellbeing among UK students and non-students. *Front. Psychol.* 12, 636520. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.636520> [in English]
3. Polka, N. S., Serheta, I. V. (2012). Aktualni problemy psikhohihiyeny ditei i pidlitkiv: shliakhy ta perspektyvy yikh vyrishennia (ohliad literatury i vlasnykh doslidzhen) [Actual problems of psychohygiene of children and adolescents: ways and prospects of their solution (review of literature and own research)]. *Zhurnal NAMN Ukrainy – Journal of the National Academy of Sciences of Ukraine*. 18 (2), 223-236. [in Ukrainian]
4. Voloshyna, V., Denysiuk, O., Varina, H. et al. (2022). Psychological features of modern elderly people's active life position. *Wiadomosci lekarskie. LXXV (Issue 2 February 2022)*, 333-337. <https://doi.org/10.36740/WLek202202101> [in English]
5. Aherne, D., Farrant, R., Hickey, L. et al. (2016). Mindfulness based stress reduction for medical students: optimising student satisfaction and engagement. *BMC Medical Education*. 16. (1), 209. <https://doi.org/10.1186/s12909-016-0728-8> [in English]
6. Bellinghausen, L., Collange, J., Botella, M. et al. (2009). Factorial validation of the French scale for perceived stress in the workplace. *Santé Publique*. 21, 365-373. <https://doi.org/10.3917/spub.094.0365> [in English]
7. Collie, R. J., Holliman, A. J., Martin, A. J. (2017.) Adaptability, engagement, and academic achievement at university. *Educ. Psychol.* 37, 632-647. <https://doi.org/10.1080/01443410.2016.1231296> [in English]
8. Serheta, I. V., Bardov, V. H., Drezhenkova, I. L., Panchuk, O. Yu. (2020). *Hihienichni normatyvy rukhovoї aktyvnosti studentiv zakladiv vyshchoї medychnoi osvity ta shliakhy yii optymizatsii [Hygienic norms of motor activity of students of higher medical education institutions and ways of its optimization]*. Vinnytsia : TOV “TVORY” [in Ukrainian]
9. Tymoshchuk, O. V., Polka, N. S., Serheta, I. V. (2020). *Naukovi osnovy kompleksnoi hihienichnoi otsinky yakosti zhyttia ta adaptatsiinykh mozhlyvostei suchasnoi uchnivskoi i studentiskoi molodi [Scientific basis of complex hygienic assessment of the quality of life and adaptation possibilities of modern pupils and students]*. Vinnytsia: TOV “TVORY” [in Ukrainian]
10. Liu, C., Li, H. (2018). Stressors and stressor appraisals: the moderating effect of task efficacy. *J. Bus. Psychol.* 33, 141-154. <https://doi.org/10.1007/s10869-016-9483-4> [in English]
11. Serheta, I. V., Bratkova, O. Yu., Serebrennikova, O. A. (2022). *Naukove obgruntuvannia hihienichnykh pryntsyviv profilaktyky rozvytku donozolohichnykh zrushen u stani psikhichnoho zdorovia uchniv suchasnykh zakladiv serednoi osvity (ohliad literatury i vlasnykh doslidzhen) [Scientific substantiation of the hygienic principles of prevention of the development of pre-clinical changes in the state of mental health of students of modern secondary education institutions (review of the literature and own research)] Zhurnal NAMN Ukrainy – Journal of the National Academy of Sciences of Ukraine*. 28 (1), 306-326. <https://doi.org/10.37621/JNAMSU-2022-1-2> [in Ukrainian]
12. Serheta, I. V., Serebrennikova, O. A., Stoian, N. V., Drezhenkova, I. L., Makarova, O. I. (2022). *Psikhohihiienichni pryntsyvy vykorystannia zdoroviazberihaiuchykh tekhnolohii u suchasnykh zakladakh vyshchoї osvity [Psychohygienic principles of the use of health-preserving technologies in modern institutions of higher education]*. *Dovkillia ta zdorovia – Environment and health*. 2 (103), 32-41. <https://doi.org/10.32402/dovkil2022.02.032> [in Ukrainian]

Дата першого надходження статті до видання: 17.02.2026  
 Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.04.2026  
 Дата публікації (оприлюднення) статті: 28.05.2026



Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)