

Матвєєв М.М.

*здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти,
Житомирський державний університет імені Івана Франка*

Пирог Г.В.

*кандидат філософських наук, доцент,
Житомирський державний університет імені Івана Франка*

ГЕНДЕРНІ ТА ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСТІВ У ЧАСІ ВІЙНИ

Повномасштабне вторгнення 2022 року поставило перед українцями виклики екстремального рівня, що вимагає безперервного пошуку адаптаційних ресурсів. Одним із ключових інструментів інтрапсихічної адаптації є механізми психологічного захисту (МПЗ), які дозволяють нівелювати надмірну напругу в екстремальних умовах.

Концептуальні основи дослідження захисних проявів Его та їхньої збережувальної функції закладені в класичному психоаналітичному підході А. Фройд [2]. У межах нашого дослідження пріоритетною є ієрархічна модель Его-захистів Дж.Вайланта, яка дозволяє простежити динаміку психологічних захистів від незрілих автоматизмів до свідомих зрілих стратегій в контексті адаптації особистості [4]. Особливого значення набуває розуміння того, як саме вік та гендерна приналежність впливають на вибір конкретних способів психологічного самозахисту в умовах воєнного стану.

Метою дослідження є емпірична верифікація гендерної та вікової специфіки захисних механізмів громадян України в умовах війни. Психодіагностичний комплекс включав авторську анкету для визначення суб'єктивних оцінок впливу війни та стандартизований опитувальник «Індекс життєвого стилю» для діагностики психологічних механізмів захисту (LSI) Р. Плутчика, Г. Келлермана [3] в модифікації В. Крайнюк [1]. Статистична обробка даних здійснювалася в IBM SPSS Statistics 27.0.

Дослідження проводилося у кілька етапів впродовж 2024–2026 років. Вибірку дослідження склали 162 респонденти (103 жінки та 59 чоловіків) віком від 18 до 60 років.

За результатами анкетування, переважна більшість опитаних (90,1%) оцінюють деструктивний вплив війни як середній або високий. З віком зафіксовано стійке лінійне зростання високої оцінки цього впливу: від 39,6% у юності до 66,7% у групі середньої дорослості ($r=0,293$; $p<0,001$).

Вивчення психологічних механізмів захисту за методикою «Індекс життєвого стилю» показало, що інтегральний показник загальної напруженості механізмів психологічного захисту (ЗНМ) по вибірці становить 51,9%, що перевищує критичну межу і свідчить про хронічне психоемоційне навантаження респондентів. Провідними стратегіями в загальній ієрархічній структурі є компенсація ($M=57,2$), проєкція ($M=56,5$) та регресія ($M=53,4$).

Статистичний аналіз за t-критерієм Стьюдента підтвердив наявність значущих гендерних відмінностей у захисній сфері. Жінки демонструють суттєво вищий інтегральний показник ЗНМ, ніж чоловіки (53,5 проти 49,0; $t=-2,953$; $p=0,004$). Жіноча підгрупа характеризується вищою схильністю до реалізації внутрішньо спрямованих захистів: витіснення (58,3 проти 43,2; $t=-4,971$; $p<0,001$), реактивного утворення ($t=-2,502$; $p=0,013$) та інтелектуалізації ($t=-2,256$; $p=0,025$). Для чоловічого стилю реагування більш властивою виявилася проєкція ($M=58,1$), за допомогою якої здійснюється екстерналізація тривоги назовні. Побудована модель лінійної регресії ($F=3,634$; $p=0,014$, $R^2=0,065$) доводить, що саме стать виступає єдиним самостійним значущим лінійним предиктором загальної напруги системи Его-захистів особистості ($Beta=0,216$; $t=2,789$; $p=0,006$).

Аналіз вікової динаміки за допомогою однофакторного дисперсійного аналізу (ANOVA) спростував теоретичну гіпотезу про лінійне формування більш зрілих захисних патернів у міру онтогенетичного розвитку особистості. Розрахунок коефіцієнта Спірмена виявив значущий позитивний зв'язок між віком респондентів та архаїчним захистом – регресією ($\rho=0,205$; $p=0,004$). Застосування post-hoc критерію Тьюкі (HSD) конкретизувало, що особи середньої дорослості (41–60 років) демонструють значущо вищий рівень напруженості регресії порівняно з групою юності ($p=0,022$) та вищий рівень заміщення порівняно з етапом ранньої дорослості ($p=0,033$). Це відображає синдром тривалого виснаження

внутрішніх когнітивно-раціональних Его-ресурсів дорослого населення та вимушене повернення психіки до менш зрілих перцептивних автоматизмів під тиском тривалого воєнного стресу.

Порівняння соціально-професійних груп за допомогою ANOVA показало однорідність вибірки за показником ЗНМ ($p=0,954$), що свідчить про уніфікований макросоціальний тиск війни. Проте попарне зіставлення військовослужбовців із цивільними особами за U-критерієм Манна-Уїтні виявило, що військові використовують витіснення суттєво рідше ($U=440,500$; $Z=-2,615$; $p=0,009$), ніж цивільні. Це зумовлено професійною необхідністю комбатантів утримувати максимальний когнітивний фокус на чинниках реальної загрози.

Дослідження внутрішньої структури захисної системи виявило високу щільність кореляцій ($p<0,01$) між усіма МПЗ. Найсильніший безпосередній зв'язок із показником інтегральної напруженості ЗНМ мають заперечення ($r=0,671$) та витіснення ($r=0,657$).

Отже, результати дослідження довели, що стать є єдиною самостійною значущою незалежною змінною інтегрального показника загальної напруженості механізмів психологічного захисту. Фактори хронологічного віку та суб'єктивної оцінки сили впливу війни в межах сукупної моделі втрачають свій ізольований лінійний вплив, повністю перекриваючись гендерним чинником. Саме приналежність до жіночої статі є ключовим маркером для прогнозування високої напруженості та ризику зриву психічної адаптації під час війни.

Результати дослідження мають високу практичну цінність для фахівців допомагаючих професій. Отримані дані наголошують на необхідності відмови від уніфікованих підходів при наданні психологічної допомоги. Програми психологічної підтримки мають розроблятися з обов'язковим урахуванням гендерних та вікових траєкторій:

- при роботі з жіночою вибіркою фокус має спрямовуватися на безпечне відреагування пригнічених емоцій (робота з витісненням) та оптимізацію компенсаторних зусиль;

- при роботі з чоловіками – на корекцію зовнішньо спрямованої агресії та проєкції;

– особливої уваги потребують особи зрілого віку (41–60 років), захисна сфера яких виснажена довготривалим хронічним стресом і потребує відновлення когнітивного копінг-ресурсу, дезактивації патернів регресу та заміщення.

Список використаних джерел:

1. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. Київ : Ніка-Центр, 2007. 432 с.
2. Фройд А. Психологія «Я» і захисні механізми / пер. з англ. Київ : ЦУЛ, 2003. 141 с.
3. Plutchik R., Kellerman H., Conte H. R. A structural theory of ego defenses and emotions. *Emotions in Personality and Psychopathology*. New York: Plenum, 1979. P. 229–257.
4. Vaillant G. E. *The Wisdom of the Ego*. Cambridge: Harvard University Press, 1993. 407 p.