

## 4 механизма психологической защиты у детей

*Далеко не все распознают психологические механизмы защиты у детей и часто принимают их за ложь. Важно не путать их, чтобы помочь ребёнку, а не сделать хуже.*



В определённом возрасте мамы и папы сталкиваются с такими особенностями своего ребёнка, как **использование психологических защитных механизмов**.

Однако далеко не все распознают это и принимают механизмы за ложь. Если у вас нет специального образования, то разобраться с этой темой очень сложно.

В чём же разница между ложью и [психологическими защитными механизмами](#)?

*Ложь – это, как правило, осознанный обман.*

*Психологические защиты – неосознаваемый процесс, который призван оградить психику ребёнка от травмирующих факторов*

Я приведу примеры, которые коснулись моих детей. Чтобы разобраться во всём, я изучала специальную литературу и советы психологов.

## 1. Отрицание



Это стремление избежать чего-то нового, несовместимого со сложившейся информацией о мире. Например, когда мой сын пошёл в детский сад, он очень боялся строгой воспитательницы. Если я спрашивала про неё, то он отвечал, что её сегодня не было в группе. Хотя я точно знала, что воспитатель был. Дочка в этом же возрасте никогда не признавалась, что написала мимо горшка. При любом удобном случае она перекладывала вину на других. Это мог быть кто угодно, вплоть до кошки, которую мы даже не имели.

*Ложь маленьких детей имеет часто защитную функцию. Ребёнок неосознанно обманывает, чтобы не травмировать свою психику. Он хочет чувствовать себя комфортно.*

## 2. Внушение

Это создание иллюзии происходящего. Этот защитный механизм я хорошо помню из своего детства. В моём классе учился один мальчик, который не любил физкультуру. Как только подходило время урока, у него жутко начинал болеть живот. Ему все верили, потому что он сильно плакал. Возможно, в эти моменты он и сам чувствовал большой дискомфорт.

## 3. Замещение



Это перенос реакции с недоступного на доступный объект. Например, когда ребёнка отучают от груди. Часто бывает, что малыш, который привык засыпать на груди, причмокивая мамино молочко, начинает сосать палец или крутить волосы. Так он получает разрядку и возвращается в то состояние, когда ему было тепло, уютно и спокойно.

## 4. Регресс

Это противоположность слову прогресс. Ребёнок возвращается на ступень ниже того развития, которое у него уже есть. Например, когда моя дочь пришла в ясельную группу, она была старше деток, многое умела и прекрасно говорила. В группе же почти все дети имели некоторые дефекты в речи. И когда дочка возвращалась домой, она тоже начинала изъясняться как малышка. Стала плаксивой, просила покачать её, хотя уже сама спокойно засыпала под сказку. Только потом я поняла, что этот регресс был именно потому, что ей хотелось ещё немного побыть маленькой. Это же так приятно, когда тебе уделяют столько внимания и заботы.



Надо сказать, что защитных механизмов огромное количество. Мне хотелось поделиться своим опытом внимательного отношения к психологическому здоровью детей. Теперь я всегда стараюсь понять первопричину происходящего.