

Никуленкова Ольга Евгеньевна

канд. психол. наук, доцент

ГАОУ ВО «Невинномысский государственный

гуманитарно-технический институт»

г. Невинномысск, Ставропольский край

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СИСТЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ

Аннотация: в статье проведен анализ психологической защиты как компонента личности. Рассмотрены модели поведения, характерные для различных видов психологических защит, динамика защитных механизмов и степень защитной активности личности.

Ключевые слова: психологическая защита, индивидуальный защитный стиль, активность, адаптация, личностные черты, защитные модели.

В последние годы все большее число ученых обращается к изучению феномена психологической защиты как важного неосознаваемого механизма регуляции поведения и деятельности человека. Психологическая защита играет важную роль в процессе формирования, усложнения самой личности и ее потребностей.

Психологическая защита – это реальное психическое явление, открытое и впервые описанное в психоанализе. В настоящее время его активно разрабатывают в разных областях психологии и психотерапии. Содержательные характеристики механизмов психологической защиты, причины ее порождения и функционально-целевые особенности определены неоднозначно и неоднородно, в зависимости от того, в рамках какой теории, научного знания работает исследователь.

Разработкой проблемы психологической защиты занимались как отечественные, так и зарубежные ученые (Ф.Б. Бассин, Р.М. Грановская, Б.Д. Карвасарский, Г. Келлерман, Х.Р. Конт, А.А. Налчаджан, Р. Плутчик, Е.С. Романова, Е.А. Сергиенко, Л.Ю. Субботина А. Фрейд, З. Фрейд, и др.).

Главная феноменологическая цель психологической защиты – устранение психологического дискомфорта, связанного с конфликтом, стрессом и т. п. В самом общем виде психологическая защита – это неосознанное искажение восприятия действительности, способствующее созданию более благоприятного ее и своего собственного образа. В результате такого искажения смягчается противоречие и снимается или стлаживается внутриличностный конфликт.

Психологическая защита – это феномен области бессознательного в психике человека. Она является подструктурой личности и состоит из многообразных вариаций психологических механизмов. Психологическая защита является саморазвивающейся системой и имеет возрастную и социальную динамику. И, наконец, психологическая защита становится в экстремальных ситуациях определенным адаптационным механизмом личности и принципиально влияет на ее направленность.

Сегодня в научной литературе много говорится о связи психологической защиты с личностью и о существовании типичных защитных моделей поведения. Человек стоит перед выбором того или иного способа защиты, собственной регуляции защитного поведения. Людьми используются различные механизмы психологической защиты. У одних – это избегание, уход от фрустрирующих моментов, у других проявление агрессии, замещение, третья предпочитают оправдывать реальность. Люди владеют всеми способами психологической защиты, но проявляют себя по-разному в одной и той же ситуации. Таким образом, можно утверждать, что защита является продуктом личностных качеств, не зависящих от конкретной ситуации.

Применение различных систем механизмов защиты зависит как от факторов внешних, ситуативных, так и от устойчивых внутренних свойств личности.

Ученые видят в психологической защите приспособительную структуру, предоставляющую личностный комфорт. Относительно психологической защиты общепринятыми являются следующие факты:

- тип тревоги обуславливает формирование психологической защиты;

- психологическая защита развивается в общей компоненте личности в виде набора защитных механизмов под воздействием основных факторов: темперамента; стрессов раннего детства; защитных механизмов, используемых родителями; моделей поведения из личного опыта использования тех или других защитных механизмов;
- механизмы защиты выступают как примитивные и зрелые [1–3].

Психологическая защита является компонентом личности, который может стать определяющим тип личности. Структура личности со встроенными в нее механизмами психологической защиты, развивается, обусловливая их формирование [1].

Пристального внимания заслуживают личностные типы в проявлении защитных механизмов, их устойчивости и используемости в разнообразных жизненных ситуациях. Важно определить границы индивидуальных различий в типах психологической защиты. Вопрос взаимосвязи психологической защиты и личностного развития также актуален.

Показателем психологической защиты выступает легкость освобождения личности от переживаний. Эту проблему рассматривают в совокупности с понятием внутреннего противоречия, как источника развития личности. Изучение психологической защиты обнаружило связь защитного поведения с личностными и индивидуальными особенностями личности к которым причисляют акцентуации характера, волевую регуляцию. Это стало основой для оформления категории «индивидуальный защитный стиль», понимаемый как устойчивая модель, стратегия защитного поведения [3].

Индивидуальный защитный стиль характеризуется набором свойств личностных, устойчивых и ситуативных, но они в определенной степени зависят от внешних факторов. Определение понятия психологической защиты включает личностные факторы (установку, отношения личности, переживания, самооценку) которые подтверждают факт принадлежности данного феномена личностному уровню активности.

Доказано, что психологическая защита выступает одним из компонентов системы направленности, адаптации, мотивации, самооценки человека. Динамика защитных механизмов имеет ряд особенностей, проявляющихся через зависимость от стрессового опыта человека, его профессии, возраста и патологических изменений. В итоге установлено, что психологическая защита выступает как приспособительный механизм. Но под влиянием указанных выше факторов происходит деформация структуры защитных механизмов. Деформация происходит в следующих направлениях:

- изменение числа защитных механизмов и сопутствующих им моделей поведения;
- изменение количества и прочности связей в системе психологической защиты;
- изменение силы психологической защиты.

Защитные механизмы являются прочными образованиями личности и включают в себя поведенческие паттерны копинг-поведения, в котором, заключены стремления привыкнуть или уклониться требованиям проблемной ситуации.

Число применяемых человеком защитных механизмов определяет степень ее психологического благополучия и адаптивности.

Степень защитной активности у всех людей разная. Одни люди при возникновении эмоционального напряжения сразу прибегают к психологической защите с высокой степенью интенсивности. Другие характеризуются поздно наступающей и сниженной защитной активностью. Анализ литературы показал, что качество и форма применяемых защитных механизмов сопряжена с типом личности.

В научных исследованиях психоаналитического, гуманистического направления и в концепциях теории личности, психологии стресса дано описание того, как ведет себя человек, применяя какой-либо защитный механизм. Перед тем как перейти к описанию моделей поведения, характерных для различных видов психологических защит, необходимо провести анализ форм поведения человека в

трудных жизненных ситуациях. Д.Е. Василюком была предложена следующая классификация типов поведения:

1. Поведение, заданное мотивом, подчиненное организующей цели. Данная модель выбирается осознанно, с желанием достижения цели. Стремление к достижению цели способно приобрести агрессивную, деструктивную или мнимо незначимую для личности форму. Поведение, окрашенное внешним безразличием к только что желаемой цели или агрессия, проявляющаяся в деструктивных действиях. Данная модель поведения осуществляется под контролем сознания.

2. Мотивированное поведение с нечеткой целью. В данном случае волевой контроль утрачивается, и человек не контролирует свои действия, хотя соотношение между поведением и мотивом остается (личность надеется на сознательном уровне на благополучный исход ситуации, хотя сам ее не контролирует).

3. Человек утрачивает общую цель, но сохраняет промежуточные. Используя данную поведенческую модель, человек теряет связь между своим поведением и основным мотивом, при этом отдельные действия сохраняют целенаправленность. Утрачивается связь между мотивом и поведением. Действия субъекта отклоняются от базового мотива и получают свою мотивирующую форму, основанную на субъективной оценке ситуации.

4. Дезорганизованное поведение. Поведение, характеризующееся отсутствием контроля со стороны воли и сознания человека, оно дезорганизовано и не несет смысловой нагрузки с мотивом ситуации, нередко аффективно. Поведение не соотносится с исходным мотивом ни по смыслу, ни по содержанию [2].

Беря во внимание характеристику типов поведения, можно предположить, что защитное поведение способно развиваться по любому из перечисленных типов. Обращенный к социуму механизм может стимулировать модель поведения как реакцию на угрозу внешней среды и иметь нежелательные последствия для окружающих. Тем не менее ориентированность на среду может выражаться и в модели поведения, которая почти полностью соответствует требованиям социума и как следствие благожелательна для окружения. Нацеленный на человека механизм закладывает поведенческую модель как реакцию на угрозу внутренних

переживаний, внутриличностного конфликта. Поэтому, появляются наибольшие последствия именно для личности. Выбор модели поведения – это воспроизведение таких вариантов, которые разрешают в естественном поведении получать большое удовольствие для собственного существования. Тем не менее, эта модель не всегда соответствует требованиям ситуации. Здесь стоит говорить о социально адаптивных и социально неприемлемых методах психологической защиты.

Выделяют два типа личностей в зависимости от своеобразия защитного поведения. Конструктивные личности характеризуются оптимистическими взглядами на жизнь, объективной самооценкой, социально одобренными механизмами защиты, применяемыми довольно часто. Пессимистичные личности часто используют психологическую защиту, принимая мир как потенциально опасный.

Первые получили название интерналов, вторые – экстерналов. В похожих ситуациях интерналы и экстерналы по-разному реагируют на негативные события. Определена взаимосвязь индивидуальных характеристик защитного поведения и других психологических структур:

1. Механизмы разных уровней продуктивны и непродуктивны в различных ситуациях. При неправильно выбранном уровне функционирования защита может становиться непродуктивной и дезадаптивной.

2. Личностные черты, связанные с переживанием успеха или неудачи, уровне притязаний тесно взаимосвязаны с психологической защитой. Формы защитных механизмов могут быть продуктивными и непродуктивными относительно времени, пространства, ситуации и общения. Многочисленные исследования выявили факт взаимосвязи индивидуальных особенностей защитного поведения с другими психологическими структурами.

Психологическая защита выступает одной из сторон личности и поэтому подчиняется личностным законам функционирования. Основным законом служит закон системы. Психологическая защита – это системное образование. Анализ подсознательной регуляции поведения с помощью механизмов психологической защиты позволил сформулировать следующее определение.

Психологическая защита характеризуется системно-структурной организацией. Закономерности определяющие ее основы:

- психическая защита является простейшим механизмом адаптации человека;
- единый психический акт защитного поведения служит поведенческой моделью;
- психическая защита выступает системокомплексом человека;
- психологическая защита служит системообразующим конструктом для развития адаптационных моделей (форм) поведения.

Психологическая защита имеет иерархическую структуру. Основными выступают, объективный и субъективный уровни проявления психологической защиты. Психологическая защита рассматривается и как уровень биopsихической адаптации к существующим обстоятельствам. Целостное ее описание возможно только в рамках иерархического подхода [2].

Первый уровень – биopsихический. Это генетически запрограммированные реакции на рассогласованные обстоятельства. Она развивается на вытесненных в область бессознательного влечениях, запрещенных Эго-уровнем и проявляется в примитивных формах поведения. Здесь защитные формы поведения определяются конкретными защитными механизмами, которые определяют как родовые.

Второй уровень – собственно психологический. По мере созревания когнитивных структур формируются более сложные конструкты, в основе которых лежат родовые механизмы. Но их внешне поведенческое выражение приобретает качественное своеобразие соответственно условиям реагирования. Согласно строению эти формы созданы благодаря объединению родовых механизмов в систему или перестроению данных форм в новые виды. Например, вариантами проекции выступают смещение, идентификация, аннулирование и т. п. Данные механизмы развиваются прижизненно и сохраняют относительное постоянство на протяжении жизни. Одновременно их число накапливается в процессе онтогенеза и образует базу личного опыта защитного поведения.

Третий уровень – личностный. Развитие «Образа – Я» диктует личности требование целостного поведения, определяющего не одиночное реагирование на ситуацию, а совокупную поведенческую модель, адаптированную к большому диапазону вариативности внешних и внутренних условий существования личности. Когнитивные элементы предыдущего уровня входят составляющими в целостные поведенческие модели, но на этапе функционирования проявляют качественное своеобразие, обусловленное личностными особенностями субъекта и ситуациями поведения. Здесь формирование моделей поведения в момент психологической защиты взаимосвязано с системой отношений и спецификой профессионального опыта. Происходит формирование самозащиты личности как стиля поведения. Может обнаружиться феномен «постоянной защиты», при котором происходит системная интеграция психологической защиты и черт характера, следствием чего является «броня характера» [5].

Четвертый уровень – социально-личностный. Психологическая защита, провоцирует расширение границ взаимосвязей личности с окружающей средой. Расширение происходит благодаря принятию стереотипов, традиций и социально установленных образцов и эталонов. На социальном уровне защиты сохраняется приобретенный на предыдущем уровне стиль защитного поведения. Но его поведение становится относительно управляемым и социально контролируемым. Часто защитой на этом уровне выступает конформизм.

Перечисленные уровни представляют собой организацию защитного поведения и переплетены многочисленными связями. Системообразующим фактором является функция адаптации.

Психологическая защита – это модель поведения, при которой личность не замечает, очевидные моменты окружающей действительности, предъявляющие к нему сложные требования, приводящие к неприятным самооценкам, жестокому насилию над самим собой, своими интересами, желаниями, стремлениями. Самосознание стремится выработать способы и приемы, позволяющие уйти от конфликта или пережить уже существующий конфликт. Такими способами вы-

ступают конкретные способы психологической защиты. Психологическая защита выступает одним из компонентов системы направленности, адаптации, мотивации, самооценки личности.

Список литературы

1. Бассин Ф.В. Проблема психологической защиты / Ф.В. Бассин, М.К. Бурлакова, В.Н. Волков // Психол. журнал. – 1998. – №3. – С. 79–86.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций [Текст] / Ф.Е. Василюк – М.: МГУ, 2013. – 187 с.
3. Грановская Р.М. Психологическая защита [Текст] / Р.М. Грановская – СПб.: Речь, 2007. – 297 с.
4. Журбин В.И. Понятие психологической защиты в концепциях З. Фрейда и К. Роджерса / В.И. Журбин // Вопросы психологии. – 1990. – №4. – С. 14–23.
5. Захарова Ю.Б. О моделях психологической защиты на уровне межгруппового взаимодействия / Ю.Б. Захарова // Вестник МГУ. – Сер. 14. Психология – 1991. – №3. – С. 11–20.
6. Зачепицкий Р.А. Социальные и биологические аспекты психологической защиты / Р.А. Зачепицкий // Социально-психологические исследования в психоневрологии. – Л.: Медицина, 1984. – С. 182–183.