

УДК 159.9.019.4:159.944.4-057.875

DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2020.1-2.22>

А. О. Погрібна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри прикладної психології
ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

О. В. Проскурна

магістрантка I курсу
факультету гуманітарної та економічної освіти
ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

ЗАХИСНО-КОПІНГОВА ПОВЕДІНКА ЯК СКЛАДОВА ЧАСТИНА ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Стаття присвячена проблемі захисно-копінгової поведінки студентів-психологів, яка розглядається як важливий складник готовності до професійної діяльності. Наукові джерела свідчать про високу емоційну напруженість діяльності психологів під час виконання ними функцій діагностичного, розвиваючого, терапевтичного, корекційного та іншого характеру. Підвищена афектогенність цього професійного середовища потребує від фахівця високофункціональної захисно-копінгової поведінки як запоруки психологічного здоров'я співробітників і підвищення ефективності їх професійної діяльності.

На основі теоретичного аналізу автори розглядають захисно-копінгову поведінку як цілісний, єдиний конструкт, що відображає взаємодію несвідомих захисних механізмів і свідомих стратегій подолання стресу в структурі особистості з урахуванням її особистісних ресурсів. У процесі експериментального дослідження визначено особливості змістовних характеристик захисно-копінгової поведінки студентів-психологів, які полягають у використанні широкого спектру адаптаційних механізмів: захисних механізмів регресії, компенсації, заперечення, гіперкомпенсації, проєкції, заміщення, копінг-стратегій планування вирішення проблеми, самоконтролю, прийняття відповідальності, позитивної переоцінки, дистанціювання, домінуванні середнього рівня ресурсності, дорівнюванні суб'єктивних оцінок втрат внутрішніх ресурсів оцінці їх придбань. Встановлено взаємозв'язки між показниками захисних механізмів, копінг-стратегій та копінг-ресурсів у майбутніх психологів, які дозволяють констатувати, що відновлення рівноваги між втратами і придбаннями персональних ресурсів з одночасним збільшенням частки їх придбань сприятиме залученню цієї категорії досліджуваних до активних проблемно- та емоційно-орієнтованих копінг-стратегій з урахуванням можливої актуалізації відповідних механізмів психологічного захисту.

Результати дослідження надали можливість встановити місце стресової «уразливості» майбутніх психологів та спрогнозувати подальші шляхи формування в них високофункціональної захисно-копінгової поведінки, що впливатиме на готовність до професійної діяльності.

Ключові слова: механізми психологічного захисту, копінг-стратегії, копінг-ресурси, адаптаційний процес, стрес.

Постановка проблеми. Проблема захисно-копінгової поведінки майбутніх психологів на сучасному етапі розвитку українського суспільства, що передбачає глобальні соціально-економічні, політичні, екологічні зміни, на нашу думку, є вкрай актуальною, оскільки у цих умовах спостерігається дефіцит ресурсів у більшості верств населення, що породжує зростання великої кількості проблем, в тому числі і психологічного характеру. У зв'язку з цим все більш затребуваною стає психологічна допомога населенню.

Специфіка професійної діяльності психолога полягає передусім у тому, що основним інструментом фахівця є його власна особистість. Наукові джерела свідчать про високу емоційну напруженість діяльності психологів під час виконання ними

функцій діагностичного, розвиваючого, терапевтичного, корекційного, консультативного, аналітичного, контрольо-оцінного та іншого характеру (Н.Ю. Бузовкіна, А.П. Поплавська, Ю.Б. Степанова, В.О. Фокін та інші). Велика кількість психотравмуючих та стресогенних чинників зумовлює підвищену афектогенність цього професійного середовища, що потребує від фахівця високофункціональної захисно-копінгової поведінки як запоруки психологічного здоров'я співробітників і підвищення ефективності їх професійної діяльності. Для запобігання виникненню професійних деформацій та деструктивних змін особистості в процесі професіоналізації ми вважаємо за необхідне ще на етапі професійної підготовки майбутніх психологів провести комплексне ґрунтовне дослідження особливостей

їх захисної та копінгової поведінки, результати якого закріпити у відповідних освітніх програмах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналіз наукових джерел показав, що сьогодні, в рамках системного підходу, продовжується традиція розглядати захисно-копінгову поведінку з позиції узгодженого функціонування у межах єдиної психічної структури. Так, досліджено зв'язок копінгової та захисної поведінки (О.В. Лапкіна, 2015); зв'язок асоціальних стратегій копінгової поведінки студентів з психологічним захистом особистості (О.Р. Бусарова, 2013); взаємозв'язок захисно-копінгової поведінки з особливостями психологічного простору особистості (О.Ю. Олійник, Н.Є. Коренкова, 2017); відмінності у використанні захисно-копінгової поведінки залежно від інтелектуального ресурсу особистості (О.Д. Сафін, 2012) тощо. Однак більшість дослідників, вивчаючи адаптаційні процеси майбутніх психологів, розглядають механізми психологічного захисту та опанування як окремі та відносно незалежні їх складники. Так, А.В. Маркер та А.М. Хандархаєв, досліджуючи особливості та взаємозв'язок копінг-стратегій у студентів-психологів, простежують взаємозв'язок між рівнем сформованості комунікативних навичок і вибором способу опанування в стресовій ситуації, доводять взаємозв'язок між проблемно-орієнтованою копінг-стратегією «планування вирішення проблеми» та готовністю індивіда звернутися до соціуму за пошуком рішення стресової ситуації [6].

Н.М. Авраменко, вивчаючи роль рефлексивних процесів у виборі стратегій опанування у важких життєвих ситуаціях у студентів, довела, що, чим вище рівень рефлексивності у студентів-психологів, тим більше характерні для них просоціальні стратегії опанування, а ймовірність імпульсивних реакцій у важких ситуаціях зменшується. На думку авторки, для юнаків та дівчат з більш високим рівнем рефлексивності характерним також є копінг, орієнтований на емоції. Визначено, що показник системної рефлексії демонструє позитивний зв'язок з такою копінг-стратегією, як «пошук соціальної підтримки», а також негативний – зі стратегіями «обережні дії» і «агресивні дії» [1].

Н. Куравська, досліджуючи проблему збереження психологічної безпеки студентів в освітньому середовищі вищого навчального закладу, визначила, що захищеність як чинник психологічної безпеки студентів формується здебільшого з таких его-захистів, як проєкція і заперечення. На її думку, захищаючи свою психіку, більшість студентів використовує неусвідомлювані механізми психологічного захисту, внаслідок чого втрачає можливість реально й конструктивно вирішувати свої проблеми [5].

Слід відмітити ґрунтовні дослідження О.А. Резнікової, яка вивчає адаптивний потенціал психологічного захисту студентів-психологів. На її

думку, механізми психологічного захисту виступають одночасно і як способи особистісної регуляції адаптаційних процесів, і як способи організації їхніх компонентів у структурі адаптаційної відповіді [8]. Авторкою встановлено тісний зв'язок динамічних характеристик механізмів психологічного захисту з етапами адаптаційного процесу, доведено співвідносність і взаємозв'язок показників механізмів психологічного захисту й показників стилю саморегуляції поведінки студентів-психологів, визначено опосередкованість функціонування механізмів захисту, зниження і підвищення їх інтенсивності впливом сенс-життєвих орієнтацій тощо.

З огляду на вищенаведене ми вважаємо, що окреслена нами проблематика, попри високу соціальну затребуваність, сьогодні має недостатню теоретичну і практичну розробленість, що і визначило мету дослідження.

Метою статті є визначення особливостей захисно-копінгової поведінки студентів-психологів як складника їх готовності до професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу. В умовах стресу процес адаптації здійснює цілісний, єдиний конструкт «захисно-копінгова поведінка», що відображає взаємодію несвідомих захисних механізмів і свідомих стратегій подолання стресу в структурі особистості з урахуванням її особистісних ресурсів (Ф.В. Бассін, Л.І. Вассерман, Б.Д. Карвасарський, Н.В. Родіна, В.А. Ташликов та інші). Відзначаючи стресогенний характер професійної діяльності психолога, ми вважаємо високофункціональну захисно-копінгову поведінку важливим складником готовності фахівця до роботи в умовах професійного стресу.

У нашому дослідженні ми спираємося на концептуальні положення системного підходу, згідно з яким захисно-копінгова поведінка являє собою структурно-рівневу систему, що включає велику кількість елементів (механізмів психологічного захисту, поведінкових копінг-стратегій, особистісних і середовищних копінг-ресурсів тощо), пов'язаних між собою відносинами ієрархії і які виступають системами нижчого порядку щодо інтегративної системи психозахисту й опанування [3; 4; 7]. Зокрема, Г.С. Коритова в своїх дослідженнях доводить, що захисно-копінгова поведінка має властивості, що є загальними для систем усіх рівнів, але при цьому має свою специфіку функціонування на кожному з рівнів. На думку авторки, захисно-копінгова поведінка впливає як на функціонування особистості в цілому, так і на окремі складники її структури, а також регулює інтегративну поведінку. Оскільки вона формується під впливом цілого комплексу як зовнішніх, так і внутрішніх чинників, їх сукупного впливу, детермінованого специфікою життєдіяльності, захисно-копінгова поведінка є відображенням характеру адаптації особистості

до соціального та фізичного навколишнього середовища відповідно до вимог ситуації [4].

Під час дослідження захисної поведінки ми спирались також на положення структурної теорії механізмів психологічного захисту, розробленої на базі загальної психоеволюційної теорії емоцій R. Plutchik [10]. Згідно з нею захисні механізми є вторинними від емоцій, які своєю чергою визначаються як основні засоби адаптації, метою яких є вирішення проблеми самовиживання на всіх філогенетичних рівнях. З метою опанування основних емоцій утворюються вісім основних захисних механізмів, прояви яких залежать від вікового розвитку і особливостей когнітивних процесів. Психологічний захист, таким чином, розглядається автором як послідовне спотворення когнітивного і афективного складників образу реальної ексквізитної ситуації з метою ослаблення емоційної напруги.

Концептуальні положення когнітивної теорії психологічного стресу R.S. Lazarus, S. Folkman надали нам можливість розглядати копінг-стратегії як актуальні відповіді особистості на сприйняту загрозу, засіб управління стресом, діяльність особистості з підтримання або збереження балансу між вимогами середовища і ресурсами, що відповідають цим вимогам. R.S. Lazarus, як провідний спеціаліст в області вивчення копінг-стратегій, класифікував їх за критерієм активність / пасивність: дослідник розділив їх на проблемно-орієнтовані (спрямовані на пряме усунення або зміну впливу стресової ситуації) та емоційно-орієнтовані (спрямовані на регуляцію емоційної напруги). За твердженням R.S. Lazarus, S. Folkman, проблемно-орієнтовані копінг-пов'язані з більшою ефективністю діяльності і суб'єктивно оцінюються як більш ефективні, ніж емоційно-орієнтовані [9].

Копінг-ресурси майбутніх психологів як важливий складник їх копінг-поведінки ми вивчали з позицій суб'єктно-ресурсного підходу та його основного положення про накопичення («консервацію») ресурсів як своєрідного антиципаторного копіngu. Зокрема, Н.Є. Водоп'янова запропонувала оцінювати адаптаційні можливості й стресову уразливість через категорію втрат і придбань персональних ресурсів. На думку авторки, чим вищий індекс ресурсності, який визначається як баланс між втратами і придбаннями особистісних та соціально-психологічних ресурсів, тим вищий адаптаційний потенціал та стресостійкість особистості [2].

Дослідження проводилося на базі ДДПУ, факультету гуманітарної та економічної освіти. Було використано такі стандартизовані психодіагностичні методики: 1) методика «Психологічна діагностика індексу життєвого стилю» (ІЖС) R. Plutchik, H. Keliernan, H.R. Conte, в адаптації Л.І. Вассермана, О.Ф. Єришева та інші, 2) опитувальник «Копінг-стратегії» R.S. Lazarus, S. Folkman, в адаптації Т.Л. Крюкової, О.В. Куктяк та інших,

3) опитувальник «Втрати та придбання персональних ресурсів» Н. Водоп'янової, М. Штейн. Задіяно було також метод математико-статистичної обробки даних (коефіцієнт лінійної кореляції r-Пірсона).

Дослідження змістовних характеристик захисно-копінгової поведінки студентів-психологів показало, що найбільш вираженими її компонентами є: механізми психологічного захисту «регресія» – 88,9%; «компенсація» – 85,2%; «заперечення» – 74,1%; «гіперкомпенсація» – 74,1%; «проекція» – 70,4% та «заміщення» – 55,6%; копінг-стратегії «планування вирішення проблеми» – 66,7%; «самоконтроль» – 63%; «прийняття відповідальності» – 63%; «позитивна переоцінка» – 59,3% та «дистанціювання» – 55,6%. У 59,3% респондентів домінує середній рівень ресурсності, у більшій частині студентів суб'єктивні оцінки втрат внутрішніх ресурсів дорівнюють оцінці їх придбань – 55,6%.

Отже, у складних життєвих обставинах майбутні психологи використовують широкий спектр адаптаційних механізмів, їх захисно-копінгова поведінка включає в себе як зрілі, так і незрілі патерни поведінки. Спостерігається напруження значної кількості захисних механізмів, цікавим є той факт, що у студентів майже однаковою мірою актуалізуються протилежні за шкалою зрілості-примітивності механізми психозахисту «регресія» і «компенсація». Відзначається і різноманітність у застосуванні усвідомлених механізмів опанування. Поряд з використанням проблемно-орієнтованої копінг-стратегії «планування вирішення проблеми» майбутні психологи вдаються як до відносно конструктивних (за S. Brown, E. Frydenberg, W. Janke, G. Erdmann та ін.) емоційно-орієнтованих копінг-стратегій «самоконтролю», «прийняття відповідальності» та «позитивної переоцінки», так і до неконструктивного копіngu «дистанціювання». Відносно конструктивні стратегії подолання стресу можуть мати негативні наслідки в довгостроковій перспективі, але здатні виконувати своє головне завдання – забезпечити психологічне благополуччя особистості та задоволеність соціальними відносинами в короткостроковій перспективі. «Дистанціювання» не здатне вирішити це завдання, оскільки відсторонення від складної ситуації та її знецінення лише «маскує» проблеми й заважає їхньому осмисленню, тому віддалені наслідки такого копіngu завжди негативні. Необхідно відмітити, що для майбутніх психологів не властиво активне використання зовнішніх (соціальних) ресурсів для вирішення проблемної ситуації, ця копінг-стратегія представлена у нашій вибірці на середньому рівні.

Крім цього, ми спостерігаємо у більшості респондентів баланс між втратами і придбаннями персональних ресурсів, достатню здатність до їхньої мобілізації. В той же час 14,8% студентів-психологів мають низький рівень ресурсності, що значно

знижує їх можливості продуктивного вирішення протиріч із соціальним середовищем, подолання несприятливих життєвих обставин. Зазначимо, що більшість респондентів сьогодні здатна до відновлення витрачених внутрішніх ресурсів, до раціонального їх використання. Їх адаптаційні ресурси загалом забезпечують загальні види життєдіяльності та специфічні форми поведінки, реагування, адаптації тощо. Спираючись на концепцію стресу Г. Сельє, згідно з якою виділяють два види адаптаційних ресурсів людського організму під час стресу – поверхневу і глибоку адаптаційну енергію, ми вважаємо найоптимальнішою ситуацію, коли індивід здатен до накопичення («консервації») особистісних та середовищних ресурсів до того, як виникне стрес-ситуація (тобто придбання внутрішніх ресурсів повинні перевищувати їх втрати). У нашій вибірці таких респондентів лише 22,2%.

Розглядаючи захисно-копінгову поведінку як складне інтегральне утворення, за допомогою коефіцієнта лінійної кореляції r -Пірсона ми встановили зв'язки між показниками захисних механізмів, копінг-стратегій та копінг-ресурсів у студентів-психологів. У результаті було отримано позитивні статистично значущі зв'язки між захисним механізмом «регресією» та копінг-стратегіями: «втеча-уникнення» ($r=0,85$; $p\leq 0,001$), «конфронтаційний копінг» ($r=0,53$; $p\leq 0,001$) та «дистанціювання» ($r=0,27$; $p\leq 0,05$). Виявлено слабкий позитивний зв'язок з «втратами ресурсів» ($r=0,26$; $p\leq 0,05$) та помірний зворотній зв'язок з «індексом ресурсності» ($r=-0,43$; $p\leq 0,001$). Отже, «регресія» актуалізується в умовах дефіциту адаптаційної енергії та зумовлює використання копінг-стратегій, які спрямовані не на конструктивне вирішення проблем, а на емоційну розрядку та зниження внутрішнього психічного дискомфорту.

З «конфронтаційним копінгом» та копінгом «втеча-уникнення» позитивно пов'язується такий механізм психологічного захисту, як «заміщення» (відповідно ($r=0,60$; $p\leq 0,001$) та ($r=0,63$; $p\leq 0,001$)). Отже, у разі перенесення реакції з «недосяжного» об'єкта на «досяжний» респонденти нашої вибірки схильні вдаватись до протилежних за своїм змістом копінг-стратегій.

Цікаві результати було отримано під час аналізу зв'язків між «запереченням» та компонентами захисно-копінгової поведінки. Означений захисний механізм виявив позитивні статистично значущі зв'язки з «індексом ресурсності» ($r=0,51$; $p\leq 0,001$), «придбанням ресурсів» ($r=0,38$; $p\leq 0,001$), копінг-стратегією «позитивна переоцінка» ($r=0,51$; $p\leq 0,001$) та зворотній зв'язок середньої сили з «втратами ресурсів» ($r=-0,37$; $p\leq 0,01$). Схожа ситуація спостерігається з захисним механізмом «компенсацією», яка помірно позитивно пов'язується з «придбанням ресурсів» ($r=0,39$; $p\leq 0,001$) та «позитивною переоцінкою» ($r=0,39$; $p\leq 0,001$).

«Проекція» виявила позитивні зв'язки з такими копінг-стратегіями, як «втеча-уникнення» ($r=0,44$; $p\leq 0,001$) та «дистанціювання» ($r=0,28$; $p\leq 0,05$), а також помірний зворотній зв'язок з проблемно-орієнтованим копінгом «планування вирішення проблем» ($r=-0,37$; $p\leq 0,01$). Вона також має статистично значущий зв'язок з «втратами ресурсів» ($r=0,25$; $p\leq 0,05$). Отже, актуалізація «проекції» у складних життєвих обставинах, пов'язаних з надмірними витратами адаптаційних ресурсів, зумовлює вдавання особистості до неконструктивних емоційно-орієнтованих копінг-стратегій та блокує її можливості продуктивно опанувати стресові ситуації. З копінгом «планування вирішення проблем» позитивно пов'язана і «раціоналізація» ($r=0,48$; $p\leq 0,001$), яка пов'язується також з «самоконтролем» ($r=0,46$; $p\leq 0,001$) та «придбанням ресурсів» ($r=0,25$; $p\leq 0,05$). Отже, вираженість у структурі особистості такого механізму психологічного захисту, як «раціоналізація» (40,7% респондентів), дозволяє вирішувати проблеми за допомогою цілеспрямованого аналізу ситуації, вироблення стратегії розв'язання наявних труднощів, планування власних дій з урахуванням об'єктивних умов, минулого досвіду і ресурсного потенціалу.

Визначальне значення у виборі особистістю тієї чи іншої копінг-стратегії належить копінг-ресурсам, які забезпечують психологічний фон для подолання стресу і зумовлюють формування копінг-поведінки. Так, у студентів-психологів копінг-стратегія «планування вирішення проблем» позитивно пов'язується з «індексом ресурсності» ($r=0,27$; $p\leq 0,05$) та має негативний статистично значущий зв'язок з «втратами ресурсів» ($r=0,25$; $p\leq 0,05$). Встановлено помірний позитивний зв'язок між копінгом «позитивна переоцінка» та «придбанням ресурсів» ($r=0,37$; $p\leq 0,01$) та слабкий – з «індексом ресурсності» ($r=0,25$; $p\leq 0,05$). «Втеча-уникнення» має зворотній слабкий зв'язок з «індексом ресурсності» ($r=0,27$; $p\leq 0,05$). Порушення балансу між життєвими розчаруваннями і досягненнями зумовлюють неконструктивні копінг-стратегії, надмірна витрата копінг-ресурсів блокує розвиток конструктивних копінгів.

Висновки. Отже, результати дослідження дозволили нам визначити особливості змістовних характеристик захисно-копінгової поведінки у студентів-психологів, дослідити взаємозв'язки механізмів психологічного захисту та копінг-механізмів в рамках єдиної системи у майбутніх психологів. Ми довели, що встановлення рівноваги між втратами і придбаннями персональних ресурсів з одночасним збільшенням частки їх придбань сприятиме залученню цієї категорії досліджуваних до активних проблемно- та емоційно-орієнтованих копінг-стратегій з урахуванням можливої актуалізації відповідних механізмів психологічного захисту. Результати дослідження надали нам можливість встановити

місця стресової «уразливості» майбутніх психологів та спрогнозувати подальші шляхи формування в них високофункціональної захисно-копінгової поведінки, що впливатиме на готовність до професійної діяльності. З огляду на засади ресурсного підходу подолання стресу подальшу перспективу дослідження убачаємо у ґрунтовному аналізі копінг-ресурсів студентів-психологів та розробці дієвих методів їх розвитку.

Література:

1. Авраменко Н.Н. Роль рефлексивных процессов в выборе стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями у студентов. *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*. 2016. Т. 22. С. 128–132.
2. Водопьянова Н.Е. Ресурсное обеспечение противодействия профессиональному выгоранию субъектов труда (на примере специалистов «субъект-субъектных» профессий) : автореф. дис. на соискание науч. степени доктора психол. Наук : 19.00.03. Санкт-Петербург, 2014. 49 с.
3. Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни : монография. Санкт-Петербург : Издательство СПбГМУ, 2009. 136с.
4. Корытова Г.С., Еремина Ю.А. Защитно-совладающее поведение: ретроспективная реконструкция понятия. *Вестник Томского государственного педагогического университета*. 2015. Вып. 3 (156). С. 42–48.
5. Куравська Н. Прояви захищеності як чинника психологічної безпеки студентів в умовах ВНЗ. *Збірник наукових праць: психологія*. 2016. Вип. 21. С. 79–86. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpfsp_2016_21_13.
6. Маркер А.В., Хандархаев А.М. Особенности и взаимосвязь копинг-стратегий у студентов-психологов. *Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология*. 2017. Т. 20. С. 32–38.
7. Погрібна А.О. Особливості взаємозв'язків механізмів психологічного захисту та копінг-механізмів в рамках єдиної системи у вчителів шкіл-інтернатів для дітей з вадами інтелекту. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. Вип. 4. С. 124–131.
8. Резнікова О.А. Особливості регуляторних можливостей та адаптаційних проявів психологічного захисту студентів. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. 2015. № 2. С. 104–109.
9. Lazarus R.S., Folkman S. Transactional theory and research on emotion and coping. *Eur. J. Pers.* 1987. V.1. P. 141–169.
10. Plutchik R., Keliernan H. A general psychoevolutionary theory of emotions. *Emotion: Theory, research, and experience: V. 1*. NY. : Academic Press, 1980. P. 3–33.

Pohribna A. O., Proskurna O. V. Protection-coping behavior as a component of the readiness for professional activities of students-psychologists

The article is devoted to the problem of protective-coping behavior of psychology students, which is considered as an important component of readiness for professional activity. Scientific sources identify the high emotional intensity of psychologists' activity in performing their functions of diagnostic, developmental, therapeutic, corrective and other character. Increased affectiveness of this professional environment requires a highly functional protective-coping behavior from a specialist as a guarantee of the psychological health of employees and increase the efficiency of their professional activity.

Based on theoretical analysis, the authors consider protective-coping behavior as a coherent, single construct, reflecting the interaction of unconscious defense mechanisms and conscious coping strategies in the structure of the individual, taking into account his or her personal resources. In the course of the experimental study, the peculiarities of the substantive characteristics of the protective-coping behavior of psychologists students were identified, which consisted in the use of a wide range of adaptive mechanisms: protective mechanisms of regression, compensation, denial, hypercompensation, projection, substitution, coping strategies, problem-solving planning, self-control, positive reevaluation, distancing, dominance of the average level of resource, equation of subjective estimates of losses of internal resources to evaluation of their acquisitions. Relationships between indicators of protective mechanisms, coping strategies and coping resources have been established among the future psychologists, which allow to state that restoration of balance between losses and acquisitions of personal resources with simultaneous increase of the part of their acquisitions will contribute to the involvement of this category of investigated to active problematic and emotionally oriented coping strategies, taking into account the possible actualization of appropriate mechanisms of psychological protection.

The results of the study provided an opportunity to identify places of stressful "vulnerability" of future psychologists and to predict further ways of forming highly functional protective-coping behavior in them, which will influence the readiness for professional activity.

Key words: mechanisms of psychological protection, coping strategies, coping resources, adaptation process, stress.