

Тітаренко Д. С.

Науковий співробітник відділення
впровадження психотренінгових технологій
науково-дослідної лабораторії
екстремальної та кризової психології
Університету цивільного захисту України.

Проблема визначення поняття «психологічний захист».

У статі йдеться про проблему визначення поняття «психологічний захист», наведено основні тлумачення цього феномену та визначено загальну функцію захисту.

Ключові слова: психологічний захист, функція захисту, форма активності.

Постановка проблеми. Сама по собі особистість людини завжди цікавила дослідників, вони прагнули визначити її внутрішні компоненти, їх взаємодію між собою, терміни становлення компонентів, тощо. Тож, і такий компонент особистості як психологічний захист також не випав з поля уваги дослідників. Про його існування говорилося досить давно, але наукове обґрунтування відбулося лише на початку ХХ століття. Незважаючи на велику численність наукових досліджень за цією тематикою й досі не існує загальноприйнятого тлумачення феномену психологічного захисту, його структури та механізму роботи, тож і на сьогодні ця тема є актуальною для вивчення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У своєму дослідженні Л.Ю. Суботіна пропонує розглядати механізми психологічного захисту як систему регулятивних механізмів, пов'язаних із спотворенням суб'єктивної психічної реальності, що забезпечує усунення або зведення до мінімуму негативних травмуючих особистість переживань, пов'язаних з внутрішніми або зовнішніми конфліктами, станами тривоги і дискомфорту. Вона окреслює роль механізмів психологічного захисту у процесі формування особистості професіонала.

Г. О. Максименко в своєму дослідженні розглядає родину та батьків дитини, як зовнішній фактор, що впливає на процес формування механізмів захисту, при цьому сам механізм захисту розглядається як адаптаційний процес.

Мета статті є розкрити основні сучасні теорії та підходи до визначення проблеми психологічного захисту, розкрити сенс механізмів захисту.

Виклад основного матеріалу. Безсумнівно, вперше наукове обґрунтування поняття «психологічний механізм захисту» було зроблено З. Фрейдом. Вперше З. Фрейд самостійно використовує термін «захист» у своїй роботі «Захисні нейропсіхози» [1]. Фрейдом вперше докладно описано функціональне призначення захисту. Воно полягає в ослабленні інтрапсихічного конфлікту, зумовленого суперечністю між інстинктивними імпульсами несвідомого і інтеріорізованими вимогами зовнішнього середовища, що виникають в результаті соціальної взаємодії. Хоча і вважав, що захисна поведінка – це патологічна поведінка, або та - що приведе до патології, тож вона (поведінка) дезадаптивна для особистості.

За його думкою механізми психологічного захисту є вродженими та запускаються при надзвичайній ситуації для «зняття внутрішнього конфлікту». Цей внутрішній конфлікт З. Фрейд пов'язував з особливостями структури особистості.

Кожен автор, хто займався дослідженням психологічного захисту, вкладавав свій сенс у розумінні цього феномену, але провівши теоретичний аналіз літератури можна сказати, що кожен з теорій можна віднести до тієї або іншої загальної групи:

Психологічний захист тлумачили як *відповідну форму поведінки, реакцію, або дію* особистості такі автори як: А. Фрейд, К. Хорні, В. Франкл, А. Адлер, К. Роджерс, Р. Берон, А. Ребер, Д. Арлоу, В. І. Журбін, Райнхард, А. А. Налчаджян, В. Є. Рожнов, Р. А. Зачеписький, Ч. Бренер, М. Jarosz та інші.

В їх роботах так чи інакше говорилося, що психологічний захист - це система активних чи пасивних психічних дій особистості, що забезпечують специфічний результат для людини;

1. В наукових працях таких дослідників, як Б. Д. Карвасарський, Х. Хартман, В. А. Ташликов, В. Мягер, зустрічається досить схоже розуміння поняття «психологічний захист». Вони говорили, що психологічний захист – *це адаптаційний процес, який спрямований на зниження емоційної напруги, що виникає при різних конфліктних ситуаціях* [2];

«Психологічний захист» - *як одна з форм змінення дійсності (спотворення інформації)*, що травмуючи впливає на особистість. Виходить, що особистість несвідомо змінює поступаючу до неї інформацію, що б захистити своє «Я» від дії психотравмуючих елементів. Такої думки дотримувалися такі дослідники, як: Р. Мзем, Р. Плутчик, Н. В. Тонконогий, В. Н. Цапкін, Віннікотт, Хаан, Х. Кохут, Отто Ф. Кернберг, В. М. Аллахвердов, Р. М. Грановська, І. Я. Березная, Л. Ю. Субботіна;

Ф.В. Басін, Б. В. Зейгарник, Е. Т. Соколова, Г. С. Саліван трактували психологічний захист як свого роду *специфічний вид установки*, що присутня в структурі особистості;

К. Г. Юнг, Е. Еріксон, В. Райх, В.С. Ротенберг, Ф. Є. Васілюк прагнули пояснити феномен психологічного захисту через структуру особистості. В їх роботах так чи інакше звучить думка, що механізм захисту є одним з *структурних елементів самої особистості*. Основною і головною функцією цього феномену і є збереження самого образу «Я» [3].

«Психологічний захист» - *як відношення особистості до якогось об'єкту* розглядає дослідник В.М. Банщіков. В його працях зустрічається трактування механізму захисту як специфічного відношення особистості до хвороби, його відчуття та переживання.;

Фізіологічна основа захисту розглядалась Е. А. Костандовим, Ф. Перлз, Ф. Александера, Ф. Дунбар. Тож, фізіологічна основа захисту зводиться до наступного: під впливом зовнішніх факторів виникають негативні емоції,

утворюються тимчасові зв'язки між сенсорними елементами неокортексу, і структурами лімбічної системи. При повторних впливах у структурі лімбічної системи виникають зміни, які і стають основою для психологічного захисту [4].

На думку багатьох авторів, захисні механізми мають наступні загальні властивості: вони діють в підсвідомості, індивід не усвідомлює, що з ним відбувається, вони заперечують, спотворюють, фальсифікують дійсність, вони діють в ситуації конфлікту, фрустрації, психотравми, стресу. Мета психологічного захисту, як уже говорилося, - зниження емоційної напруженості і запобігання дезорганізації поведінки, свідомості і психіки в цілому.

Висновки. На основі аналізу літератури можна зробити висновок, що психологічний захист має багато тлумачень, але так чи інакше він розуміється - як форма несвідомої психічної активності, що формується в онтогенезі на основі взаємодії типологічних властивостей з конкретним історичним досвідом розвитку особистості в певній культурі. Очевидно, що психологічний захист може бути успішним або неуспішним, конструктивним або деструктивним. По своїх проявах - це

ЛІТЕРАТУРА

1. Freud S. The defence nearo-psychoses // The collected Papers: in 10 v. — N.Y.: Collier Books, 1963. — v.2. — P. 67–81.
2. Стоиков И.Д. Анализ защитных проявлений личности: дисс. на соиск. учен. степ. канд. психол. наук: 19.00.01/ Стоиков И.Д. -М., 1986. — 160 с.
3. Колесов Д.В. Введение в общую психологию. Учебное пособие / Колесов Д.В. – М.: Издательство Московского психолого-социологического института, 2002. – 357 с.
4. Костандов Э.А. Восприятие и эмоции / Э. А. Констандов. — М.: Медицина, 1977. — 248 с.