

Министерство образования и науки Российской Федерации
Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова

Л. Ю. Субботина

**ПСИХОЛОГИЯ
ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ ЛИЧНОСТИ**

Учебное пособие

*Рекомендовано
Научно-методическим советом университета
для студентов, обучающихся
по направлению Психология*

Ярославль
ЯрГУ
2013

Л. Ю. Субботина

**Психология защитных
механизмов личности**

«БИБКОМ»

2013

УДК 159.923(075.8)
ББК 88.37я73

Субботина Л. Ю.

Психология защитных механизмов личности / Л. Ю. Субботина —
«БИБКОМ», 2013

ISBN 978-5-8397-0927-0

Цель пособия — ознакомить студентов с феноменом психологической защиты, теоретическими аспектами данной проблемы, спецификой защиты в условиях профессиональной деятельности, сформировать у студентов практические навыки диагностики отдельных защитных механизмов. Пособие раскрывает основные темы соответствующего учебного курса, но может быть полезно при рассмотрении вопросов общей психологии, теории личности, психологии труда, проблем управления.

УДК 159.923(075.8)
ББК 88.37я73

ISBN 978-5-8397-0927-0

© Субботина Л. Ю., 2013
© БИБКОМ, 2013

Содержание

Введение	5
1. Проблема бессознательного в анализе психологической защиты	7
2. История и современное состояние проблемы психологической защиты в психологии	9
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Л. Ю. Субботина

Психология защитных механизмов личности

Введение

Основополагающей тенденцией современного развития общества является системное усложнение социума, все большее его давление на личность, повышение драматизма социальных отношений, перегрузки напряжения на психику. Информационная перенасыщенность окружающего мира требует особенно интенсивного развития у человека тех личностных структур, которые в наибольшей степени обеспечивают эффективное приспособление к социоокружению. Особое значение имеет приспособление к информационной напряженности в профессиональной среде. Одной из адаптационных систем личности является психологическая защита.

В настоящий момент в отечественной психологической науке начинает возрастать интерес к механизмам психологической защиты. Понятие «защита» хорошо известно и психологам и психиатрам. В практике широко используются термины «психологическая защита», «защитное поведение», «пациент защищается», «снять защитные реакции», «защитные процедуры», «схема защиты» и многие аналогичные. То, что понимается под тем или другим понятием, довольно различные вещи: например, блокировка неприятных переживаний самой личности, изоляция пациента от врача, выстраивание барьеров защиты от манипуляций. Современное состояние нашего общества предъявляет довольно высокие требования к стрессоустойчивости, сохранению психического равновесия. Наряду с экономическим фактором, материальными условиями жизни людей, значительное воздействие на их настроение оказывает общая политическая обстановка, настроение общества. Именно общество, его уклад, его состояние оказывает решающее воздействие на психику человека. Русский философ Пилип Сорокин в 1920 г. опубликовал исследование о семье и браке, в котором доказал, что политические изменения оказывают разлагающее влияние на прочность брака и что именно в кризисные периоды жизни общества увеличивается количество самоубийств.

Таким образом, обострение социально-экономических проблем оказывает серьезное давление на личность. Кроме этих факторов, большое влияние оказывает усложнение технологий, научно-технический прогресс, ускоряется темп жизни, увеличивается поток информации, повышаются требования к личности – как к ее умственным, так и к психологическим особенностям. Следствием этого напряжения выступает активизация инстинкта самосохранения. Психические структуры защищаются человеком так же активно, как он защищает свой организм. При всей многочисленности травм и стрессов в сегодняшней жизни наше «Я» не разрушается. И именно потому, что чувство тревоги запускает в действие специальные защитные механизмы, позволяющие оградить сферу нашего сознания от негативных, травмирующих переживаний, дискомфорта.

В практическом плане изучение защитных механизмов дает возможность понимания особенностей функционирования адаптационных механизмов у человека в условиях стресса. Данная проблема довольно актуальна сегодня. Например, многие люди побывали в так называемых «горячих точках», участвовали в боевых действиях. Их опыт выходит за пределы «обычного» человеческого опыта. Они подверглись длительному стрессовому воздействию. Но эти люди продолжают свою профессиональную деятельность в мирных условиях, находятся в стрессовых ситуациях, выполняя довольно сложную и напряженную работу. Поэтому

необходимо изучать защитные механизмы у данной категории людей, чтобы помочь им адаптироваться, предложить реабилитационные мероприятия, меры психологической разгрузки. Это необходимо для данной категории людей, так как, по мнению исследователей, нарушение функционирования механизмов психологической защиты ведет к соматическим заболеваниям.

1. Проблема бессознательного в анализе психологической защиты

Вопрос о бессознательном психическом является уже на протяжении десятилетий одним из основных вопросов психологии, история которого тесно связана с борьбой мнений. Понятие бессознательного – это, по-видимому, одно из самых старых психологических понятий.

Разделение понятий «психическое» и «сознательное», которое подразумевало, что сознательные процессы далеко не исчерпывают содержание психики человека, имело принципиальное значение для психологии. Психоаналитики связывают это разделение с именем З. Фрейда, хотя в действительности он был далеко не первым и не единственным исследователем, разграничившим психическое и сознательное. Следует отметить, что суждения о сложной структуре психики, включающей наряду с сознательными различного рода неосознаваемые процессы (бессознательные и частично осознаваемые), высказывались задолго до него. В числе европейских мыслителей, изложивших эти идеи в той или иной форме, можно указать Платона, Плотина, Р. Декарта, Б. Паскаля, Г. В. Лейбница, И. Канта, Г. В. Гегеля и др.

Среди многочисленных трактовок термина «бессознательное» П. Б. Шошин¹ выделяет три концептуальных кластера.

– В первом качестве бессознательное выступает как философская категория, образованная путем отрицания: бессознательное есть то, что не есть сознание. В таком смысле концепция бессознательного вводится в древних и классических философских трудах (Платон, Г. В. Лейбниц).

– Определение второго, по Шошину, типа бессознательного выглядит примерно так: бессознательное есть все психические явления, осуществляемые вне контроля со стороны сознания. Основу бессознательного в данном случае образуют разнообразные когнитивные и исполнительные автоматизмы, а также неосознаваемые процессы целеобразования, формирования и перестройки мотивов, ценностей, решений.

– Третий из кластеров значений, которыми может обладать термин «бессознательное», восходит к психоаналитической традиции. Бессознательное третьего типа представляет собой функциональный компонент психики, «локализованный» вне сознания субъекта, оказывающий постоянное, иногда детерминирующее влияние на сознание и поведение субъекта, но тщательно и изопренно скрытый как от вторжения внешнего исследователя, так и от внутреннего аналитического взора самого субъекта. Прежде всего в психоанализе предметом изучения стала динамика отношений между бессознательным и сознанием. Однако динамика влияния бессознательного на сознание, взаимодействие содержаний, его механизмы впервые были поставлены в центр внимания именно З. Фрейдом. В представлении Фрейда сознательное не является исключительной категорией душевной деятельности и в соответствии с этим бессознательное не кажется ему категорией совершенно особой или даже подчиненной; наоборот, он решительно подчеркивает, что все душевные процессы представляют поначалу бессознательные акты.

Дофрейдовская наука считала, что мир бессознательного сам по себе до конца пассивен, полностью не деятелен; это отжитая, отмершая уже жизнь, прошлое, с которым покончено; все это не имеет никакой силы, никакого влияния на наше психическое настоящее.

Такому толкованию Фрейд противопоставляет свое: бессознательное – это не «отходы» душевной жизни, а изначальная душевная субстанция, и только малая ее доля всплывает на поверхность сознания. На самом деле бессознательное, «неявная» часть психики, влияет на

¹ Шошин П. Б. Пути концептуализации бессознательного // Бессознательное: сб. статей. Т. 1. Новочеркасск, 1994.

наше мышление и наше чувство столь же живо и активно; она, пожалуй, является даже наиболее жизнедеятельной частью нашей душевной субстанции. Бессознательному Фрейд приписывал исключительное положение в человеческой психике. В его трактовке «все душевные процессы, по существу, бессознательны».

В отличие от бессознательного сознание З. Фрейд считал наименьшей частью психики, охватывающей «только очень небольшое содержание» и включающей в себя лишь те ощущения, желания, мысли и понятия, которые осознаются в каждый данный момент времени и регулируются принципом реальности².

Подчеркивая, что взаимодействие бессознательного и сознательного возможно лишь посредством предсознательного, Фрейд истолковывал предсознательное как своеобразный двусторонний избирательный канал связи между бессознательным и сознательным, пропускная способность которого от бессознательного к сознательному несравненно больше, чем от сознательного к бессознательному. По Фрейду, предсознательное как психическая система в целом выполняет функцию цензуры, т. е. оно избирательно пропускает в сознание то, что приемлемо для последнего и для самого предсознательного.

Важно подчеркнуть, что сферы бессознательного, предсознательного и сознательного рассматривались Фрейдом как динамические структуры, находящиеся в постоянном взаимодействии. При этом предполагалось, что данное взаимодействие характеризуется в целом антагонизмом и внутриспсихическим конфликтом сознательного и бессознательного. Сводя почти всю психическую деятельность лишь к бессознательным процессам, Фрейд утверждал, что в этой борьбе, как правило, побеждает бессознательное.

Зигмунд Фрейд был основателем психоаналитического подхода в психологии. На основании обобщения своей терапевтической практики Фрейд предложил теоретическое представление о структуре личности человека. В соответствии с ним, личность включает три части: «Оно», «Я» и «Сверх-Я».

В начале жизни ребенком руководит особая психическая инстанция, называемая «Оно» – его желания и влечения; руководствуясь «Оно», ребенок действовал бы в соответствии с «принципом удовольствия», делая, что хочет. «Оно» целиком бессознательно. Однако желания должны найти себе реалистические формы удовлетворения; для этого из «Оно» (и это происходит достаточно быстро в детском развитии) выделяется структура, называемая «Я», задача которого – найти такие пути. По словам Фрейда, «Я» выступает как служанка «Оно». «Я» ориентировано на принцип реальности. Но в обсуждаемый период, начиная с 4 лет, ребенок вынужден ориентироваться и на систему запретов, противостоящих побуждениям «Оно». Формируется еще одна инстанция, называемая «Сверх-Я» и действующая в направлении, противоположном «Оно» и «Я», выступая, в частности, как голос совести. С этого момента основной внутренний конфликт ребенка – а в дальнейшем и взрослого – это конфликт между желаниями и внутренними запретами, т. е. между «Оно» и «Сверх-Я». «Я» становится своеобразным полем битвы между ними, его задача – помочь реализоваться желаниям, не нарушая при этом запреты. В травматической ситуации внутреннего конфликта «Я» вырабатывает **психологические защиты**, особые формы бессознательной психической активности, которые позволили бы хотя бы временно облегчить конфликт, снять напряжение, а в конкретных жизненных ситуациях так исказить смысл событий и переживаний, чтобы не нанести ущерб представлениям о самом себе как соответствующим некоторому идеалу³.

² Фрейд З. Основные психологические теории в психоанализе. М., 1993.

³ Гриншпун И. Б. Введение в психологию. М.: Международная педагогическая академия, 1994.

2. История и современное состояние проблемы психологической защиты в психологии

В современной психологии накоплена определенная информация о психологической защите и взаимосвязанных с ней феноменах, закономерностях, структурах психики. В самом широком смысле **психологическая защита выступает способом создания субъективно воспринимаемой стабилизации и нормализации состояния личности**. Её основная роль – уравновесить взаимоотношения личности и среды и снять или уменьшить чувство тревоги, связанной с осознанием реального или субъективно переживаемого конфликта. Такое понимание указывает на многомерность этого явления, что и нашло свое отражение в использовании данного понятия в самых разных научных контекстах.

Зигмунд Фрейд совершил настоящий прорыв в понимании структуры личности, повлекший за собой многосторонние научные, социальные и даже политические последствия. Благодаря его работам проблема бессознательного из плоскости философии перешла в область практической психологии. В классической концепции З. Фрейда⁴ предметом изучения являются конфликтные и антагонистические отношения между разными уровнями психической организации: бессознательным, предсознательным и сознательным. Анализируя борьбу между ИД и ЭГО, З. Фрейд выявил на симптоматическом уровне сопротивление пациента актуализации и осознанию подавленных инстинктов. Анализ обнаруженного феномена позволил сформулировать идею, что это поведение отражает не только сопротивление врачу, но и сопротивление самому себе, выражающееся в блокировке информации, вытесненной в подсознание, неспособности вспомнить тревожные события и переживания. Именно такое состояние З. Фрейд назвал **защитными реакциями**. Дальнейший анализ привел к научному оформлению психологического понятия «**защитный механизм**».

Основной объем научной информации по проблеме психологической защиты сконцентрирован в фундаментальном психодинамическом направлении – прежде всего в психоанализе (З. Фрейд, А. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер, О. Ранк, F. Alexander, S. Bernfeld, H. Hartmann, E. Kris) и гуманистической психологии (К. Ясперс, Ж. – П. Сартр, П. Рикер, Э. Фромм, К. Хорни, Г. Салливан, Э. Эриксон). Психоаналитическая концепция личности послужила исходным научным обоснованием феномена психологической защиты и поставила задачу изучения формирования компромиссных моделей поведения, позволяющих личности нейтрализовать осуждающе-запретительную функцию сознания. Реакция защиты, по Фрейду, имеет две формы:

- 1) блокирование нежелательных импульсов;
- 2) искажение нежелательных импульсов.

Все защитные механизмы обладают двумя общими характеристиками: действуют на неосознанном уровне (средство самообмана); искажают восприятие реальности (благодаря чему тревога снижается или снимается вообще). По Фрейду, защитный механизм являлся частным феноменом из области неврозов, соответственно защитное поведение – это поведение патологическое или приводящее к патологии, поэтому оно дезадаптивно для личности. Термин «защита» является основным отражением динамического принципа психоанализа.

Развитие идеи защитной функции психики получает в исследованиях Анны Фрейд. А. Фрейд, используя психоаналитический и анамнестический методы и метод наблюдения, пришла к выводу, что существует целая группа защитных механизмов, которые полностью автоматизированы, не зависят от сознания и обеспечивают сохранение адаптивных отношений индивида с миром на субъектном уровне. Адекватность защитных механизмов, по А. Фрейд,

⁴ Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. М.: Наука, 1989.

состоит в том, что они могут в ситуации пограничных состояний не привести к неврозу. А. Фрейд⁵ приводит пример отказа от деятельности как форму защиты от неприятных переживаний и впервые описывает явление постоянной защиты.

Дальнейшие исследования, так или иначе касавшиеся проблемы психологической защиты, шли исключительно в русле анализа личности. Идея адаптационной функции психологической защиты была дополнена характеристикой ее социабельности (К. Хорни, Г. Салливан). К. Хорни утверждает, что человеком управляют две тенденции: стремление к безопасности и стремление к удовлетворению своих желаний⁶. Иногда эти тенденции вступают в отношения антагонизма, тогда возникает невротический конфликт. Попытка справиться с ним требует особого поведения, которое Хорни назвала стратегиями. Хорни выделила четыре типа стратегий:

- «невротическое стремление к любви»;
- «невротическое стремление к власти»;
- «невротическое стремление к изоляции»;
- «невротическое стремление к беспомощности».

Эти стратегии, по Хорни, выступают защитными механизмами личности при соответствующих условиях среды. Например, в ситуации неспособности разрешить жизненную проблему субъект переносит тяжесть этой проблемы во внешнюю среду, на других людей. Классическим примером подобного поведения является невольное «отыгрывание» возникших неприятностей руководителем на своих подчиненных. Следующий шаг в анализе психологической защиты был осуществлен А. Адлером. В анализе личности А. Адлер исходит из основы поведения, заключающейся в преодолении чувства неполноценности. Психологическая защита может выполнять компенсационную функцию в ситуации фрустрации. Основные механизмы защиты личности А. Адлер сводит к гиперкомпенсации и компенсации. Они направлены на устранение чувства неполноценности. Однако в рамках психоаналитического и неопсихоаналитического рассмотрения психологическая защита оставалась частным феноменом, в определенных условиях наряду с другими свойствами и состояниями личности обеспечивающая ее существование.

Объективный характер психологической защиты и ее масштабность в реальности привели к расширению использования ее в качестве компонента мировоззренческой теории, объясняющей специфику личностного развития. Характерно в плане именно такого понимания психологической защиты гуманистическое направление психологии. Параллельно психоанализу проблемы защитных реакций личности касались и представители экзистенциальной философии (А. Шопенгауэр, Ф. Ницше, А. Бергсон, В. Виндельбанд, Э. Гуссерль, К. Ясперс, Ж. – П. Сартр, А. Камю, М. Шелер, П. Рикёр) и гуманистической психологии (Э. Фромм, К. Хорни, Г. Салливан, Э. Эриксон, Р. Мей, Р. Роджерс, В. Франкл).

Представители данного подхода подвергли критике психоанализ и в какой-то мере противопоставили себя этому учению. Тезисы о «враждебности мира» и «свободе личности» логически привели к анализу феномена психологической защиты. Экзистенциалисты по-разному трактовали феномен психологической защиты, но сходились в одном: психологическая защита – это форма бегства от собственного «Я», собственной свободы и ответственности.

Э. Эриксон выдвинул понятие «идентичность личности», которое обозначало некое центральное качество, которое сигнализирует о ее неразрывной связи с окружающим миром. Эгоцентризм человека позволяет ему осознавать себя, осуществлять контроль над своим поведением. Личность должна быть идентична социуму, невозможность изменить свою идентичность в соответствии с изменением среды приводит к неврозу. Для сохранения своей самости лич-

⁵ Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. М.: Педагогика, 1993.

⁶ Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. М.: Универс, 1993.

ность должна использовать специальную защиту. Таким образом, психологической защите придается статус регулятивной структуры. В работах Эриксона впервые сформулировано предположение, что допустима и ситуация, когда защитное поведение имеет элемент сознательной регуляции. Таким образом было положено начало концепции копинг-поведения.

В теории транзактного анализа⁷ в неявной форме проводится идея, что типизированные модели поведения, «жизненные сценарии» выполняют функцию защиты. Действие в рамках подобного сценария является для субъекта защитой от опасностей мира⁸. Э. Берн приводит множество таких сценариев и анализирует соответствующее защитное поведение. Таким образом, в понимание защитного поведения были введены принцип энергетической составляющей и типизации защитных моделей.

По Э. Фромму, общественные силы и идеология формируют массовый тип психологической защиты, обусловленный социально-экономическими и политическими условиями, нравственными нормами, традициями.

К. Роджерс, разрабатывая концепцию «психотерапия, центрированная на пациенте», заложил основы онтологического рассмотрения феномена защиты и частных закономерностей его динамики. Психологическая защита выполняет функцию поддержания целостности самости и является источником индивидуализации восприятия себя в мире.

Принципиально новое представление о психологической защите возникает в сопоставлении данного феномена и рассмотрения личности в концепции В. Франкла⁹. Подобно многим экзистенциальным психологам, В. Франкл отрицает наличие бессознательных психических процессов, защитных механизмов, которые, по мнению этих ученых, ортодоксально сводят духовное к различным «рационализациям», «комплексам» и «защитам». В. Франкл отвергает использование человеком специальных защитных механизмов для устранения угроз со стороны окружающей действительности и других людей. В рамках исторического, временного контекста чрезвычайные условия реальности могут спровоцировать искажение действительности в субъективном восприятии. Защита спровоцирована видением ситуации и по существу является болезнью. Анализ этой патологии приводит В. Франкла к идее о различии психического и духовного. Духовность – как высший уровень личностного существования – не нуждается в защите.

Таким образом, в гуманистическом подходе психологическая защита – это, прежде всего, искажение своего внутреннего мира, своей самооценки. Поэтому первой защитой личности является «игнорирование своего опыта». Другой специфической для «гуманистов» формой защиты выступает феномен «бегства от свободы». Чем большую личную свободу и независимость приобретает человек, тем больше он приобретает ответственности за себя. Это парадокс существования личности. Стремление к абсолютной свободе является продвижением по пути повышения ответственности за свою судьбу. Ответственность – это специфическая форма ограничения все той же свободы, и она повышается по мере увеличения свободы. Человек является социальным существом и живет в обществе. Обладая одинаковым правом на свободу, личность вступает в конфликт с другими членами общества. Абсолютная свобода одного всегда будет противоречить абсолютной свободе другого. Это второй парадокс личностного существования. В этой ситуации конфликтные отношения человека с обществом могут спровоцировать включение защитного механизма «бегства от свободы». Результат использования этого механизма может быть как положительным, так и отрицательным. Если при использовании такого способа защиты человек чувствует себя комфортно, то это положительная защита. Если

⁷ Берн Э. Транзакционный анализ и психотерапия. СПб.: Братство, 1992.

⁸ Дружинин В. Н. Варианты жизни: Очерки экзистенциальной психологии. М.: ПЕРСЭ; СПб.: ИМАТОН-М, 2000.

⁹ Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.

возникает внутренний дискомфорт, чувство неудовлетворения, то это отрицательный результат «бегства от свободы».

По мнению экзистенциалистов, личностная ответственность может быть понята только в контексте категории «смысла человеческой жизни». Это объективная проблема оценки своего бытия. Проблема смысла в своем предельном варианте может завладеть человеком, и отсутствие ответа на данный вопрос приведет к неврозу. Чтобы избежать этой опасности, человек может прибегнуть к специальным мерам защиты. Такой механизм выделен Р. Мэем – «уход от сознания экзистенциальной тревоги». Последний механизм, получивший подробную характеристику в экзистенциальной психологии, – «бегство от собственного "Я"», он применяется человеком при потере смысла своего существования и при внутриличностных конфликтах. Р. Мэй¹⁰ впервые указывает на то, что психологическая защита имеет тесную связь с профессиональной деятельностью: «Часто человек бросается с головой в работу, чтобы уйти от нерешенных личных проблем», – закладывая идею психоаналитической динамики формирования профессиональной модели. Констатируя наличие у человека специальных механизмов защиты, представители гуманистического направления приходят к выводу, что для гармоничного развития личности необходимо помочь ей регулировать свое поведение.

В 70–80-е гг. XX в. происходит определенная активизация в анализе психологической защиты. Традиционный психоаналитический и неопсихоаналитический взгляд на психологическую защиту как феномен, в большей степени связанный с невротическим поведением, рассматривается в аспекте нормального поведения личности.

Одной из самых известных современных теорий психологической защиты является теория Р. Плутчика¹¹. Он предложил структурную модель эмоций и защитных механизмов. Основная идея его теории в том, что механизмы психологической защиты являются производными эмоций. Все основные защиты онтогенетически развивались для сдерживания одной из базисных эмоций, объединенных общим структурным компонентом страха. Р. Плутчик выделяет восемь эмоций: радость – печаль, страх – гнев, принятие – отвращение (отвержение), ожидание (предвидение) – удивление. Эмоции автор рассматривает как базисные средства адаптации. Прототипами указанных эмоций выступают соответственно восемь базисных адаптивных реакций. В той мере, в какой полярны эмоции, противоположностью (биполярностью) характеризуются и защитные механизмы, которые формируются в онтогенезе как способы справиться с первыми. Таким образом, восемь базисных механизмов организуются в четыре пары: реактивное образование – компенсация, подавление – замещение, отрицание – проекция, интеллектуализация (рационализация) – регрессия. Автор предлагает специфическую сеть взаимосвязей между различными уровнями личности: эмоциями, защитой и диспозицией. Так, параноидная личность (параноидальная диспозиция) характеризуется высокой критичностью и подозрительностью по отношению к окружающим, отсутствием внушаемости, преобладанием эмоций отвращения или неприятия. Ощущая собственную неполноценность, такая личность защищается проекцией, в результате которой объектом критики становится окружающая действительность. Агрессивная диспозиция: агрессивная личность, основной эмоцией которой является гнев (раздражение), использует защиту замещения, служащую для управления гневом и агрессией. При отсутствии этого механизма такая личность напрямую выражала бы свою агрессивность, что привело бы к возникновению серьезных конфликтов. Защитный механизм замещения позволяет направлять реакцию агрессии на более безопасный объект. Таким образом, в данной модели каждый защитный механизм связан со специфическим аффективным состоянием и диагностическим понятием.

¹⁰ Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М.: Класс, 2001.

¹¹ Психологическая диагностика индекса жизненного стиля: пособие для врачей и психологов / под ред. Л. И. Вассермана. СПб.: Психоневрол. ин-т им. В. М. Бехтерева, 1999.

Р. Плутчик выделяет 4 группы проблем адаптации:

- 1) проблема иерархии;
- 2) проблема территориальности;
- 3) проблема идентичности;
- 4) проблема временности.

Проблема иерархии относится к вертикальному измерению социальной жизни и проявляется в возрастных отношениях, отношениях полов, социально-экономических классов, военных конфликтах. Проблема иерархии связана с эмоциями гнева и страха. Для сдерживания этих эмоций используются механизмы замещения и подавления соответственно. Проблема территориальности связана с тем, что каждый человек хочет знать, какие территориальные аспекты ему принадлежат, и стремится контролировать свои границы. При контроле границ возникает эмоция предвидения, а при потере границ – удивление. Для сдерживания эмоции контроля работает механизм интеллектуализации, а для сдерживания удивления – механизм регрессии. Проблема идентичности выражается в стремлении человека определить свое место в социуме. В этом случае человек испытывает эмоции принятия или отвержения, которые контролируются механизмами отрицания и проекции соответственно. Проблема временности касается временной ограниченности индивидуальной жизни. Сама реальность смерти означает неизбежность потери, отделения от того, кто живёт. При этом человек может испытывать печаль и для того, чтобы справиться с депрессией, использует механизм компенсации, а также может выражать радость, которая сдерживается механизмом «реактивное образование». Рассмотренные защитные механизмы являются базовыми, а все остальные – их производные, вторичные. На основе теории Р. Плутчика был разработан опросник Келлермана–Плутчика, первый тест, специально предназначенный для диагностики психологической защиты. Кроме прямых исследований психологической защиты, появляется целая серия научных достижений, позволяющих перейти на принципиально новый уровень рассмотрения проблемы – уровень интеграции. В спектр современного научного представления о психологической защите вводятся понятие «экзистенциальной ситуации» (Ф. В. Бассин, Ф. Е. Василюк, Э. И. Киршбаум, К. R. Parkes, L. I. Pearlin, C. Schooler); установки (Д. Н. Узнадзе, Ф. В. Бассин, Т. Шибутани, М. И. Бобнева); «совладающего поведения» (coping behavior) (A. G. Billings, R. H. Moos, K. R. Blankstein, G. L. Flett, E. B. Gelles, J. A. Krosnick, L. I. Pearlin, C. Schooler); стресса и тревоги (Г. Селье, J. L. Katz, C. Cooper, G. C. Gleser, M. Saks, T. F. Gallagher, R. S. Lazarus, H. Weiner, R. J. Vaernes, S. Folkman); теория адаптации (H. Hartmann, G. Vaillant); концепция самооценки и формирования «Я-образа» (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев). Наиболее полно проблема психологической защиты представлена как предмет клиники, патопсихологии, наркологии (В. Е. Рожнов, В. М. Банщиков, В. А. Ташлыков, В. М. Воловик, А. Б. Добрович, В. Д. Вид, В. С. Ротенберг, Р. А. Зачепиский, Н. С. Курек, А. Н. Михайлов, И. М. Савельева, В. А. Дереча, Н. В. Яльцева, Б. М. Гузиков, В. М. Зобнев) и психологии развития на уровне детского возраста или пубертатных периодов (Дж. Блум, М. Кляйн, В. Тауск, Р. М. Грановская, И. М. Никольская, С. К. Нартова-Бочавер, И. Л. Базенков, А. А. Бородин, W. Kliever, E. K. Korlik). Практические попытки создать теорию психологической защиты отражены в психоэмоциональной теории R. Plutchik (теория Эго-защит и эмоций) и структурной теории личности H. Kellerman; перцептивно-генетической теории U. Kragh. В рамках психотерапии и индивидуального консультирования изучение феномена психологической защиты связано с выявлением и описанием проявлений тех или иных форм защитных механизмов (Ф. В. Бассин, Ф. Е. Василюк, В. М. Воловик, В. Д. Вид, Р. М. Грановская, Л. Д. Демина, А. Н. Михайлов, И. М. Никольская, И. А. Ральникова, В. С. Ротенберг, Е. С. Романова), классификацией и количеством механизмов защиты (Ф. В. Бассин, Е. С. Романова, В. Н. Цапкин, N. Naan, D. S. Holmes), определением связи типа личности с выбором того или иного способа, стиля защитного поведения (А. Фрейд, В. Райх, Дж. Блум, И. М. Никольская, Е. С. Романова, Л. Р. Гребенников). Большой практический

интерес имеют немногочисленные работы, связанные с исследованием специфики психологической защиты у представителей различных профессий, социальных групп (Л. Д. Демина, И. А. Ральникова, И. А. Джидарьян). Перспективным является косвенное указание на роль психологической защиты в формировании личности в рамках теории самопознания (В. В. Знаков, Д. Бем); в аспекте творческого потенциала (творческой мысли) (С. Л. Рубинштейн, Я. А. Пономарев, А. В. Брушлинский); духовного становления личности (В. Д. Шадриков); теории личностных конструктов (G. Kelly). Указанные исследования, несомненно, внесли существенный вклад в формирование научной базы знаний по психологии защитного поведения, но в то же время касались в основном частных аспектов проблемы психологии защиты.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.