

ІСТОРИЧНА ОБУМОВЛЕНІСТЬ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСТІВ

Лазор Катерина Петрівна

к.політ.н., доцент кафедри психології

Національний університет

«Одеська юридична академія»

Психологічний захисний механізм як неусвідомлюване психічне явище визначає особливості сприйняття, ставлення та поведінки людини в різних життєвих ситуаціях. Це вказує на те що, особливості механізмів психологічного захисту мають великий вплив на всі сфери життя особистості. Історія становлення проблематики захисних механізмів психіки в психології починається з психоаналітичної теорії З. Фрейда, але неоднозначність сприйняття та оцінки парадигми психоаналізу наклало свій відбиток і на розгляд механізмів психологічного захисту як об'єкта наукового дослідження і досі залишається актуальною проблемою сучасних дискусій.

Першочергова роль у вивченні психологічного захисту належить З. Фрейду. Їм була виділена дуже важлива сторона даної проблеми: психологічний захист це природна особливість будь-якої людини, як здорової, так і хворої. Вперше про захист було написано в кінці другої частини «Попереднього повідомлення» Й. Бройера і З. Фрейда в 1893 цей термін був використаний ними у ряді робіт для опису боротьби «Я» проти хворобливих або нестерпних думок і афектів. У більш пізніх роботах термін «захист» був змінений З. Фрейдом на «Придушення». Пізніше, в 1926 році, З. Фрейд повернувся до старої концепції захисту, запровадивши разом з придушенням інші механізми захисту, які використовуються досі [10, 11].

Активне неприйняття психоаналізу у вітчизняній науці на межах 50-х та 70-х рр. ХХ ст. не дозволило дослідникам зробити вагомий внесок у розробку проблем психологічного захисту. Даний термін старанно не вживався або замінювався на інший, наприклад «психологічний бар'єр», «захисна реакція», «смісловий бар'єр», «компенсаторні механізми» та ін. Тому саме поняття «психологічного захисту» стало використовуватися вже після закінчення цього періоду.

У своїй роботі Л. Хьелл і Д. Зіглер звертають увагу на те, що захисні механізми – це неусвідомлені реакції, що захищають індивідуума від таких неприємних ситуацій, як тривога і почуття провини; его-захисні тенденції, спотворюють або приховують загрозливі імпульси від людини, так визначають творчі фрейдівського трактування захисних механізмів [12].

У вітчизняній психології велика роль у вивченні психологічного захисту належить Ф. В. Бассину. Критикуючи психоаналіз за відсутність наукової

основи, він розглянув висунуті в практиці психоаналізу феномени на основі «іншої методології», під якою розуміється діалектичний матеріалізм [2]. Дослідники Ф. Ю. Василюк, В. С. Роттенберг, В. А. Ташлик вважають, що психологічний захист однозначно непродуктивний, шкідливий засіб рішення внутрішньо-зовнішнього конфлікту [3, 8, 14].

Р. М. Грановська та І. Я. Березня відзначають, що психологічний захист гальмує політ творчої фантазії, роботу інтуїції, він виступає в якості бар'єру, який звужує, закриває і спотворює повноцінне сприйняття і переживання світу. Ці дослідники описують захист як організацію пасток і перетворювачів небезпечної і тривожної для особистості інформації. Найбільш небезпечна інформація не сприймається, менш небезпечна сприймається, але потім спотворюється, трансформується в «легкотравну» для особистості. Одночасно автори відзначають і позитивну роль захисту. Захист застерігає свідомість від інформації, яка може зруйнувати цілеспрямоване мислення. Мислення, яке налаштований на вирішення проблеми в узгодженні з відображеною картиною ситуації. У цьому сенсі захисні техніки розглядаються як система стабілізації особистості, спрямованої на усунення або мінімізацію негативних емоцій, тривоги, що виникають при неузгодженості наявної картини світу і ситуації з новою і несподіваною інформації. Ще раніше Р.М. Грановська вказувала на те, що за допомогою психологічного захисту регулюється поведінка «в ситуаціях, коли інтенсивність потреби наростає, а умови її задоволення відсутні». Р.М. Грановська виправдовує застосування захисних механізмів психіки особами з жорсткою і відсталю системою принципів поведінки; у цих осіб захисні механізми нібито оберігають психіку. Однак автор виключає зі сфери свого розгляду що, по-перше, захисні механізми ще сильніше закріплюють ригідні засоби поведінки, і, по-друге, ця ригідна система принципів поведінки якраз і може бути обумовлено використанням психологічного захисту в кризових ситуаціях [3, 4, 8].

Дослідження феномена психологічного захисту в психології показали, що психологічні захисні механізми від негативних переживань не тільки можуть носити неусвідомлюваний характер, а й формуватися самою людиною. Л. Мерфі пропонує дати іншу назву цього психологічного явища. Він назвав його копінг-поведінка. У психологічній літературі копінг-поведінка розглядається як завжди усвідомлена стратегія, яка формується пізніше, ніж психологічний захист. Копінг – це активні, переважно усвідомлені особливості, що активуються в ситуаціях психологічної погрози і спрямовані на оволодіння важкою ситуацією. Для визначення свідомих зусиль особистості, які приймаються у ситуаціях психологічної загрози, у науковій літературі використовується розповсюджене зараз поняття копінг-поведінки, або усвідомлені стратегії подолання стресу і з іншими подіями які продовжують тривогу [8, 9, 14].

За своїм змістом поняття «копінга» близьке до поняття «психологічного захисту». Дійсно, якщо відбувається стресова подія, людина реагує на неї підсвідомо або потенційно усвідомленими цілеспрямованими адаптивними

діями. Основною відмінністю захисних механізмів від копінг-стратегій є неусвідомлене «вмикання» перших і свідоме використання других.

У наші часи проводиться багато паралелей між механізмами психологічного захисту механізмами подолання (копінг-стратегіями). Х. Шредер вважає, що загалом, континуумі психічної регуляції захисні реакції займають останній рівень співволодіння з стресовими ситуаціями, рівень, який вже має характер прогресуючої декомпенсації. Захисний варіант регуляції поведінки спрямований на маскування актуальної соціальної недієздатності (у тому числі маскування перед самим собою), на витіснення інформації, яка суперечить «Я-концепції» [7, 13].

Б. Д. Карвасарський вказує, що якщо процеси подолання спрямовані на активну зміну ситуації і задоволення значущих потреб, то процеси компенсації і особливо захисту спрямовані на пом'якшення психічного дискомфорту [5].

Як зазначає Л. І. Анциферова (1994), люди, які вдаються до механізмам психологічного захисту в проблемних і стресових ситуаціях, сприймають світ як джерело небезпек, у них невисока самооцінка, а світогляд забарвлений песимізмом. Люди ж, які віддають перевагу в подібних ситуаціях конструктивній стратегії, виявляються особистостями з оптимістичним світоглядом, стійкою позитивною самооцінкою, реалістичним підходом до життя і сильно вираженою мотивацією досягнення [1].

Р. Лазарус розглядає психологічний захист як пасивну копінг-поведінку. Автор виділив параметри диференціації між захисними механізмами і механізмами подолання.

1. Тимчасова спрямованість. Захист, як правило, намагається вирішити ситуацію «зараз», не зв'язуючи цю актуальну ситуацію з майбутніми ситуаціями. У цьому сенсі психологічна захист обслуговує актуальний психологічний комфорт.

2. Інструментальна спрямованість. Захист «думає» тільки про себе, якщо він і враховує інтереси оточення, то тільки для того, щоб вони, у свою чергу, «задовільнили» його інтереси.

3. Функціонально-цільова значимість. Чи мають механізми регуляції функцію відновлення порушених відносин між оточенням і особистістю або скоріше функцію тільки регуляції емоційних станів [6, 8].

Якщо копінг-поведінка може використовуватися індивідом свідомо, і вибиратися і змінюватися їм в залежності від ситуації, то механізми психологічного захисту неусвідомлювані і в разі їх закріплення стають неадаптивними [3, 4, 5, 7]. Але об'єктом дослідження є лише механізми психологічного захисту.

Психологічний захист сьогодні визнається і описується у всіх теоріях особистості, в різних підходах до людини. І хоча типології захисних механізмів відрізняються, в цілому зберігається визначення психологічного захисту, запропоноване З. Фрейдом.

Як нормальний механізм здорової психіки, психологічний захист є спільний для всіх людей, його ефект корисний тим, що людина набуває здатності до

реалізації плану дії, незважаючи на можливі труднощі. Шкідливий вплив відбувається в результаті неадекватного (надмірного, болючою загострення) психологічного захисту, коли людина не тільки є «закритою» для критики, але й для самокритики, коли, незважаючи на очевидні факти чоловік перебуває в щирій вірі, що його труднощі виникають назовні, по волі інших.

Психологічний захист визначається суб'єктивно значущими подіями для людини. Принципове значення має той факт, що ці процеси людина не розуміє і тільки в кінці, коли захист перестає діяти, вона відчуває поліпшення їх стану.

Тільки у вітчизняних джерелах В.І. Журбиною виділено понад десятка варіантів визначень психологічного захисту. Захист визначається через видові або функціональні характеристики, такі як: мета, результат, пізнавальні процеси, афекти та ін. Ми визначаємо психологічний захист як пристосування до зовнішніх умов за рахунок зміни себе і утримання своєї психіки [4, 8]. Якщо вмикається психологічний захист, то психічні процеси починають працювати так, що інформація яка надходить у психіку людини або ігнорується, або спотворюється, або фальсифікується.

Захисні механізми, відзначав Б. Ф. Ломов – це одна з форм опору, несвідома, автоматична реакція організму на спроби потрапити за фасад її обличчя, у ту її частину, яку сама людина воліє не афішувати [6].

Психологічний захист як феномен, що стоїть на межі свідомого і несвідомого, норми і патології, що не має чітких кордонів, являє собою предмет зрозумілого наукового інтересу. Часто зустрічаються окремі згадки психологічного захисту, описи окремих його форм і видів, спроби включити явище захисту в обговорення інших категорій психології, таких як адаптація, невроз, несвідоме, в той час як більш менш систематизовані дослідження захисних явищ особистості представлені мінімально. Такий стан справ обумовлений як недостатньою визначеністю наукового статусу психологічного захисту, так і відсутністю надійних експериментальних засобів його вивчення.

Отже, можливо відзначити, що різні автори, і у різні часи по-різному дивилися не тільки на оцінку механізмів психологічного захисту як адаптивних або неадаптивних психологічних утворень, але й на їх класифікацію та підходи до дослідження, що і робить їх, власне, цікавими для дослідження.

Список літератури:

1. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Психологический журнал. – 1994. – № 1. – С. 3–18.
2. Бассин Ф. В. О “силе Я” и “психологической защите” // Вопросы философии. – 1969. – № 2. – С. 118–125.
3. Грановская Р. М. Психологическая защита. СПб.: Речь, – 2010. – 476 с.
4. Зейгарник Б. В. Патопсихология. ВІСНИК НТУУ “КПІ”. Філософія. Психологія. Педагогіка. Випуск 1–2014 – С. 1–51.
5. Карвасарский, Б. Д. Психотерапевтическая энциклопедия – СПб.: Питер, – 1999. – 752 с.

6. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М., – 1984. – 427 с.
7. Максименко О. Г. Дослідження механізмів психологічного захисту особистості в залежності від рівня диференціації психіки / Практична психологія та соціальна робота. – 2010. – № 5. – С. 45–50.
8. Немов Р.С. Общие основы психологии. Т.2.-М.: Прогресс – 1994. – 265 с.
9. Савенко Ю. С. Проблема психологических компенсаторных механизмов и их типология / Ю. С. Савенко // Проблемы клиники и патогенеза психических заболеваний. – М.: Прогресс, – 1974. – С. 95–112.
10. Фрейд З. Введение в психоанализ : Лекции / З. Фрейд. – М. : Наука, – 1989. – 456 с.
11. Фрейд З. О клиническом психоанализе: Избранные сочинения. – М., –1991. – 288 с.
12. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (основные положения, исследования и применение). СПб., – 1997.– С. 450–461.
13. Якубовская М.Л. Психологические барьеры, как защитные механизмы личности ребенка в тяжелых жизненных и конфликтных ситуациях // А.В. Запорожец и современная наука о детях: Тезисы конференции, посвященной 90-летию А.В. Запорожца. М., – 1995. – 232 с.
14. Plutchik R., Kellerman H., Conte H. R. Astructural theory of ego defenses and emotions //Izard C. Emotions in personality and psychopathology.– New York : Plenum Press, 1979. – P.229–257.