



## ПСИХОЛОГИЯ ВОСПИТАНИЯ

М.А. Одинцова

# Механизмы психологической защиты подростков с установкой «жертва»



На протяжении жизни каждый человек, сталкиваясь с трудностями, использует тот или иной набор механизмов разрешения. Имеющиеся в арсенале способы преодоления проблем могут существенно меняться на протяжении жизненного пути человека и во многом зависят от сформировавшейся в процессе его жизнедеятельности установки. Установка (от фр. attitude) в традиционной психологии личности рассматривается как некая внутренняя аффективная ориентация (преднастройка), зависящая, прежде всего, от прошлого опыта [3, с. 45]. Установка, упрощая нашу ориентацию в мире, позволяя легко оценивать происходящее, способствует самовыражению личности, поддержанию самооценки на должном уровне, проявляясь в конкретных мнениях и поведении.

Имея определенную, уже зафиксированную в прошлом опыте установку, которая внесла свой положительный вклад и стала выгодной для индивида, человек вновь и вновь стремится к ее актуализации. Эти функции согласуются с психологическим явлением, обозначаемым как механизм психологической защиты. Главное отличие понятия установки от механизма защиты в очередности возникновения: установка — только готовность выразить какие-либо намерения, «преднастройка». Психологическая защита — уже непосредственно выраженные намерения, своеобразный выстроенный «щит», который может спасти индивида от «уколов» извне.

Установка, имея в своей основе устойчивые социальные нормы, стереотипы или социальные роли, близка по значению и с понятием менталитет. Менталитет есть образ мыслей, совокупность умственных навыков и духовных установок, присущих индивиду или группе людей. Исходя из этого, можно предположить, что установка жертвы непосредственным образом включается, например, в менталитет многострадальных белорусского, украинского и русского народов, переживших не так давно (в историческом масштабе) Вторую мировую войну и «только вчера» Чернобыльскую трагедию, развал Советского Союза, многочисленные трагедии сегодняшнего дня.

Следствием всего этого является травматический эффект, «футурошок», как обозначает это явление И.С. Кон (2001). Ситуация осложняется еще и социальной энтропией — неопределенностью дальнейшего развития событий, неопределенностью в выстраивании своей судьбы. Последние исследования Н.П. Фетискина (2007) в данной области показывают, что социальная энтропия приводит к пассивности, доминированию индивидуализма, гедонистических ориентаций, депрессии, состоянию

**Одинцова Мария Антоновна** — доцент кафедры социальной психологии Института психологии и педагогики г. Москва.

С 1991 по 2001 год работала психологом в Минской гимназии (Р. Беларусь), занималась проведением консультаций, психологических семинаров, тренингов, коррекционно-развивающей работой. За годы работы подготовлено 14 лауреатов и 2 участника научно-практических конференций в Белоруссии и России.

Преподает следующие дисциплины: общая психология (разработано и издано авторское учебно-методическое пособие в 2-х частях), социальная психология для студентов непсихологических специальностей (разработано и издано авторское учебно-методическое пособие), возрастная психология и психология развития. Авторские спецкурсы: «Психологическое сопровождение подростков с установкой “жертва”», «Особенности коррекционно-развивающей работы с подростками» (разработано и издано три учебно-методических пособия), авторский курс повышения квалификации «Преодоление установки жертвы».

Имеет более 30 публикаций по различным направлениям психологии.

В настоящее время работает над монографией «Установка жертвы как один из социально-приспособительных феноменов современной молодежи и особенности ее преодоления».



беспомощности и т. п. [16]. Наибольшую опасность представляет данная ситуация для подростков. Установка жертвы у них формируется быстрее и приводит к смещению нравственных критериев в их сознании.

Поэтому для выстраивания профессиональной практической работы с подростками с установкой на поведение жертвы необходим предваряющий ее теоретический анализ понятий «преодоление» и «механизм защиты», исследование соотношения данных понятий, возможного их сравнительного анализа и дифференциации, что и является основной задачей данной статьи.

В психологии нет единой точки зрения на механизмы протекания и выбора стратегий преодоления человеком трудных жизненных ситуаций. Эти вопросы остаются малоизученными. Противоречивым представляется и сопоставление понятий защитных механизмов с копинг-механизмами. Некоторые исследователи сводят эти понятия воедино, другие же, наоборот, видят в них принципиальные различия. Мы считаем, что подобные противоречия могут быть частично сняты при более детальном рассмотрении механизмов функционирования процессов совладания и психологических защит и их обусловленности определенными установками индивида, в данном случае установкой жертвы.

Проблема **совладающего, или копинг-, поведения** начала разрабатываться в научной литературе еще в 40—50-х годах. Термин «копинг» происходит от английского слова «to cope» — справляться, совладать, преодолевать. Более точно копинг определяется как «непрерывно меняющиеся когнитивные и поведенческие попытки справиться со специфическими внешними или внутренними требованиями, которые оцениваются как чрезмерные или превышающие ресурсы человека» [17].

Понятие coping сначала соотносилось с реагированием на экстремальные ситуации, когда обычного приспособления к сложившейся ситуации оказывалось недостаточно и требовались дополнительные энергетические затраты со стороны субъекта. Затем феномен coping распространился на описание поведения человека в поворотные моменты жизни. Наконец, данное понятие стало использоваться при описании поведения в повседневной действительности, например, в условиях хронических неприятностей и в каждодневных стрессовых ситуациях (Р. Лазарус).

Несмотря на некоторую мозаичность и размытость в исследованиях, смысл копинга остается тем же: копинг — это то, что делает человек, чтобы справиться со стрессом: он мобилизует все свои когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии.

Главная задача совладания — удержать человека в состоянии психического равновесия, если он попадает в критическую ситуацию или ситуацию социальной энтропии (неопределенности). Совладающее поведение реализуется посредством применения различных копинг-стратегий на основе ресурсов личности и среды.

В большинстве исследований выделяются внешние факторы, влияющие на преодолевающее поведение субъекта: сама ситуация, качество стрессоров, поддержка окружающих. Социальная поддержка, по мнению многих исследователей, является одним из важных ресурсов среды, и выбор социальной поддержки испытуемыми в качестве копинг-стратегии рассматривается как конструктивное совладание.

Доступность инструментальной, моральной и эмоциональной помощи со стороны социальной среды действительно облегчает адаптацию человека, но она может оказать ему и «медвежью услугу», поскольку чрезмерная опека и внимание извне, активный поиск субъектом поддержки во внешнем окружении не всегда способствует формированию конструктивных копинг-стратегий, создавая благодатную почву для активизации установки жертвы и еще более глубокому погружению в «футляр» психологических защит. Подростки являются более восприимчивыми к этой роли, быстро привыкают к такому удобному положению, становясь инфантильными, пассивными, зависимыми от помощи извне.

С нашей точки зрения, для эффективного преодоления подростками состояния жертвы, необходимо уделять внимание внутренним ресурсам личности. В последнее время в научной литературе появился ряд исследований, посвященных ресурсному подходу к копинг-стратегии. Ресурсные теории предполагают, что существует некоторый комплекс ключевых ресурсов.

На это обращал внимание еще Б.Г. Ананьев. Он и его последователи выделяют понятие жизнеспособности [1]. Необходимо отметить, что сама по себе жизнеспособность не может являться копингом, прежде всего потому, что копинг-стратегии — это приемы, алгоритмы действия, привычные и традиционные для личности, в то время как жизнеспособность — черта личности, установка на выживаемость. Кроме того, копинг-стратегии могут принимать как продуктивную, так и непродуктивную форму, а жизнеспособность — черта личности, позволяющая справляться с дистрессом эффективно и всегда в направлении личностного роста.

К личностным ресурсам, по мнению многих исследователей, относятся адекватная Я-концепция, позитивная самооценка, низкий нейротизм, интернальный локус контроля, оптимистическое мировоззрение, эмпатийный потенциал, способность к межличностным связям, отношениям и другие [4, 10, 12]. К позиции «другие» в последних научных исследованиях относят и **способность к творчеству** (Колиенко Н.С., 2008). Современные исследования Н.С. Колиенко, Н.Е. Рубцовой (2008) доказывают, что творческие способности можно по праву считать дополнительным ресурсом совладающего поведения подростков, способствующим поиску эффективных решений проблем и более продуктивному и пластичному преодолению трудностей [10]. Практическая работа автора данной статьи подтверждает, что механизм творчества может являться не просто допол-



нительным, а ведущим, ключевым ресурсом при преодолении трудных жизненных ситуаций подростками, особенно подростками с установкой жертвы.

Перейдем к анализу еще более дискуссионного и неоднозначного понятия «психологическая защита». В большом психологическом словаре **психологическая защита** (defense mechanism) трактуется как система регуляторных механизмов в психике, которые направлены на устранение или сведение к минимуму негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта [3]. Актуализация психологических защит может быть спровоцирована многими факторами, среди которых: длительное пребывание во враждебной социальной среде; переживание состояний фрустрированности или конфликта (как внешнего, так и внутреннего); неудовлетворенные потребности; психологическая безграмотность; отсутствие культуры и нравственности в общении с людьми; длительное воздействие, так называемого, «невидимого стресса», негативный жизненный опыт и многие другие.

Конечно, действие психологической защиты может быть вызвано внешними критическими ситуациями, но, на наш взгляд, гораздо важнее личностные факторы, в результате которых могут формироваться типичные формы защит. Ведь, как показывает опыт, человек в разных жизненных ситуациях пользуется сходными поведенческими конструктами, выработанными на основе типичных для данного индивида установок. Например, роль беспомощной жертвы человек может играть не только при переживании катастрофы, но и в любой критической и повседневной ситуации, так как в прошлом она дала определенный положительный опыт (поддержку, покровительство, внимание, заботу). Учитывая, что такая психологическая защита укрепила силы «Я», дала возможность ощущения личностной свободы от негативных переживаний, принесла определенную пользу, она закрепляется в арсенале и становится типичной для данного субъекта.

Исследования показывают, что организация защиты, и ее способность противостоять внешним вредоносным воздействиям у разных людей не одинакова [2, 15]. Одних выстроенная система защит не оберегает от негативного влияния, а других ограждает настолько прочно, что образуется своего рода «футляр», препятствующий личностному развитию. Безусловно, психологическая защита снижает напряженность, улучшает самочувствие, но иногда для удержания этого барьера требуется много сил и энергии. Все это в итоге приводит к хронической усталости или повышению общей тревожности, к отгороженности от окружающего мира (гиперрефлексии). Особенно опасна данная ситуация для слабого «Я», каким является подросток-жертва, потому что у такого субъекта и так формируется сильная психологическая защита, увеличивающая неадекватность восприятия окружающего (обман самого себя), происходит формирование и удержание мощного барь-

ера и, как итог — актуализируется соответствующее разрушительное поведение.

Как видно, проблема психологической защиты в психологии противоречива. С одной стороны — это стремление сохранить психическую гармонию, а с другой — затрата колоссального количества энергии на удержание себя в таком состоянии.

Существуют и позитивные стороны механизмов психологических защит. Так, любая защита, в том числе и психологическая, предназначена для обеспечения безопасности. «Безопасность весьма часто рассматривается как способность объекта, явления, процесса сохранить свою сущность и основную характеристику в условиях целенаправленного, разрушающего воздействия извне...» [11, с. 95].

Конструктивный эффект действия защитных механизмов проявляется в следующих видах: компенсация (А. Адлер), замена цели и средств достижения ее (А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн), переоценка ситуации (Н. Пезешкиан). На достижение таких конструктивных эффектов механизмов психологической защиты направлен ряд техник практической психологии («позитивный анализ проблемы», «разблокирование фиксированных идей» и многие другие), которые имеет в своем арсенале любой психолог-практик и которые, как показывает опыт, весьма эффективны при работе с подростками с установкой жертвы [14].

При правильном функционировании психологическая защита предотвращает дезорганизацию психической деятельности и поведения. Наличие защиты позволяет, с одной стороны, избежать состояния «жертвы» — переживания чувств бессилия, беспомощности и обреченности. А с другой — поддерживает данную установку в целях манипулирования окружающими, так как «выгодно» быть беспомощным и обреченным, получая при этом помощь и покровительство извне. К общим функциям психологической защиты: уничтожению страха, сохранению высокой самооценки, — на наш взгляд, следует добавить получение «выгоды». Главное — не дать возможности подростку «зависнуть» в этом состоянии, вовремя подтолкнуть его на следующую ступеньку: от защиты — к совладанию. В этом основная задача психолога, работающего с подростками с установкой жертвы.

Таким образом, в основе понятия психологической защиты лежит следующее положение. Во-первых, психологическая защита — реальное психическое явление, описанное в практике психоанализа. Во-вторых, психологическая защита — совокупность приемов, направленных на уменьшение или устранение любого изменения, возникшего в результате психологической травмы, стрессовой ситуации с целью сохранения психологического гомеостаза, цельности, эмоциональной стабильности индивида. В-третьих, психологическая защита оказывается встроенной в структуру личности. Именно личностные особенности во многом определяют типичную модель реагирования субъекта в сложных ситуациях. В-четвертых, психологическая защита реализуется посредством частного или комплексного ис-



пользования защитных механизмов (процессов интрапсихической адаптации личности за счет подсознательной переработки поступающей информации). В-пятых, возникновению психологической защиты способствует ситуация, которая представляет собой некоторое испытание для человека [6, с. 108—110]. В-шестых, психологическая защита во многом определяется системой установок, которые являются внутренней аффективной ориентацией (преднастройкой) индивида.

Перейдем к сравнительной характеристике особенностей **защитных механизмов и копинг-стратегий** подростков с установкой на поведение жертвы.

При исследовании психологии поведения жертвы в науке делаются попытки сравнить механизмы психологической защиты и совладающего поведения [13]. Так, по мнению некоторых авторов, механизмы психологической защиты не приспособлены к ситуации и являются ригидными. Но рассматриваемая нами установка на поведение жертвы позволяет человеку достаточно пластично, гибко, легко приспособляться к требованиям ситуации. Утверждение, что при включении механизма защиты человек стремится к «уменьшению эмоционального напряжения», тоже можно подвергнуть сомнению, так как позиция жертвы всегда предполагает мнимые страдания (а это определенное эмоциональное напряжение) с целью вызвать жалость, сочувствие и сострадание. С утверждением относительно «близорукости» психологических защит также нельзя согласиться, так как установка жертвы не только создает возможность разового снижения напряжения по принципу «здесь и сейчас». Мы можем встретить множество людей с пожизненной установкой жертвы, они так живут, искусно манипулируя своим окружением, вжившись в роль настолько, что уже не знают, где границы «Я» и их роли. Из представленного подхода для отнесения установки жертвы к «преднастройке» механизма защиты нам подходит только последнее утверждение: «приводят к искажению восприятия действительности и самого себя, в то время как процессы совладания связаны с реалистическим восприятием и способностью к объективному отношению к самому себе» [13, с. 74].

Исходя из вышеописанного подхода, можно было бы сделать вывод, что установка на поведение жертвы включает или является «преднастройкой» совладающего поведения. Но, согласно выделенным в психологии схожим функциям установки и психологической защиты: выгода, польза, упрощение ориентации человека в мире, самовыражение при помощи игры — можно утверждать, что установка жертвы связана с механизмом психологической защиты от улолов, травм извне, способствующим пассивности, инертности, безынициативности и стремлению к получению выгоды. Хотя гипотетически движение и в том, и в другом направлении (например, от совладания к защите и наоборот) возможны, но это может быть обусловлено, в первую очередь, истощением энергетических ресурсов человека, неадекватностью выбранной формы поведения и накоплением оши-

бок. Такой анализ приводит нас к весьма неоднозначному выводу. Установка на поведение жертвы — достаточно выгодное для индивида образование, это определенный почерк поведения и деятельности, заложенный в менталитете индивида, и даже, по некоторым предположениям (Тессер, 1993), это косвенное следствие генетического склада, поэтому и попытки изменить такую установку далеко не всегда бывают успешными. Когда такая установка дает толчок формированию психологической защиты, индивид попадает в ловушку, искусно выстроенную им самим, и тогда совладание может быть невозможным. Это и создает определенные трудности в выстраивании психолого-педагогической работы с подростками.

Как мы видим, определения совладания и психологической защиты, выделенные в научной литературе, чрезмерно размыты, в результате чего возникает не только терминологическая, но и смысловая путаница.

Для дальнейшего анализа обратимся к первоисточникам. В. Даль трактует великое русское слово «преодоление», «преодолевать», таким образом: «одолеть, осилить, побороть, победить, превозмочь, покорить, низложить и подчинить себе». В таком понимании данный термин шире понятия совладания и понятия психологической защиты, оно может включать в себя оба феномена. Преодолевать последствия травмы субъект может, используя как механизм защиты, так и различные копинг-стратегии. Причем одно может переходить в другое, поскольку понятие «преодоление» очень динамично, активно, в нем много энергии. Оно направлено на победоносное разрешение: «преодолевают врага в битве, страсти свои в борьбе с ними, лень свою, отвращение от чего-то и прочее» — пишет В. Даль. Он продолжает, давая пояснение: «преодолев сам себя (самотность свою) преодолеешь первого врага своего» [8].

Относительно обобщенного анализа совладания и механизмов психологической защиты в научной литературе также нет единого мнения. Для исправления ситуации обратимся к предложенной Б.Г. Ананьевым [1] концепции энергетического потенциала, который позволяет человеку одновременно развиваться, обогащать себя и совладать со стрессами, встречаясь с ними на его пути. Б.Г. Ананьев выделяет силу энергетического потенциала как оптимальный уровень разрешения трудных и экстремальных ситуаций. Обозначая сущность названного энергетического потенциала, сам Б.Г. Ананьев ввел в научный оборот понятие «жизнеспособность», включающее, по его мнению, активность интеллекта, уровень волевого усилия, эмоциональную выносливость, устойчивость установки на реализацию определенной цели. Экспериментально выявлено, что именно энергопотенциал личности — основа открытого и энергичного противостояния стрессовым событиям. Нестойкие люди демонстрируют отсутствие энергии, бессилие, нигилизм, низкое самоуважение, а потому неспособны конструктивно совладать с кризисными ситуаци-



№		Преодоление	
<b>Механизмы психологической защиты и совладающее поведение</b>			
1.	<b>Цели</b>	1. Изживание последствий травмы 2. Поддержание целостности сознания	
2.	<b>Общее</b>	Сознательность — неосознанность Гибкость — ригидность Ситуативность — внеситуативность Автоматизм — продуманность Индивидуально-стилевая специфика	
3.	<b>Различия</b>	<b>Энергетический потенциал</b>	
		<b>Механизмы психологической защиты</b>	<b>Совладающее поведение</b>
	Активность	Низкий уровень активности, направленный на преодоление травмирующей ситуации, но высокий уровень активности направленный на удержание защиты от «уколов» извне и поиск ресурсов во внешнем мире.	Высокий уровень активности, направленный на совладание с травмирующей ситуацией. Поиск ресурсов в себе.
	Когнитивный компонент	Переработка информации с целью создания блока, препятствующего травме, «оборонительность».	Переработка информации с целью разрушения блока и поиска эффективных способов преодоления травмы.
	Эмоциональный компонент	Вытеснение проблемы из сознания, отстранение от нее, уход в виде разнообразных защит для обеспечения душевного комфорта.	Решение проблемы или при невозможности решения, изменение отношения к ней.
	Волевой компонент	Стремление к слиянию со средой и превращение в «адаптанта» с целью получения комфортного состояния без привлечения волевых усилий. Избегание ответственности.	Конструктивная адаптация с целью получения пользы и опыта
	Творческий компонент	Искажение смысла ситуации различными, приемлемыми для личности способами, создание «своего мира».	Реальный взгляд на ситуацию, бриколаж (bricoleurs) — особая изобретательность, создание из «невозможного возможное».
	Поведенческий компонент	Спонтанное, автоматическое реагирование. Обращение за помощью к окружающему миру.	Сознательное планирование выхода из травмирующей ситуации. Обращение за помощью к себе в первую очередь.

Табл. 1. Сравнение механизмов психологической защиты и совладающего поведения

ями, часто прибегают к актуализации установки жертвы. Личностный потенциал включает когнитивный, эмоциональный, волевой, и, как отмечается в последних исследованиях, творческий компоненты, направленные на формирование поведения определенного типа.

Таким образом, мы получаем следующую сравнительную характеристику, которую для удобства анализа представим в виде таблицы (табл. 1).

Подведем некоторые итоги.

1. Преодоление, являясь индивидуальным, динамическим способом взаимодействия с травмирующей ситуацией, включающее в себя совладание и механизмы психологической защиты, направлено на решение двух общих взаимосвязанных целей: а) изживание последствий травмы; б) сохранение целостности сознания.

2. Для каждого человека характерен свой специфический стиль преодоления, выработанный в процессе жизнедеятельности, основанный на определенных установках и опыте, одним из таких стилей является поведение жертвы, особенно удобное для подростков.

3. Стиль преодоления зависит от энергетического потенциала. Низкий уровень активности, направленной на преодоление травмирующей ситуации, но высокий уровень активности, направленной на удержание защиты от «уколов» извне, и поиск ресурсов во внешнем мире характеризует поведение подростков с установкой жертвы. Высокий уровень активности, направленной на совладание с травмирующей ситуацией, поиск ресурсов в себе характеризует противоположное поведение. Энергетический потенциал влияет на характеристики и функционирование ког-



нитивного, эмоционального, волевого, творческого и поведенческого компонентов.

4. Преодоление бывает как сознательным, так и неосознанным, может включаться автоматически, а иногда ситуация тщательно продумывается. Преодоление характеризуется ситуативностью, может быть как гибким, так и ригидным в зависимости от личностных особенностей субъекта и от его установок.

Установка на поведение жертвы, будучи некоторым косвенным следствием менталитета индивида «включает» механизм психологической защиты от травм извне. Такая установка способствует пассивности, инертности, безынициативности и стремлению к получению выгоды. Подростки особенно изобретательны для привлечения помощи извне.

Причиняя себе мнимые страдания, они, порой, так вживаются в роль, что теряют себя в пространстве роли-жертвы, но получают поддержку, внимание, покровительство и даже любовь. Поиском «костыля», на который можно опереться в любой момент при переживании трудной ситуации, заниматься долго не приходится, всегда найдется «добрая душа», стремящаяся оказать помощь. Используя такой «хитрый» механизм, обманывая себя и окружение, подросток-жертва все же преодолевает трудную ситуацию.

Возникает вопрос: насколько эффективно? При изучении выработанных в психологии критериев эффективности преодоления трудной жизненной ситуации, выясняется, что очень даже эффективно. Например, согласно ситуационному критерию, означающему, что процесс преодоления можно считать завершенным, когда ситуация утрачивает для субъекта свою негативную значимость, преодоление при помощи установок жертвы можно считать успешным. Согласно личностному критерию, означающему заметное снижение депрессии, тревожности, раздражительности, — такое преодоление тоже эффективно. Существует и адаптационный критерий эффективности, считающийся самым надежным. При поведении, включающем установку жертвы, действительно снижается уровень уязвимости и повышаются адаптационные ресурсы личности.

Как видим, установка жертвы — это очень специфическая форма социальной установки, опровергающая традиционные взгляды на нее в психологии, имеющая хронический характер, усложняющая и затягивающая преодоление трудной ситуации. Это социально-приспособительный феномен, отличающийся своими уникальными характеристиками, которые требуют более детального исследования. Это великая манипуляция, в которой подросток отличается многоликостью, чрезвычайной пластичностью, благодаря чему достигает своей цели. Поэтому и психологическая работа должна быть продумана особым образом, дабы не попасть в ловушку «великого манипулятора-жертвы».

## ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. — М.: Педагогика, 1980.
2. Бассин Ф.В. О силе «Я» и психологической защите // Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия. — Самара: БАХРАХ-М, 2000.
3. Большой психологический словарь. — СПб: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. — М.: МГУ, 1984.
5. Василюк Ф.Е. Жизненный мир и личность: типологический анализ критических ситуаций // Журнал практической психологии и психоанализа, 2001, №4.
6. Волкович А.Г. Значение психологической защиты в профессиональной деятельности // Системогенез учебной и профессиональной деятельности: Мат-лы III Всеросс. научно-практ. конф., 9—10 октября 2007 г., Ярославль. — Ярославль: Канцлер, 2007. — С. 108—110.
7. Демина Л.Д., Ральникова И.А. Психическое здоровье и защитные механизмы личности. — Барнаул, 2003.
8. Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка в 4-х т. Т. 3. — СПб, 2008.
9. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий. — СПб: Питер, 2004.
10. Колиенко Н.С. Роль творческих способностей в выборе копинг-стратегий у подростков // Седьмая волна психологии. Вып. 3. — Ярославль, Минск: МАПН, ЯрГУ, 2008. — С. 222—226.
11. Калмыкова О.И. Обеспечение личностной безопасности школьника как показатель психологической культуры педагога // Психология образования: Подготовка кадров и психологическое просвещение. — М., 2007. — С. 95—97.
12. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. — М.: Психоаналитическая Ассоциация, 1998.
13. Малкина-Пых И.Г. Психология поведения жертвы. — М.: Эксмо, 2006.
14. Одинцова М.А. Особенности проявления установки «жертва» у подростков // Гуманитарно-экономический вестник, №4. — Мн.: МГЭИ, 2007. — С. 67—85.
15. Скворцова И.Б. Цветков А.В. Динамика развития защитных механизмов личности у подростков 14—17 лет // Современное состояние теоретических и прикладных психологических исследований в социальной и педагогической психологии: Материалы Всеросс. научно-практ. конф., Иваново, 29—30 ноября 2007 г. — Иваново: ИвГУ, 2007. — С. 298—302.
16. Фетискин Н.П. О влиянии социальной неопределенности на базовые параметры жизнедеятельности личности и социальных групп // Современное состояние теоретических и прикладных психологических исследований в социальной и педагогической психологии: материалы Всеросс. научно-практ. конф., Иваново, 29—30 ноября 2007 г. — Иваново: ИвГУ, 2007. — С. 80—83.
17. Lazarus R.S. Cognitive and coping processes in emotion. In: B. Weiner (ED). Cognitive views of human motivation. — New York: Academic Press, 1974. — PP. 21—31.