

# Компенсация как механизм психологической защиты

Подготовила: Чередник Татьяна

Группа: 15 ПСД(с)ПСД

## Что такое компенсация?

- **Компенсация** - (от лат. compensatio - возмещение, уравнивание) - замещение, перестройка нарушенных или недоразвитых функций организма, своеобразное его приспособление к изменившимся негативным условиям существования и попытка заменить пораженные, вышедшие из строя или непродуктивно работающие структуры относительно сохранными, компенсаторными механизмами.  
**Компенсация** - онтогенетически самый поздний и когнитивно сложный защитный механизм, который развивается и используется, как правило, сознательно.

# Функции и реализация

- Предназначен для сдерживания чувства печали, горя по поводу реальной или мнимой потери, утраты, нехватки, недостатка, неполноценности.
- Предполагает попытку исправления или нахождения замены этой неполноценности.

Механизм компенсации реализуется:

- через настойчивую работу над самосовершенствованием,
- через стремление к достижению значительных результатов в избранных для этого видах деятельности.



# Виды компенсации

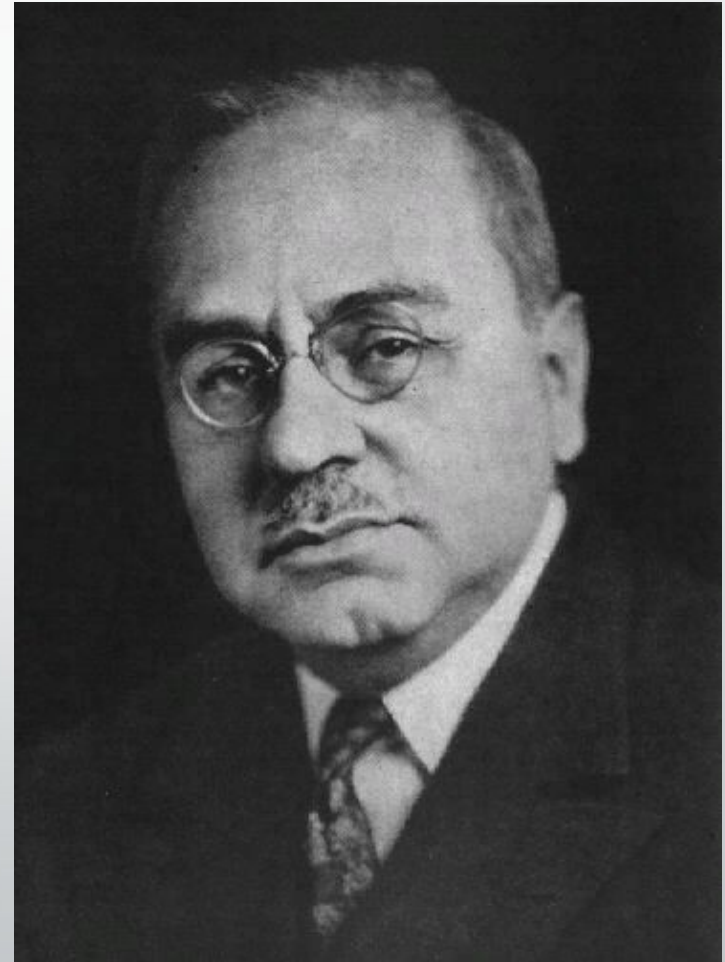
- Компенсация может быть:
- социально приемлемой (слепой становится знаменитым музыкантом)
- неприемлемой (компенсация низкого роста стремлением к власти и агрессивностью: компенсация инвалидности - грубостью и конфликтностью)

Также выделяют:

- прямую компенсацию (стремление к успеху в заведомо проигрышной области)
- косвенную компенсацию (стремление утвердить себя в другой сфере).

# Автор описания защитных механизмов компенсации и гиперкомпенсации - А. Адлер

- А. Адлер указал на то, что процесс компенсации имеет место и в психической сфере: люди часто стремятся не только компенсировать недостаточность органа, но у них также появляется субъективное чувство неполноценности, которое развивается из ощущения собственного психологического или социального бессилия. Ощущение неполноценности по разным причинам может стать чрезмерным.
- В ответ на чувство неполноценности у индивидуума появляются две формы защитных механизмов: **компенсация и гиперкомпенсация.**



**Гиперкомпенсация** → человек старается развить те данные, которые у него слабо развиты.

**Компенсация** → вместо развития недостающего качества человек начинает интенсивно развивать тот признак, который у него и так хорошо развит, компенсируя тем самым свой недостаток.





Спасибо за внимание