

# ВОЗРАСТНОЙ РЕГРЕСС

Регрессия - один из механизмов психологической защиты, при котором субъект возвращается к формам поведения, типичным для предшествующих стадий его развития.

Понятие *регресс* (от лат. regressus – «возвращение») и  
*Регрессия* (от лат. regression – «движение вспять»).

В основе этой защиты лежит объективный факт, что маленького ребёнка люди обычно склонны защищать в большей степени, чем взрослого человека.



Сохраняя  
воспоминания о  
чувстве  
безопасности,  
которое было у  
большинства из  
нас в детстве, мы  
начинаем  
проявлять детские,  
не адаптивные  
черты характера и  
модели поведения.



Зачастую это действительно приводит к тому, что окружающие начинают защищать «беззащитного ребёнка». Однако, регрессия может срабатывать даже тогда, когда рядом попросту никого нет.





В трудных ситуациях человек, подобно ребенку, проявляет свою зависимость от окружающих, отказывается от самостоятельности в поступках, от приема собственных решений, от своей ответственности за что-либо.

Регрессия поведения – форма психологической защиты, состоящая в возвращении к ранним, связанным с детством типам поведения, переходе на предшествующие уровни психического развития и актуализации успешных в прошлом способов реагирования.



*Регрессивное поведение* проявляется в стрессогенных ситуациях, адекватное поведение в которых оказывается невозможным для индивида в силу их высокой значимости, новизны, сложности или психофизиологического состояния самого индивида (усталость, болезнь, регрессия возраста в гипнозе).

В психоаналитических теориях регрессивное поведение рассматривается как неэффективная защита, поскольку индивид вместо того, чтобы справиться с ситуацией, вынужден уйти от реальности, возвратясь к той стадии развития личности (согласно онтогенетической модели З. Фрейда), в которой переживалось чувство удовольствия.



В когнитивных теориях под регрессией поведения понимаются обращение к более примитивным схемам познания и действия при взаимодействии с новой, сложной ситуацией, что служит источником дальнейшего прогрессивного развития личности.

В теориях творчества также отмечается позитивная роль способности личности к целенаправленной регрессии поведения при решении творческой задачи, позволяющей достигать оригинальные, нестандартные результаты за счет снятия социальных барьеров на стадии генерирования идей.

Таким образом, регрессия поведения может осуществляться по отношению к различным уровням реализации деятельности и сферам личности – мотивационно-потребностной, смысловой, целевой, операциональной.

## ВИДЫ ДЕТСКОЙ РЕГРЕССИИ

```
graph TD; A[ВИДЫ ДЕТСКОЙ РЕГРЕССИИ] --> B[Регресс эмоциональной регуляции]; A --> C[Речевой регресс]; A --> D[Регресс из-за нетерпимости, несоответствия образцу]; B --> E[Кратковременный регресс навыков]; C --> F[Кратковременный неглубокий регресс поведения и способов аффективного реагирования];
```

*Регресс эмоциональной регуляции*

*Речевой регресс*

*Регресс из-за нетерпимости, несоответствия образцу*

*Кратковременный регресс навыков*

*Кратковременный неглубокий регресс поведения и способов аффективного реагирования*

# Таблица – Виды детской регрессии

Вид регрессии	Особенности
1. Кратковременный регресс навыков	Возможен в ситуации, вызывающей страх, в ослабленном состоянии после болезни или в состоянии усталости.
2. Регресс эмоциональной регуляции	Проявляется в условиях эмоционального истощения: любой маленький ребенок, скорее всего, прибегнет к менее зрелым и более мощным по своей защитной функции формам реагирования на аффективные трудности.

Вид регрессии	Особенности
3. Кратковременный неглубокий регресс поведения и способов аффективного реагирования	Возможен в ситуациях, связанных с изменением всей системы жизненных стереотипов семьи (например, в случае рождения нового ребенка).
4. Регресс из-за нетерпимости, несоответствия образцу	Тенденция поначалу отказываться применять на практике навык, несовершенство которого по сравнению с образцом взрослого или собственного поведения бросается в глаза ребенку.
5. Речевой регресс	Ребенок начинает говорить, как маленький, не свойственным его возрасту образом.



Особо важно значение имеет регресс, если мы имеем дело с приемным ребенком. Как правило, приемный ребенок не только педагогически запущен, поскольку его кровные родители не занимались с ним, не готовили его к школе и т. п. Чаще всего приемный ребенок имеет задержку психологического развития.



Практически каждый приемный ребенок в той или иной форме переживает возрастной регресс. И очень важно, чтобы на этот раз все произошло правильно и гармонично, *под контролем приемных родителей.*

Регрессия может выступать *не только как симптом невроза или психоза, но и как способ восстановить утраченное равновесие* и расширить горизонты психической субстанции. Именно регрессия активизирует образы и выводит их из области *бессознательного*.

Регрессия извлекает из бессознательного такие содержательные элементы, которые действуют в качестве «преобразователей энергии» и способны вернуть психическому процессу *прогрессивную направленность*.

Регрессия способствует обогащению сознания, поскольку содержит – пусть и в недифференцированной форме – *зерно нового психического здоровья.*

