

ТЕОРИТИЧНІ ПРОБЛЕМИ ЮРИДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОПКИ

В. С. Медведєв, професор кафедри практичної психології Національної академії внутрішніх справ, доктор ПСИХОЛОГІЧНИХ наук, професор;
О. М. Шевченко, доцент Житомирського національного агроєкологічного університету, кандидат психологічних наук

ФЕНОМЕНОЛОГІЯ ФУНКЦІОНУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ В СОЦІУМІ

Розглянуто існування феномена психологічного захисту в повсякденному житті. Простежено і продемонстровано на конкретних прикладах його позитивні та негативні сторони. Проаналізовано обмеженість розвитку особистісного зростання при використанні психологічного захисту.

Ключові слова: психологічний захист; фантазія; амнезія; психоз; невроз; ускладнення; психозахисні техніки; афективна уява; культура; соціум.

Розглянувши психологічний захист у попередніх статтях, спробуємо інтерпретувати поняття захисту як психосоціальне культурне явище. При цьому будемо посилалися на тезу, що психологічний захист лімітує розвиток особистісного зростання. Він робить особистість нездатною до переживань з ускладнення кожної ситуації, трансцендування, забезпечує їй "втечу від свободи" і постійне алібі - я не несу відповідальності за буття у цьому світі. Ця теза знаходить своє підтвердження під час детального розгляду технік психологічного захисту. Спробуємо вивести **інваріантні характеристики психологічного захисту** як окремого рівня регуляції активності.

По-перше, необхідно визначити роль і функцію захисту, розділивши та виокремивши дві просторово-тимчасові парадигми, в яких він виступає. Одна з таких парадигм - це перебіг конкретної ситуації ускладнення, інша - перебіг усього життя людини.

Здавалося б, у психозахисту в актуальному житті шляхетні цілі: зняти, локалізувати гостроту психологічного переживання, емоційну враженість ситуацією. При цьому емоційна враженість ситуацією завжди негативна, завжди переживається як психологічний

дискомфорт, тривога, страх, жаж і т.д. Виникає запитання. А через що відбувається це захисне реагування на негативні переживання? Через полегшення ускладнення, чи уявного паліативного вирішення ситуації? Через те, що людина не розуміє наслідків свого полегшеного розв'язання проблеми у майбутньому, у захисту - короткозорість; далі конкретної ситуації він нічого не "бачить".

Захист має також негативне значення на рівні окремої ситуації тому, що особистість емоційно переживає якийсь полегшення, і це полегшення, зняття негативу, дискомфорту, відбувається при використанні конкретної захисної техніки. Те, що цей успіх релятивний, короткостроковий і полегшення ілюзорне, не усвідомлюється, а в іншому випадку, зрозуміло, і почуття полегшення не було б. Безперечно одне: при переживанні настання полегшення під час використання конкретної психозахисної техніки вона закріплюється як навичка поведінки, як звичка вирішувати аналогічні ситуації саме таким психозахисним способом. До того ж щоразу мінімізується витрата енергії.

Як і кожне підсилення, психологічне новоутворення (у цьому разі конкретна захисна техніка), одного разу виконавши своє завдання на зняття гостроти психологічного переживання, не зникає, а набуває тенденції до самовідтворення і переносу на схожі ситуації і стани. Воно набуває статусу такого сталого утворення[^] як психологічна властивість. Онтогенетично подібна розбіжність між благими намірами психозахисту в актуальному житті та його високою собівартістю для всякого життєвого шляху не тільки зберігається, а й підсилюється.

Сучасні дослідження показали, що навіть у дитинстві захисні механізми обмежують розвиток особистості. О. М. Дьяченко зауважила, що уява - це своєрідний і необхідний "відхід від дійсності" може розвиватися за двома напрямками. Завдяки цьому "відходові" уява, з одного боку, тренує і розвиває пізнавальну функцію. Через роботу уяви дитина на основі лише окремих ознак може вибудовувати новий образ, передбачати майбутній результат своєї активності, в уяві вперше з'являється цілісне планування активності. З другого боку, внаслідок афективної переваженості уява може функціонувати як психологічний захист, що у цій "афективній уяві" здійснюється двома шляхами: "...по-перше, через багаторазову варіативну презентацію травмуючих впливів, у процесі якої можуть бути знайдені способи вирішення конфліктних ситуацій; по-друге, через створення уявленої ситуації, що знижує фрустрацію" [1, с 54].

Якщо дитині щось або хтось загрожує, то вона в уявленій, вигаданій, нереальній ситуації, ситуації-замінювачі знімає загрозу. Часто дитина свою фантастичну історію, в якій бере участь вона сама,

перемагаючи, наприклад, свого кривдника, починає сприймати її за реальність. Через деякий час вона вже не може розрізнити де є правда, а де є її фантазія. "Афективна уява може бути причиною патологічних застійних переживань (нав'язливі страхи, тривожність) або ж наближати дитину до повної аутизації, до створення уявлюваного життя, а не реальних творчих продуктів" [1, с 58].

По-друге, використання психологічного захисту є свідченням тривожного сприйняття світу, виявом недовіри до нього, до себе та інших, є очікуванням "інтриги" не тільки від оточення, а й від власної персони, є ознакою того, що людина сприймає себе як об'єкт невідомих і негативних сил. Психозахисне проживання життя позбавляє людину її креативності, вона перестає бути творцем власної біографії, перебуваючи під впливом історії, суспільства, референтної групи, своїх несвідомих потягів і заборон. Чим більший захист, тим менша інстанція "Я".

По-третє, свого часу А. Фрейд намагалася виділити основні набори психозахисних технік на кожному етапі життя, хоча й зізнавалася, що подібна хронологічна класифікація - одна з "туманних" ділянок психоаналізу. Однак дослідниця зробила низку вагомих спостережень щодо вікової динаміки використання деяких психологічних захистів. Наприклад, вона помітила, що з віком інтенсивність, якість і функція такого захисного механізму, як фантазія змінюються. Не виділивши чітких вікових меж, коли інстанція "Я" вже втрачає можливість з допомогою фантазії переборювати невдоволення реальними ситуаціями, А. Фрейд стверджує, що "задоволення через фантазію у дорослому стані втрачає свою безвинність" [2, с 95].

У дитинстві багато захисних технік при слабкості "Я" можуть слугувати як превентивні прийоми обмеження гостроти ускладнюючого, психотравмуючого переживання. Однак подальше їх використання є показником того, що особистість так і не зуміла диференціювати і розширити форми своїх зв'язків зі світом, стати суб'єктом своєї поведінки і переживань. Тому визнаємо певну вікову закономірність психозахисних механізмів. Те, що певною мірою забезпечує розвиток "Я" в інфантильній період, стає лімітуючим фактором розвитку дорослої особистості.

По-четверте, використання однієї техніки, як правило, супроводжується і появою інших. Часто однієї техніки не вистачає, щоб з допомогою психозахисту пережити ситуацію, зняти тривогу, витіснити той або інший неприємний сюжет. Тоді допомагають інші захисні техніки. Щоб витіснити щось остаточно, потрібно його відраціоналізувати, або спроеціювати. Витіснене на периферію свідомого зберігає за собою енергію, не перестає впливати на людину,

вимагаючи від неї постійної роботи зі збереження витісненого у межах несвідомого.

Зняття когнітивного дисонансу, що виник у результаті зіткнення двох знань (одним з яких є завищена самооцінка, наприклад, щодо наявності у мене педагогічного такту "Я дуже тактовний, навіть дуже!", а друге - у тому, що я влаштував рознос студентів у присутності всієї навчальної групи, чим його неймовірно скривдив), можливо, якщо я не тільки намагаюся забути ситуацію, а й одночасно раціоналізую: "Цей студент іншого поводження з ним і не зрозуміє". Лукавство культури саме і полягає в тому, що вона може засуджувати репресивні способи, створюючи в їх користувача почуття провини (тут "Над-Я" радіє докладанню зусиль), але одночасно підсовуючи йому психозахисні засоби зниження переживання цього почуття. Від цього, щоправда, почуття провини не зникає, воно просто заганяється всередину. І чим глибше, тим більша ймовірність виникнення синдрому меланхолії. А з хворого що візьмеш? Тут культура і підказує: "Про хворого треба попіклуватися".

По-н'яте, неодноразово робилися спроби наукової асиміляції емпіричної розмаїтості технік психологічного захисту. З цією метою намагалися їх класифікувати за різними параметрами - віком, тяжінням до різних патологічних синдромів, за шкідливістю-корисністю для психічного здоров'я, за ступенем їх усвідомлюваності, за силою витіснення та ін. Зрозуміло, що у кожного дослідника свій набір, своя номенклатура технік. Іноді різні номінації обслуговують ту саму техніку.

На нашу думку, з розвитком соціуму розвиваються й індивідуальні способи регуляції, у тому числі й нові способи психозахисної регуляції. Розвиток психічних новоутворень і розвиток форм психологічного захисту нескінченні, безмежні, тому що захисні механізми ізоморфні до нормальних і аномальних форм поведінки. Між здоровою і патологічною регуляцією психозахисна займає середню зону.

Розглянемо на прикладі *фантазування*. У патологічному варіанті фантазія може бути представлена як галюцинаторне марення найрізніших модальностей: видіння, голоси. Гострі галюцинози можуть продовжуватися від кількох днів до місяців, вони супроводжують різні психози.

У здоровій особистості фантазія - неодмінний атрибут творчого мислення, момент передбачення результатів унікального розв'язання проблемної ситуації шляхом перестановки елементів реальності. Завдяки фантазії найбільш повно виражається творчий потенціал особистості.

Фантазія як захисна техніка здійснює афективно-захисну функцію, вона виконує роль заміщаючої дії, оскільки реально ситуацію людина вирішити не може або вважає, що не може. І тоді замість реальної вимальовується фіктивна, ілюзорна ситуація. Якщо важко подолати справжній конфлікт, то допускається конфлікт-підміна. У захисній фантазії паліативно переживається внутрішня свобода від зовнішнього примусу. Результатом психозахисного використання фантазії може бути життя у світі ілюзій. Надзвичайно важко провести межу між творчою фантазією і захисною фантазіями. Проте можемо говорити, що у творчій фантазії головна функція - пізнавальна, спрямована на дійсне проникнення в ситуацію шляхом її фантастичного перетворення. Захисна фантазія спрямована на обмеження важких переживань, на зниження тривоги, агресії, образи.

Розглянемо ще приклад з *амнезією* (патологічний рівень)-*витісненням* (рівень психологічного захисту) - *забуванням* (рівень норми).

Амнезія - це патологічне безпам'ятство, відсутність пам'яті. Забуття може продовжуватися годинами, днями, тижнями, роками.

Згідно з так званим законом Т. Рібо, у першу чергу забувається нещодавно набутий матеріал пам'яті. Раніше набутий запас пам'яті зберігається набагато краще, тобто втрата перебігу подій відбувається у зворотній послідовності до його нагромадження. У разі прогресуючої амнезії, в першу чергу, зникає неструктурований, не автоматизований матеріал пам'яті. Довше зберігається добре структурований раніше матеріал й автоматизовані навички.

Забування у нормі забезпечує адекватну регуляцію поведінки і діяльності людини. Процес забування забезпечує переведення змісту сприйняття і мислення з короткострокової пам'яті в оперативну, а потім у довгострокову. Наприклад, якби не було забування, то актуальний образ у зоровому аналізаторі не зникав би, на нього накладався б інший образ. Те саме можна сказати щодо процесу мислення. Без забування особистість уразила би лава думок і уявлень. Забування здійснює тимчасову організацію вмісту пам'яті, крім того, забування здійснює попереднє оброблення інформації (що важливо, а що ні), стирає непотрібну інформацію, звільняючи місце для більш актуальної.

Для забування й амнезії ізоморфним у психозахисному варіанті є витіснення. Нагадаємо, що витісняється те, що особистість не хоче, не бажає згадати, усвідомити.

По-шосте, психічна регуляція в ситуаціях ускладнення з допомогою захисних механізмів, як правило, триває на неусвідомлюваному рівні. Тому вони, минаючи свідомість, послаблюють позиції особистості, знесилюють її творчий потенціал як

суб'єкта життя. Психозахисне вирішення ситуації розуміється обманутою свідомістю як дійсне розв'язання проблеми, як єдино можливий вихід із ситуації ускладнення.

Усвідомлення захисту - це усвідомлення нав'язаних культурою страхів. Усвідомлений страх, відрефлексований - це вже переборений страх, це вже початок моєї автономії від культури, це значить, що я вже з нею, культурою, на рівних. Заслуга З. Фрейда саме і полягала в тому, що він першим намітив необхідність рефлексування наявності психологічного захисту.

Розвиток особистості у соціумі та культурі передбачає постійну готовність до зміни, постійне підвищення своєї психологічної надійності у ситуаціях ускладнення. Навіть негативні емоційні стани (страх, тривога, провина, сором і т. д.) можуть мати корисну для розвитку особистості функцію. Наприклад, та ж тривожність може бути пов'язана зі схильністю експериментувати з новими ситуаціями, і тоді функція психозахисних технік є амбівалентною. Спрямований на нейтралізацію психотравмуючого впливу "зараз і тут", у межах актуальної ситуації, психологічний захист може впоратися досить ефективно, він уберігає від гостроти пережитого потрясіння, іноді надаючи час, відстрочку для підготовки інших, більш ефективних прийомів переживань труднощів. Однак уже саме його використання свідчить про те, що по-перше, палітра творчої взаємодії, особистості з культурою обмежена. Невміння жертвувати приватним і нагальним, захоплення актуальною ситуацією - все це сприяє концентрації свідомості на собі, обмеженню психологічного дискомфорту будь-якою ціною. По-друге, підмінюючи дійсне розв'язання постійно виникаючих проблем, особистість позбавляє себе можливості розвитку і самоактуалізації. Нарешті, психозахисне існування в житті і культурі - це абсолютна заглибленість у культурні та соціальні норми і правила, це нездатність до їхньої зміни. Там, де закінчується зміна, - починається патологічна трансформація і руйнування особистості.

П. Лаустер стверджує, що за психологічним захистом завжди вимальовується привид неврозу або психозу. Одна із фундаторів явища психологічного захисту А. Фрейд визнає, що "Прорив до задоволення за допомогою ілюзорних витворів свідомості відкриває дорослій людині шлях до психозу" [3, а 96].

Список використаних джерел

1. Дьяченко О. М. Об основных направлениях развития воображения дошкольников / О. М. Дьяченко // *Вопр. психологии* - 1988. - № 6.
2. Freud A. *Das Ich und die Abwehrmechanismen* / Freud A. Wien: Internationaler psychoanalytischer Verlag, 1936.
3. Lauster P. *Lassen Sie sich nichts gefallen. Die Kunst, sich durchzusetzen*. Wein und Dusseldorf: Econ Verlag, 1976.