

В.С. Медведев, професор кафедри практичної психології Київського національного університету внутрішніх справ доктор психологічних наук, професор:

О.М. Шевченко, старший викладач кафедри юридичної психології Київського національного університету внутрішніх справ кандидат психологічних наук

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ ЯК ОКРЕМИЙ ПСИХІЧНИЙ ФЕНОМЕН

Подано огляд основних уявлень про психологічний захист особистості, проаналізовано найбільш суперечливі характеристики цього феномена. Психологічний захист особистості первісно розвивається як явище інтрапсихічної адаптації і може приводити до внутрішньої соціально-психологічної адаптації чи дезадаптації.

Психологічний захист як феномен, що знаходиться на межі свідомого і несвідомого, норми і патології, який не має чітких понятійних рубіконів, є об'єктом зрозумілого наукового інтересу. Причому не тільки на рівні особистості, але й на рівні біологічних основ функціонування психіки. Проте частіше зустрічаються окремі згадування психологічного захисту, опису окремих його форм і видів, спроби включити явище захисту в обговорення інших категорій психології, таких як адаптація, невроз, несвідоме, водночас як більш-менш систематизовані дослідження захисних явищ особистості представлені мінімально. Такий стан справ зумовлений як недостатньою визначеністю наукового статусу психологічного захисту, так і браком надійних експериментальних способів його вивчення. Зупинимося на деяких працях, що претендують на обґрунтованість та науковість і дають різнобічне уявлення про феномен психологічного захисту особистості.

У вітчизняній психології, що тривалий час принципово уникала дослідження і навіть згадування психологічного захисту (як поняття, пов'язаного з психоаналізом, а отже, ненауково-

го), одним з перших, хто зробив спробу створити концептуальну основу досліджуваного феномена, був І.Д. Стойков. 1986 року [7] він здійснив теоретичне дослідження захисних виявів особистості, в якому поєднав болгарську (А. Петков, В. Іванов, Г. Митєв, Г. Йолов [7]), німецьку і польську [4] традиції вивчення психологічного захисту з окремими постулатами радянської психології, насамперед з основними положеннями діяльнісного підходу О.М. Леонтьєва й ідеями А.В. Петровського про потреби особистості у персоналізації.

Автор пропонує розв'язати проблему психологічного захисту шляхом її аналізу за рівнями, в основу якого покладене уявлення про різні рівні психічної активності. При цьому психологічний захист розглядається ним як "властивість, що притаманна всім тваринним індивідам. Захисні прояви існують на всіх етапах еволюційного розвитку психіки, а в онтогенетичному розвитку людини розкриваються на різних рівнях психічної регуляції діяльності" [7, с. 117~\]. Якщо взяти за аксіому, що психічна активність реалізується, поступово ускладнюючись, на рівні організму, індивіда й особистості, то можна виділити три функціонально взаємозалежних і зростаючих за складністю рівні психологічного захисту:

сенсорний - захисні прояви організму, реалізовані за допомогою сенсорної психічної регуляції поведінки;

перцептивний - захисні прояви індивіда, реалізовані шляхом перцептивної психологічної регуляції;

особистісний — захисні прояви особистості, реалізовані за допомогою свідомої й особистісної регуляції поведінки і діяльності.

До *сенсорних психологічних захистів* можна віднести такі: підвищення або зниження чутливості аналізаторів до рівня їхнього пристосування до подразників, що змінюються, природний захист організму, який здійснюється на фізіологічному рівні (наприклад, зміна кількості адреналіну в крові у стресовій ситуації). Ціль сенсорних захистів - зберегти нормальне функціонування окремих систем органів, окремих аналізаторів і організму

в цілому. Цей захист сформувався у філогенезі і характеризує природну стійкість тваринних організмів. Він характерний і для людського організму, при цьому його успішність суто індивідуальна і визначається роботою нижчих відділів нервової системи.

До захистів перцептивного рівня І.Д. Стойков відносить "ті явища захисного (граничного) гальмування, ціль яких зберегти від руйнування вищі відділи центральної нервової системи і тим самим зберегти вищі психічні функції - перцептивні психічні процеси у вищих хребетних тварин, а у людини - перцептивні і свідомі психічні процеси" [7, с. 119]. Такими є, наприклад, синтоксичні і кататоксичні захисні реакції, описані Г. Сельє. Механізм граничного гальмування зводиться до того, що подразник, який виявився "надсильним", може викликати запобіжне (захисне) гальмування. Для людини подразник може виявитися надсильним не тільки за своєю фізичною характеристикою, але і насамперед за своїм змістовним значенням для такої особистості. Цей вид захисту зводить майже до нуля соціальну активність суб'єкта, тому може виявитися недоцільним із психосоціальної точки зору.

Захисти сенсорного і перцептивного рівнів пов'язані з основними біологічними потребами людини (тобто потребою бути індивідом, зберігати і продовжувати своє існування). Зрозуміло, що саме ці види захисту характерні для всіх тваринних організмів.

Особистісний захист розуміється як вищий рівень у структурі психологічних захистів, властивий відповідно лише людині. Його мета зводиться до збереження сталої в онтогенетичному розвитку психологічної структури особистості під час конфліктів, пов'язаних з міжособистісними відносинами. У цих конфліктах людина бере участь як особистість, а не як організм або індивід.

Наявності конфлікту, тобто неузгодженості між внутрішньою психологічною структурою особистості і вимогами зовнішнього середовища, надається центральне місце у розумінні захистів такого рівня. Причому, йдеться не про конфлікт, що виникає внаслідок будь-якої ситуації - стандартної, специ-

фічної, складної або екстреної, в якій обставини сприймаються, усвідомлюються й оцінюються, формується свідома мета, створюються програми дій. Йдеться про внутрішній психологічний конфлікт, за яким потреба, що зароджується або прагне до реалізації або вже реалізована потреба особистості вступає у суперечність з її особистісно значимими цінностями, у протизагони психоемоційному конфліктові між інстинктом і соціальними нормами. Із системою значимих цінностей психологічний захист особистості пов'язують й інші дослідники. В.А. Файвішевський бачить головну рису захисних механізмів "у спрямованості захисту на збереження або досягнення порядку в значимому". Цей порядок об'єднує наявність ієрархічно структурованої системи внутрішніх цінностей. Таким чином, психологічний захист особистісного рівня сприяє збереженню внутрішньої стійкості "Я" (І.Д. Стойков) й організовує "душевний порядок" (В.А. Файвішевський).

Підсумовуючи висунуту концепцію, І.Д. Стойков визначає психологічний захист як неусвідомлюваний у момент його дії механізм, що розв'язує внутрішній конфлікт особистості, і як бар'єр перед есентуальними (лат. випадок, у праві - непрямий намір) психічними розладами, які сприяють дезінтеграції психологічної структури особистості.

Принципова новизна розглянутого підходу полягає у характері відносин, які виокремлює автор між захисними проявами і мотиваційно-потребнісною сферою особистості. Поділяючи ідею А.В. Петровського про те, що потреба у персоналізації є основною соціальною потребою індивіда, дослідник бачить у феномені захисту процес її неадекватного задоволення і доходить до таких висновків.

1. У ситуаціях спілкування, що суперечать сформованим у соціогенезі цінностям особистості, вона вдається до захисних форм діяльності, тобто до неадекватного задоволення потреби у персоналізації.

2. Неможливість індивіда у такій конкретній ситуації об'єктивно реалізувати персоналізацію веде до захисних форм діяльності.

3. У ситуаціях, за якими суб'єкт тривалий час не може реалізувати персоналізацію і не може здійснити захисний варіант цієї персоналізації, порушується процес структурування особистості, що призводить до деструктивності встановлених властивостей особистості (у психопатології і психіатрії - невроз).

Автор зробив спробу концептуалізувати феномен психологічного захисту особистості й помістити його в єдину систему загальнопсихологічних понять. Проте багато чого все ж залишається невизначеним і навіть спірним. Аспектами психологічного захисту, що вимагають, на наш погляд, більшої наукової уваги, є певна невизначеність у термінології (І.Д. Стойков так і не розрізняє поняття "психічний" і "психологічний", вживаючи їх як синонімічні), та суперечливість вихідних положень (так, визначаючи психологічний захист особистості як найвищий рівень психічної активності, що реалізується за допомогою свідомої регуляції, автор визначає його як "неусвідомлюваний у момент його дії механізм"). Безумовно, цікавою є ідея співвіднесення рівнів прояву захисту з рівнями психічної активності й встановлення зв'язків між ними. На жаль, визнаючи наявність цих зв'язків, І.Д. Стойков не ставить завдання визначити їхній характер, що представляло б ще більшу цінність дослідження. Нарешті, вбачається спірним занадто вузьке, на погляд авторів, трактування захисних механізмів особистості як способів (нехай навіть неадекватних) задоволення однієї єдиної потреби, як, власне, вбачається неоднозначною і сама ідея потреби у персоналізації як базовій, що не знайшла досі достатнього визнання у теоретиків соціальної психології та психології особистості.

У традиційному контексті психологічний захист розглядається як внутрішньоособистісний феномен, що є здобутком однієї особистості й "обслуговує" саме її. Однак у прикладних і соціально-психологічних дослідженнях, рідше у роботах з психології особистості зустрічається і більш широке розуміння цього

явища. В.В. Столін згадує про виявлення феноменів, "функціонально тотожних захисним процесам, але які мають інтерперсональну природу". Він об'єднує їх поняттям "міжперсонального захисту", однак не дає точного уявлення про ці механізми. Р. Лайн посиляється на захисти міжособистісного характеру в сфері сімейного спілкування, А.У. Хараш - у груповій психологічній роботі. Р. Фішер і У. Юрі, аналізуючи захисні механізми під час перемовин, визначають їх як недопущення заподіяння втрати з боку партнерів по переговорах. Ю.Б. Захарова досліджує моделі психологічного захисту на рівні міжгрупової взаємодії [3].

Без сумніву, перенос проблеми психологічного захисту в площину міжособистісного і міжгрупового функціонування вимагає не тільки зміни ракурсу бачення цього явища, але й нових концептуальних позицій, що дозволяють зберегти наступність традиційного й оновленого поглядів. Спроба закласти теоретичний фундамент в основу міжособистісних захистів представлена у роботі О.Л. Доценко "Механізми психологічного захисту від маніпулятивного впливу" [2], що, на бачення авторів, є також крайнім вираженням поширеного трактування феномену психологічного захисту.

Спираючись на основну функцію будь-яких захисних проявів особистості, а саме функцію захисту, автор включає у схему опису процесу захисту чотири основні елементи:

- предмет захисту (те, що захищається);
- погроза (те, від чого необхідно захищатися);
- втрата (для уникнення чого здійснюється захисний процес);
- засобу захисту (яким чином здійснюється захист).

При докладнішому розгляді кожного з елементів такої схеми збіг авторської точки зору з традиційним підходом зазначається лише у поглядах на втрату. Характер втрати, на думку автора, залежатиме від предмета захисту і, найімовірніше, може бути втілений в ексцеси або непідтвердження (руйнування) самооцінки, зниження самоповаги і відчуття впевненості, втрату індивідуальної унікальності, фіаско планів і намірів, тобто

в "руйнування тих або інших психічних структур, аж до повної втрати суб'єктності" [2].

Інші елементи представленої вище схеми аналізу захистів розглядаються так широко, що часом втрачають сполучні зв'язки з усіма відомими поглядами на психологічний захист особистості.

Так, предмет цього захисту, звичайно, відносять до галузі самовідношення, емоційної рівноваги, індивідуальності й інше, принаймні він завжди фігурує як внутрішня характеристика особистості. Предметом психологічного захисту в концепції О.Л. Доценко може стати будь-яка цілісність: держава, організація, група людей, родина, окрема людина, її тіло, психіка або окрема психічна структура.

Загрозою найчастіше виступає тривога, що може бути викликана внутрішнім конфліктом, фрустрацією будь-якої потреби, невизначеністю ситуації. У розглянутому підході загрозу можуть нести дії партнерів з взаємодії, тварин, організацій, держав, тобто дії, вироблені будь-яким суб'єктом психіки: одиничним або сукупним.

Як засіб захисту також може виступати будь-який психологічний прийом: прохання про пощаду, зустрічні погрози, маніпуляції під час нападу і т. п.

Підсумовуючи, психологічний захист визначається як "використання суб'єктом психологічних засобів усунення або ослаблення втрати, що загрожує йому з боку іншого суб'єкта" [2, с. 58]. Більше того, психологічний захист розглядається як явище можливе тільки при взаємодії суб'єктів. Таке обмеження могло б цілком перекреслити ідею про наявність внутрішньоособистісного захисту, якби не припущення автора про те, що суб'єктами можуть виступати не тільки держави, групи і люди, але й цілісні фрагменти психіки.

Однією з найопрацьованіших і повних концепцій психологічного захисту є структурна теорія Р. Плутчика, праці якого, на жаль, не перекладені, але зміст їх докладно описано деякими вітчизняними психологами [1; 5; 6]. Концепція є цікавою не

тільки тому, що пропонує вичерпне теоретичне обґрунтування зародження і функціонування захисних механізмів, а й дає нову підставу для класифікації останніх і простежує зв'язок між окремими видами захистів і типами клінічної патології й асоціальної поведінки. Автор пропонує самостійний метод дослідження деяких (основних, на його думку) механізмів психологічного захисту і тим самим хоча б частково "латає" прогалину в їхньому експериментальному дослідженні. Відомо, що через брак або ущербність методичного апарату обмежується кількість і знижується якість дослідження будь-якої наукової проблеми. Психологічний захист особистості дотепер був доступний для експериментального вивчення лише клінічними і проєктивними методами, обмеженість й уразливість яких багаторазово обговорювалася, і не має потреби у додатковому тлумаченні. Розроблений Р. Плутчиком діагностичний інструмент зручний у використанні для різних контингентів і вікових груп, а також і однозначний в інтерпретації, що значно розширює можливості вивчення механізмів психологічного захисту в галузі наукових досліджень та індивідуального консультування.

Зупинимося на ключових теоретичних постулатах структурної теорії. Концепцію захисту в широку еволюційну структуру Р. Плутчик певним чином структурує. Центральна ідея всієї концепції зводиться до того, що механізми психологічного захисту є похідними емоцій, а отже, їх використання властиве всім живим організмам, здатним переживати емоції. Це і доросла людина, і дитина, і навіть тварина. Багаторічні дослідження емоційних процесів Р. Плутчика та його колег (Х. Келермана і Х. Конте) сприяли створенню загальної психоеволюційної теорії емоцій, що і стала основою для побудови теоретичної моделі захистів [9; 10].

Емоції визначаються як базисні засоби адаптації, покликані розв'язувати проблеми виживання на всіх філогенетичних рівнях. Р. Плутчик виділяє вісім базисних адаптивних реакцій (інкорпорація, відхилення, протекція, руйнування, відтворення, реінтеграція, орієнтація, дослідження), які є прототипами вось-

ми базисних емоцій (страх, гнів, радість, сум, прийняття, відраза, очікування, подив). А сполучення основних емоцій дає весь афективний спектр. У свою чергу, і захисні механізми, що є похідними емоцій, класифікуються на базові (заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проєкція, заміщення, інтелектуалізація, реактивні утворення) і вторинні (до їхнього числа належать всі інші). Зазначимо, що структура психологічного захисту, на думку автора, повторює структурну модель емоцій. Так, заміщення розглядається як несвідомий спосіб подолати гнів, що не може бути виражений прямо і безкарно. Проєкція - несвідома спроба осилити самонесприйняття шляхом атрибуції цього почуття іншим. Список співвідношень не обмежується лише співвідношенням між адаптивними реакціями, емоціями і видами захисту.

Сам автор достоїнство своєї теоретичної моделі психологічного захисту бачить у встановленні відносин між самими захистами, між захистами й емоціями та у розкритті адаптивного потенціалу цих відносин. Простежимо логіку автора.

Емоції виражаються у послідовних подіях: оцінка ситуації з погляду значимості для благополуччя індивіда, переживання і певні фізіологічні зміни, що спонукують до тієї або іншої поведінки (атаці, відступові, спарюванню й ін.). Термін "емоція" автор відносить до всього цього комплексного ланцюга реакцій, а стан переживання, що звичайно розуміється як емоція, - тільки ланка у цьому ланцюзі. Саме у такій послідовності (когнітивний, емоційний і поведінковий компонент) відбувається онтогенетична організація й актуальне функціонування механізмів захисту.

Таким чином, емоція починається з деякої ініціюючої когнітивної оцінки. Але оцінка ситуації може бути помилковою або ж спочатку адекватною, але потім перекручена для зміни емоційного переживання. Звідси й підхід до психологічного захисту як до "... послідовного перекручування когнітивної й афективної складової типу реальної ексквізитної (англ. *exquisite* - гострий, сильний, винятковий) ситуації для послаблення емоційної

напруги, що загрожує індивідові, у разі якби ситуація була відображена у гранично можливій для індивіда відповідності з реальністю" (визначення Л.Р. Гребеннікова, зроблене на основі концепції Р. Плутчика [1, с. 44]).

Встановлення зв'язку між когнітивною оцінкою ситуації і процесом захисту дало підставу Р. Плутчику і співавторам провести паралель між когнітивними процесами й окремими видами психологічного захисту, визначивши таким способом не тільки залежність актуалізації в особистості тих або інших захистів від особливостей конкретних когнітивних процесів, але й гіпотетичну шкалу примітивності - зрілості захисних механізмів, що у порядку зростання зрілості виглядають так: заперечення, регресія, проєкція, заміщення, придушення, формування реакції, інтелектуалізація, компенсація. Нижче буде показано, що у такій схемі шкалу примітивності-зрілості визначає хронологічний порядок виникнення в онто- і філогенезі психічних процесів, відповідальних за той або інший захист.

Так, процеси відчуття, сприйняття й уваги несуть відповідальність за захисти, пов'язані з небаченням, нерозумінням інформації (перцептивні захисти). У першу чергу, це заперечення і регресія, а також їхні аналоги. Вони ж є найбільш примітивними і характеризують особистість, котра "зловживає" ними, як емоційно й особистісно менш зрілу.

Більш високий ранг на шкалі примітивності-зрілості мають захисти, пов'язані з процесами пам'яті, а саме із забуванням інформації (витискання, придушення). Автори не дають їм вислової назви, але за аналогією їх можна було б назвати "мнемічними".

Нарешті, процеси мислення й уяви відповідають за найбільш складні та зрілі види захистів, пов'язані з переробкою і переоцінкою інформації (раціоналізацію, інтелектуалізацію, компенсацію, сублімацію і т. ін.).

При цьому більшість захисних механізмів обіймають наче проміжну позицію між першою, другою і третьою групами, то-

му що інформація може бути частково сприйнята, частково забута і частково переоцінена.

Установлюючи відносини між психологічним захистом і особистістю, Р. Плутчик висловлює такі гіпотетичні положення:

1) особистості із сильно вираженими рисами характеру, імовірно, мають тенденцію користуватися визначеними механізмами психологічного захисту як засобами подолати різні життєві проблеми. Так, особистість із сильним контролем буде, можливо, використовувати інтелектуалізацію як основний спосіб захисту;

2) існує відносно невелика кількість базисних захистів, водночас як всі інші являють собою їх комбінації або просто різні назви. Так, захист за типом інтелектуалізації містить у собі ізоляцію, раціоналізацію й анулювання. Компенсація містить у собі елементи сублімації, ідентифікації, фантазії і т. ін. Споконвічно синтезувавши численні описи форм психологічного захисту в шістнадцять захисних механізмів, Р. Плутчик редукує у подальшому цей список до восьми механізмів, що є, на його думку, основою всіх захисних стратегій особистості;

3) захисні механізми характеризуються протилежністю (біполярністю) тією мірою, в якій полярні емоції, покладені в їх основу (радість - сум, страх - гнів, прийняття - відкидання, передбачення - подив). Таким чином, вісім базисних механізмів зводяться до чотирьох біполярних пар: реактивне утворення - компенсація, придушення - заміщення, заперечення - проекція, інтелектуалізація - регресія;

4) кожен з основних діагнозів, що описують реально існуючі психічні розлади особистості, пов'язаний з домінуючим захистом. Наприклад, особи, які страждають параноєю, мають тенденцію до виняткової підозрливості і критичності. Використання проекції дає їм можливість спотворити світ, побачивши у ньому загрозу, для виправдання свого надмірного неприйняття. Істерія аналогічним образом пов'язується з домінуванням заперечення як засобу виробити позитивне ставлення до середо-

вища і самого себе. Надмірне використання інтелектуалізації визначає синдром нав'язливості тощо.

Список використаних джерел

1. *Гребенников Л. Р.* Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика: Дис. ... на соиск. учен. степ. канд. психол. наук: 19.00.07. - М., 1994. - 202 с.
2. *Доценко Е.Л.* Механизмы психологической защиты от манипулятивного воздействия: Дис. ... на соиск. учен. степ. канд. психол. наук: 19.00.01. - М., 1993. - 162 с.
3. *Захарова Ю.Б.* О моделях психологической защиты на уровне межгруппового взаимодействия // Вестн. МГУ. - С. 14, Психология, 1991. - № 3. - С. 11-20.
4. *Кофта М.* Некоторые интеркорреляции между сознанием, интеграцией поведения и защитными механизмами. В кн.: Бессознательное. - Т. 3. - Тбилиси, 1978. - С. 402-413.
5. *Михайлов А.К., Ротенберг В.С.* Особенности психологической защиты в норме и при соматических заболеваниях // Вопр. психологии. - 1990 - № 5. - С. 106-111.
6. *Романова Е.С., Гребенников Л.Р.* Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика. - Мытищи: Изд. "Талант", 1996. - 144 с.
7. *Стойкое И. Д.* Анализ защитных проявлений личности: Дис. ... на соиск. учен. степ. канд. психол. наук: 19.00.01. - М., 1986. - 160 с.
8. *Чумакова О. В.* Психологическая защита личности в системе детско-родительского взаимодействия. Дис. ... на соиск. учен. степ. канд. психол. наук: 19.00.11. - СПб., 1998. - 174 с.
9. *Plutchik R.* A general psychoevolutionary theory of emotions. In Plutchik R., Kellerman H. (Eds.) Emotions: Theory, research and experience: Vol.1. N.Y.: Academic Press, 1980. - P. 3-33.
10. *Plutchik R., Kellerman H., & Conte H.R.* A structural theory of ego defenses and emotions. In C.E.Izard, Emotions in personality and psychopathology. N.Y. Plenum, 1979. - P. 229-257.