

В. С. Медведєв, професор кафедри практичної психології Київського національного університету внутрішніх справ, доктор психологічних наук, професор; **О. М. Шевченко**, доцент Житомирського національного агроекологічного університету, кандидат психологічних наук

НАУКОВИЙ АНАЛІЗ ЗАРУБІЖНИХ ДЖЕРЕЛ ЩОДО ФЕНОМЕНА ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ

Проаналізовано явище психологічного захисту на підставі наукових джерел зарубіжних учених. Здійснено порівняння поглядів учених зарубіжних та вітчизняних шкіл щодо психологічного захисту. Розглянуто окремі переваги та вади цього феномена.

Ключові слова: механізми психологічного захисту; психоаналіз; тривога; витіснення; невроз; іав 'язливі стани; конфлікт; інтелектуалізація.

У зарубіжній літературі поняття психологічного захисту велими знайоме й легко впізнається як предмет наукового, так і академічного інтересу. Професійне розуміння предмета, ще розглядається, доцільно розпочати з аналізу літератури за цим напрямом. Досить частими є ситуації, коли знайомство з історією питання є початковою ланкою його вирішення.

Історія становлення проблематики захисних механізмів психіки у психології суперечлива і навіть драматична. Аналіз літератури з цієї проблеми дозволяє виділити причини, за якими так суперечливо визначався статус психологічного захисту як предмета наукових досліджень і практики.

По-перше, як науковий факт явище психологічного захисту вперше було зафіксовано у парадигмі психоаналітичної концепції. А ставлення до неї в академічній психології, у тому числі й в українській, є неоднозначним.

Був період (приблизно перша третина ХХ століття), коли у нас перекладали, друкували роботи З. Фрейда й інших послідовників глибинної психології. Існували спроби навіть поєднати психоаналіз і марксизм. Ці експерименти довели свою неспроможність як у нас, так і за кордоном. Існували у нас (за кордо-

ном вони плідно продовжуються) спроби поєднати постулати психоаналізу навіть із педагогікою.

Тільки наприкінці 60-х років у радянській і зарубіжній марксистській психології за психоаналізом стали визнавати здатність окреслювати і розв'язувати значні психологічні проблеми, що не підпадали під увагу інших психологічних шкіл і течій [1, 2].

Те, що пріоритет відкриття у показі психологічного захисту належить Зигмунду Фрейду, визнають усі дослідники, які за різними базами і переконаннями стикалися із проблемами захисних механізмів психіки.

До того ж поняття психологічного захисту - одне із найдавніших конструктів у психоаналітичній теорії і практиці. Вперше воно з'явилося у невеликому дослідженні З. Фрейда 1894 року "Захист нейропсихози" і визначає техніку боротьби особистості з неприємними і нестерпними для свідомості уявленнями, їхнє завдання полягає у мінімізації і навіть повному витісненні неприємних афектів і нестерпних для свідомості думок і уявлень. Уже в ранніх своїх роботах Фрейд указував на те, що прототипом психологічного захисту є механізм витіснення, кінцевою метою якого є уникнення незадоволення, всіх негативних афектів, що супроводжують внутрішні психічні конфлікти між тяжіннями несвідомого і тих структур, що відповідають за регуляцію поведінки особистості. Синхронно із редукцією негативних афектів відбувається витіснення фабули цих афектів, тих реальних сцен, думок, уявлень, фантазій, що передували появі афектів.

Представниця другого ешелону психоаналітиків Анна Фрейд уже досить однозначно визначила той афект, що включає роботу захисних механізмів, - це страх, тривога. Вона вказала на три джерела тривоги. По-перше, тривога - це страх перед руйнівними і беззастережними домаганнями інстинктів несвідомого, які керуються лише принципом задоволення (страх перед **Воно**). По-друге, це тривожні й нестерпні стани, викликані почуттям провини і сорому та підточуються спокутами совісті (страх Я перед **Над-Я**). І нарешті, це страх перед правилами реальності (страх Я перед реальністю) [5].

Аналізуючи роботи свого батька, а також власний психоаналітичний досвід, Анна Фрейд дійшла висновку, що використання захисту конфлікт не усуває, страхи зберігаються й, як на-

слідок, існує значна ймовірність виникнення нездужання. Вона зазначила, що певні набори психозахисних технік наближають до відповідної, зовсім визначеної симптоматики. Це доведено і тим, що при конкретних психологічних патологіях використовуються відповідні захисні техніки. Так, при істерії характерним є систематичне звертання до витіснення, а при неврозі нав'язливих станів відбувається масоване використання ізоляцій і угамування [7].

А. Фрейд говорить про особливе ставлення до витіснення, що пояснюється тим, що воно "кількісно здійснює набагато більшу роботу, ніж інші техніки. Крім того, воно використовується проти таких сильних тяжінь несвідомого, які не піддаються переробці іншими техніками" [7]. Зокрема, ця дослідниця висуває припущення, що функція витіснення у першу чергу зводиться до боротьби із сексуальними тяжіннями, тоді як інші техніки захисту спрямовані в основному на переробку агресивних імпульсів [7].

Мелані Кляйн ще в 1919 році на засіданні Будапештського психологічного суспільства показала, що витіснення як захисний механізм знижує якість дослідницької діяльності дитини, не звільняючи енергетичного потенціалу для сублимації, тобто переведенні енергії на соціально схвалювану діяльність, у тому числі й інтелектуальну.

Суперечливе ставлення до такої техніки психічної регуляції, як сублимація, до завдання якої належить переробка тяжінь еросу, які не задовольняються, або деструктивних тенденцій у соціально корисну активність. Найчастіше сублимація протиставляється захисним технікам; використання сублимації вважається одним зі свідчень сильної творчої особистості. Хоча деякі дослідники, зокрема американський психоаналітик О. Фенічел [6], розуміли сублимацію як цілий спектр захисних технік, що сприяють ефективній, здоровій, безконфліктній соціалізації особистості. У психоаналітичній літературі стало звичним аналізувати біографії відомих діячів культури або літературних героїв як приклади сублимації [5, 12]. Сам Фрейд своїми етюдами про Леонардо да Вінчі та Моїсея створив прецеденти для подібної практики.

Зазначимо, що, на відміну від Фенічела, використання сублимації, за З. Фрейдом, аж ніяк не означало безконфліктної

грації до соціуму. Одним із критеріїв психологічного благополуччя він уважав брак психічної симптоматики, але аж ніяк не незалежність від конфліктів.

Альфред Адлер одним із перших відійшов від психоаналізу, створивши так звану "індивідуальну психологію", одну з галузей глибинної психології. Адлер виносить основи психологічного конфлікту за рамки суб'єкта. Він пов'язує зниження шансів сприятливого розвитку і зростання ризику формування неврівноваженого характеру із конкретним соціальним оточенням [3]. Для пояснення джерел і рушійних сил розвитку особистості крім Павла йому вже був потрібен і Петро. Для Адлера внутрішньо-психічний конфлікт є лише наслідком незадовільного ставлення до дитини з боку найближчого оточення у перші роки життя. У спільній життєдіяльності дитина ще до усвідомлення свого Я засвоює ескіз свого майбутнього життя, життєвий план, життєвий стиль, який формується у той період, коли дитина ще не володіє ні досить розвинутою мовою, ні досить розвинутою системою понять [4, с. 24–25]. Однак одночасно відтворюється також почуття своєї залежності, безпорадності й неповноцінності. Дивним є той факт, що всі сучасні транзакціоністи, які працюють над практикою аналізів скриптів, життєвих сценаріїв, не посилаючись на Адлера, відтворюють ідею життєвого сценарію майже дослівно з Адлером.

Адлер пов'язує можливість розвитку особистості з наявністю почуття неповноцінності: "Бути людиною означає мати почуття неповноцінності, яке постійно прагне до свого подолання" [4, с. 55]. Німецький дослідник індивідуальної психології Г. Кріпс виділяє у семантичному полі "почуття неповноцінності" шість значень: 1) конкретно пережите почуття, емоція; 2) негативна самооцінка (Адлеру складно визначити, що є первинним, почуття неповноцінності чи занижена самооцінка); 3) дефіцит віри у власні сили і здібності; 4) характерологічна диспозиція; 5) теоретичний конструкт, що пояснює прагнення індивіда "бути нагорі", шлях до досконалості; 6) всезагальний принцип будь-якого життя і, зокрема, людської еволюції [9]. Останні два значення поняття "почуття неповноцінності" пророкують, що воно є базовою "психічною проформою" розвитку людини.

Зняття почуття неповноцінності відбувається через різні механізми компенсації: через так звані "локальні" компенсації розбалансованої функції шляхом її розробки і вправ ("надкомпенсація") і через "центральні" компенсації, тобто через утворення підмінюючих функцій більш високого порядку або реконструкцію центрального апарату. З допомогою компенсації диференціюється і збагачується весь психічний апарат. У підсумку показником творчої компенсації є повноцінний розвиток індивіда, соціально адаптивний процес становлення характеру ("характерологізація"), що аж ніяк не означає браку конфліктів у процесі формування особистості. Хочемо зазначити, що всі основи дефектології, створювані Л. С. Виготським, базуються на адлерівській концепції.

Аналіз основних робіт Адлера з розвитку особистості показує, що він не запозичав поняття про психологічний захист із психоаналізу. Якщо він і пише про конкретні техніки захисту, то, як правило, наводить їх у лапках, наче дистанціюючись від цього психоаналітично орієнтованого концепту. Замість нього він пропонує конструкт "шкідлива компенсація" [4, с. 45 і далі]. Шкідлива компенсація має місце у становленні невротичного характеру, за яким реально пережите почуття неповноцінності перетворюється в акумульований "комплекс неповноцінності" як уже стала характерологічна диспозиція. Цей комплекс виникає у дитини під час постійного переживання невдач при вирішенні актуальних ситуацій і через брак підтримки від дорослого оточення (родини, школи і т.д.). У результаті пригнічується почуття приналежності до спільноти, людства. Відбувається поляризація, невідповідність між "нарисом", "планом", "стилем" життя і почуттям неповноцінності. Цей розрив досягає тієї сили психологічного конфлікту, коли реальних можливостей плідного вирішення конфлікту у дитини вже або ще не вистачає, а допомоги з боку соціального оточення немає, тим самим підвищується ймовірність використання неплодотворного прийому зняття комплексу неповноцінності через шкідливу компенсацію, через девіантну поведінку, відступ і утворення невротичної симптоматики. Розміри і спрямованість шкідливої компенсації визначаються найближчим соціальним оточенням: ставленням матері до дитини, взаєминами з іншими братами і сестрами, характером взаємодії у навчальному процесі і т.д.

Дані експериментальних досліджень, проведених уже в 70-ті роки, свідчать про те, що ускладнення компенсації у розвитку дітей із соціальним ризиком розвитку у таких сферах, як мислення і соціальна поведінка, вищі, ніж у дітей з біологічним ризиком розвитку, тобто соціальні дефекти розвитку компенсують складніше, ніж біологічні вади [14].

Адлер, акцентуючи соціальну зумовленість психологічного конфлікту, проектував його фатальну роль на всю подальшу долю людини. Відповідно до цього людина залишається об'єктом нерозв'язаних у перші роки життя суперечностей і за своєю "нарису життя" і не може стати суб'єктом свого життєвого шляху. Зазначимо, що соціальне середовище розумілося майже буквально, воно редукувалося до першого мікросередовища дитини, до родини. Структура мікросередовища і подальші взаємовідносини визначають структуру пережитих дитиною конфліктів і характер компенсації у подальшому. За Адлером, дитина, ставши дорослою людиною, відтворює ту ж структуру взаємин, яку вона мала у дитинстві.

Усі представники глибинної психології вважають, що організм реагує на ексцес як цілісна система. Так, Вільгельм Райх, психоаналітик, який у свій час був виключений із Міжнародного психоаналітичного об'єднання, психотерапевт, на чітких ідеях зараз вибудовуються різноманітні тілесні психотерапії, цей практик і теоретик психотерапії вважав, що вся структура характеру людини є єдиним захисним механізмом. У цій єдиній захисній системі шляхом "поглинання" несвідомої енергії лібідо і тривоги відбувається ухилення від природних законів сексуальної енергії і відхід від реальних страхів. При цьому процес утворення характерологічної броні здійснюється пліч-о-пліч із м'язовими напруженнями і навіть судомами.

Райх уважав, що сутність психотерапевтичної роботи має ґрунтуватися на ліквідації цього могутнього подвійного захисту, руйнуванні характерологічної та м'язової броні [11].

Багато дослідників зважають, що використання захисних механізмів призводить до невротичної адаптації - досить субтильного апарату пристосування до негативних стимулів. Недостатня сталість подібного пристосування зумовлена ригідністю - основною характеристикою захисних технік. Невротична адап-

татія у підсумку формує структуру невротичного характеру людини [8].

У роботах щодо стресів психологічний захист ототожнюється з так званими механізмами оволодіння. Механізми оволодіння вважаються або родовим поняттям стосовно поняття "психологічний захист", або ці два типи опрацювання стресових ситуацій диференціюються як окремі рівноцінні таксони.

Механізми оволодіння розуміють **як поведінкові зусилля, так і внутрішньопсихічні зусилля стосовно вирішення зовнішніх і внутрішніх вимог, а також конфліктів, що виникають між ними (тобто спроби їхнього вирішення, редукції або посилення щодо створення ліберального ставлення до цих конфліктів), які вимагають докладання зусиль або навіть перевищують ці старання" [4, с 244]. Інші автори зазначають, що "не все, що у широкому розумінні слугує розв'язанню проблеми або адаптації, можна назвати оволодінням; про нього можна говорити лише тоді, коли, по-перше, вміння і навички, включаючи такі й за орієнтаціями, піддаються серйозному випробуванню, по-друге, коли немає готових рішень або їх неможливо використовувати, по-третє, коли ситуації або проблеми однозначно не заструктуровані й (або) важко визначити доречність прийнятих рішень, і, нарешті, коли неможливо передбачити наслідки дій" [15, с 24]. Х. Шредер вважає, що у загальному континуумі психічної регуляції захисні реакції займають останній рівень оволодіння із ситуаціями ускладнення, рівень, що вже має характер прогресуючої декомпенсації. Захисний варіант регуляції поведінки спрямований на маскування актуальної соціальної недієздатності (у тому числі маскування перед самим собою), на обмеження тривоги, на витіснення інформації, що суперечить Я-концепції [13].

Ми вважаємо плідною спробу дослідницької групи Р. Лазаруса диференціювати механізми оволодіння і захисту. Були виділені такі параметри диференціації.

1. Тимчасова спрямованість. Захист, як правило, намагається вирішити ситуацію "тепер", не пов'язуючи цей актуальний стан із майбутніми обставинами. У цьому змісті психологічний захист обслуговує актуальний психологічний комфорт.

2. Інструментальна спрямованість. Захист "думає" лише про себе, якщо він і враховує інтереси навколишніх, то лише для

того, щоб вони у свою чергу обслуговували його приватні інтереси.

3. Функціонально-цільова значимість. Чи мають механізми регуляції функцію відновлення зіпсованих відносин між оточенням і особистістю (механізми оволодіння) або скоріше функцію тільки регуляції емоційних станів (захисні механізми).

4. Модальність регуляції. Чи мають місце пошук інформації, безпосередні дії, рефлексія (характерне більше для оволодіння), або пригнічення, відхід і т.д.

Р. Лазарус навіть створив класифікацію психозахисних технік, виділивши в одну групу симптоматичні техніки (вживання алкоголю, транквілізаторів, седативних препаратів і т.д.) і в іншу групу так звані внутрішньопсихічні техніки когнітивного захисту (ідентифікація, переміщення, пригнічення, заперечення, реактивне утворення, проекція, інтелектуалізація) [10].

І нарешті, вирішення проблеми - це не розв'язування задачки, відповідь якої може бути абсолютною. Проблема, що розв'язана одного разу, може виникати знову й знову.

Список використаних джерел

1. Басейн Ф. В. О силе "ЯГ и психологической защите / Ф. В. Басейн // Вопр. философии. - 1969. - № 2.
2. Зачепиский Р. А. Социальные и биологические аспекты психологической защиты / Р. А. Зачепиский // Социально-психологические исследования в психоневрологии. -Л., 1980.
3. Adler A. Ober den nervosen Charakter. Grundzuge einer vergleichenden Individualpsychologie. Frankfurt: Fisher Veriag, 1982.
4. Adler A. Der Sinn des Lebens. Frankfurt: Fisher Veriag, 1983.
5. Erikson E.H. Joung Man Luther. A study in Psychoanalysis and History. New York, 1962.
6. Fenichel O. The psychoanalytical theory of neurosis. New York: Norton & Co, 1945.
7. Freud A. Das Ich und die Abwehrmechanismen. Wien: Internationaler psychoanalytischer Veriag, 1936.
8. Hock K., Neurosenlehre und die Psychotherapie. Eine Einfuhrung / Hock K., Koenig W. - Jena, 1979.
9. Krips H. Zur individualpsychologischen Theorie von Alfred Adler Eine methodische Untersuchung anhand zentraler Begriffe der Individualpsychologie: Inauguraldissertation. Koln, 1976.
10. Lazarus R.S. Patterns of Adjustment. New York: McGraw-Hill, 1976.

11. Reich W. Die Charakteranalyse. Frankfurt: Fischer, 1983.
12. Rogues V. "Eisen kam in meine Seele" // Der Spiegel, 1985. ~ Н. 41. - S. 86-06.
13. Schroder H. Persönlichkeitspsychologische Zugänge zur Psychopathologie. Leipzig, 1981.
14. Teichmann H. Risiko und Kontrollkinder im Langsschnittvergleich (3. Lebensjahr) / Teichmann H., Heider B., Kleipeter U. // Zeitschrift für Psychologie. 1976. H. 4. S.495-504.
15. Ulich D. Stress Sektion Psychologie: Arbeitsmanuskript / Ulich D., Mayring Ph., Srrhmel P. - Universität Bamberg, 1982.