

## ПРОБЛЕМА АДАПТИВНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ В ПРОЦЕСІ ПЕДАГОГІЧНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Механізми психологічного захисту функціонують у повсякденному досвіді будь-якої людини й залишаються при цьому мотивом поведінки, прихованим від нього самого і від недосвідченого спостерігача. Психологічний захист є однією з самих суперечливих властивостей у структурі особистості, оскільки одночасно сприяє як стабілізації особистості, так і її дезорганізації.

Наш інтерес до проблеми психологічного захисту особи продиктований певними причинами.

По-перше, не можна вважати задовільною ситуацію теоретичного й емпіричного дослідження даного феномена. Недостатньо робіт у цій області, та й ті переповнені невизначеностями й суперечностями. Навіть ті психологи, які роблять спробу створити стійку теоретичну базу для дослідження психологічного захисту, стикаються з проблемою експериментальної перевірки висунутих положень, оскільки дотепер не існує повноважних методів вивчення вказаної ознаки особистості. І це друга причина звернення до досліджуваної проблеми.

Третя причина полягає в тому, що істотною стороною розуміння будь-якого особового феномена є уявлення про закони його формування в онтогенезі. Більшість наукових положень щодо цього процесу, які зустрічаються в літературі, є наслідком гіпотетичних міркувань авторів, а не результатом експериментальної перевірки.

Слід додати, що психологічний захист у дитячому віці, тобто на етапі становлення особистості, практично не піддавався систематизованим дослідженням з часів Ганни Фрейд.

Проте, незважаючи на всі прогалини в теорії і дослідженнях, дійсна психологічна практика постійно посилюється то на неефективний психологічний захист, як причину порушень психічного здоров'я і дезадаптації особистості в соціумі, то, навпаки, на недостатню психологічну захищеність як чинник того ж. Про необхідність відповідних психокорегуючих заходів йдеться в індивідуальній і груповій психотерапії [17, 18, 7], тренінговій роботі [8], практиці сімейного консультування й сімейної психотерапії [25]. Очевидно при цьому, що неоднозначність і плутанина в теоретичних трактуваннях не сприяє вирішенню відповідних проблем на практиці. Таким чином, невідповідність між пропозицією теоретиків і попитом практиків стала ще однією причиною дослідницького інтересу до заявленої проблеми.

Спираючись на висловлені вище зауваження та зважаючи на реальний практичний запит, проблему психологічного захисту без перебільшення можна вважати однією з неопрацьованих у психології особистості. Саме цій актуальній науковій проблемі присвячена наша стаття.

Основною метою нашої статті є визначення проблеми адаптивного потенціалу психологічного захисту в процесі педагогічної взаємодії як феномена, що стоїть на межі свідомого і несвідомого, норми й патології.

Вирішення питання про позитивний або негативний ефект механізмів психологічного захисту представлено в літературі досить суперечливими позиціями. З одного боку, незмінно підкреслюється їх оберігаючий характер (допомагають подолати з дійсністю [6], передбачають дезорганізацію й розпад поведінки [3, 13], підтримують нормальний психічний статус [22]. З іншого боку – за поняттям механізмів психологічного захисту закріпилися й такі руйнівні характеристики, як неадекватні способи адаптації [19], що обумовлюють патологічні комунікації [26], що послаблюють реальний контакт особистості з дійсністю, що збіднюють розвиток особистості [20], і навіть сприятливому становленню девіантної поведінки [5].

Суперечливість функцій психологічного захисту підкреслено Р.М. Грановською: "сприяючи адаптації людини до свого внутрішнього світу й психічного стану (оберігаючи прийнятний рівень власного достоїнства), вони можуть погіршити пристосованість до зовнішнього соціального середовища" [4, с. 271].

Наявність таких протиріч приводить до переконання, що один з важливих напрямків дослідження психологічного захисту особистості міститься в спробі визначити критерії й умови конструктивного функціонування механізмів психологічного захисту. Це дозволить внести достатню визначеність у проблему їхньої ефективності.

Доцільно почати вирішення зазначеної проблеми з одного серед основних постулатів гуманістичної психології, відповідно до якого психіка в цілому, і особистість у тому числі, носять споконвічно конструктивний характер. Згідно Г. Олпорту, нормально функціонуюча особистість виявляє "найсильніше прагнення до пошуку й змозгу дозволити все більш важкі проблеми" [2, с.3]. А. Маслоу й К. Роджерс розглядають як базову тенденцію до самоактуалізації й самовдосконалення [24]. Особистість, дотримуючись закону самозбереження, на будь-якому рівні усвідомлення прагне до максимально конструктивного рішення, що не означає, звичайно, що результат також буде максимально ефективним.

А. Маслоу вважає критеріями конструктивних реакцій детермінацію їхніми вимогами соціального середовища, спрямованість на рішення певних проблем, однозначну мотивацію й чітку представленість мети, усвідомленість поведінки, наявність у прояві реакцій певних змін внутріособистісного характеру й міжособистісної взаємодії. Ознаками неконструктивності служать, з його погляду, агресія, регресія, фіксація тощо. Ці реакції не усвідомлюються й спрямовані на знищення непріємних переживань зі свідомості, реально не вирішуючи самих проблем. Механізми психологічного захисту в розумінні А. Маслоу не можуть бути конструктивними. Однак, незважаючи на свою основну неконструктивність, у ряді випадків (наприклад, в умовах дефіциту часу й інформації) ці реакції відіграють роль діючого механізму самопомоги.

Аналізуючи проблеми адаптації, А.А. Реан розглядає, наприклад, такий механізм самопомоги: "...екстернальність, будучи менш ефективним особистісним конструктом (стратегією), ніж інтернальність, у певних умовах стає необхідною. У деяких ситуаціях (перебільшення неспіхів, невдач, провалів) формується так називана захисна екстернальність, що дозволяє особистості зберегти самовизнання, самоповагу й досить прийнятну самооцінку" [10, с. 76].

Багато теоретиків особистості [12, 24, 27] бачать у відсутності психологічного захисту критерій особистісної зрілості, поряд з такими факторами, як самототожність, самоідентичність, конгруентність Я-досвіду [20]. У той же час клінічна психологія зв'язує недостатню психологічну захищеність із утворенням невротичних симптомів [16, 18] і психосоматичних порушень [3]. Згідно Е. Еріксону, недостатня психологічна захищеність індивіда стає однією із причин конфлікту особистості й соціуму.

Психологічний словник [9] визначає психологічну захищеність як відносно стійке позитивне емоційне переживання й усвідомлення індивідом можливості задоволення своїх основних потреб і забезпеченості власних прав у будь-якій, навіть несприятливій ситуації, при виникненні обставин, які можуть блокувати або утрудняти їхню реалізацію. Психологічна захищеність проявляється в почутті приналежності до групи, адекватній самооцінці, реалістичному рівні домагань, схильності до надситуативної активності, адекватній атрибуції відповідальності, відсутності підвищеної тривожності, неврозів, страхів і т.п. Фактично перелічені всі ознаки соціально-адаптованої особистості, одним з механізмів досягнення якої, на основі вищесказаного, варто вважати механізми психологічного захисту. Отже, адаптованість особистості, а саме, адаптивний характер реагування може розглядатися як критерій ефективного функціонування психологічного захисту. Аналогічне подання висловлює І.Б. Дерманова, що бачить у психологічному захисті "не тільки досить широко спостережуваний феномен, але й рівноцінний спосіб адаптації, і якщо він не стає єдиним, то неправомірно приписувати йому клінічний характер" [6, с.66]. Це означає, що, якщо використання особистістю механізмів психологічного захисту приводить до успішної соціально-психологічної адаптації (внутрішньої й зовнішньої), то ми можемо говорити про конструктивний характер цього захисту, про оптимальний рівень її функціонування. Зупинимося на цьому критерії докладніше.

Якщо розглядати соціальну адаптацію як стійку рівновагу особистості з вимогами зовнішнього середовища, а ближче всього до розуміння даного явища представники психоаналітичної орієнтації, то зміст процесу адаптації може бути описаний узагальненою формулою: конфлікт – тривога – захисні реакції або, як у Е. Еріксона: протиріччя – тривога – захисні реакції індивіда або середовища – гармонійна рівновага або конфлікт [10]. Очевидно, що при такому погляді на процес і результат адаптації включення особистістю механізмів психологічного захисту неминує: захисні реакції (як прояв психологічного захисту) активізуються у відповідь на почуття тривоги, що виникає внаслідок порушення рівноваги особистості й середовища. Це сприяє подоланню конфлікту або протиріччя, що в остаточному підсумку має на меті відновити втрачену або зазначену рівновагу, що перебуває під загрозою втрати, тобто адаптуватися.

Використання особистістю психологічного захисту нерідко розглядається як специфічний варіант адаптації. І.Б. Дерманова поряд з такими типами соціальної адаптації як перетворення середовища й вrostання в середовище, виділяє третій тип – відхід із ситуації, що активізується тоді, коли не вдалося реалізувати перші два. Типовий спосіб відходу з реальності автор бачить у підміні її за допомогою різних форм психологічного захисту: "людина не може змінити мир, але він його не влаштовує, і тоді людина змінює його у себе в голові" [6, с. 65].

Р.М. Грановська бачить специфіку адаптивної ролі захисних механізмів у тому, що вони "підтримують внутрішній мир людини в певній гармонії із зовнішнім світом не за рахунок активної зміни або перетворення недоліків навколишнього світу..., а за рахунок внутрішніх перебудов, що приводять до усунення зі сприйняття й пам'яті конфліктної і травмуючої інформації" [4, с. 283].

Вбачається, важко заперечувати споконвічний пристосувальний характер психологічного захисту, тому що за визначенням він виконує для психіки функцію самозбереження. Здійснюючи адаптивну перебудову сприйняття й оцінки [21], психологічний захист приводить до внутрішньої погодженості, рівноваги й емоційної стійкості [19], підтримує цілісність самосвідомості [14], без яких у принципі не можна говорити про позитивний результат адаптаційного процесу. Причому це зауваження стосується не тільки так званих зрілих форм психологічного захисту, до яких за традицією відносять інтелектуалізацію, компенсацію [5, 15, 29, 32], гумор, самоствердження, антиципацію, альтруїзм [31] та деякі інші. Рівною мірою це стосується й самого раннього в плані онтогенетичного формування й найменш зрілих механізмів захисту, до яких відноситься, зокрема, заперечення. Багато дослідників поведінки людей у складних стресових ситуаціях [2, 30, 28] вважають заперечення (відмова визнавати реальність, що травмує) одним з розповсюджених прийомів самозбереження, вбачаючи в ньому психологічний бар'єр на шляху руйнівного проникнення трагедії у внутрішній світ людини, у його ціннісно-сміслову концептуальну систему. Заперечення дозволяє суб'єктові малими дозами опрацювати трагічні ситуації, які поступово асимілюються значеннєвою сферою особистості.

Витиснення виконує свою охоронну функцію, не допускаючи у свідомість бажання, що йдуть врозріз із моральними цінностями, забезпечуючи тим самим пристойність і розсудливість. Проекція й інтроекція забезпечують взаємодію особистості з навколишнім соціальним середовищем, створюють незамінне для процесу соціалізації почуття ототожнення. Сублімація й реактивні утворення також сприяють соціалізації індивіда, завдяки демонстрації й нагромадженню соціально прийняттого досвіду.

У той же час існують думки стосовно того, що при деяких обставинах і зрілі, і незрілі форми психологічного захисту носять деструктивний характер.

Таким чином, більшість авторів обмежується констатацією самого факту неоднозначної й навіть суперечливої ролі захисних механізмів. І лише деякі намагаються обрисувати фактори, при яких "механізми психологічного захисту, що розвиваються в онтогенезі як засіб адаптації й дозволу конфлікту, ... можуть забезпечувати прямо протилежний стан дезадаптації й перманентного конфлікту" [5, с.15]. Як такі фактори Л.Р. Гребенніков [5, 15] розглядає інтенсивність й успішність розв'язки ранніх дитячих конфліктів, у ході яких формувалися психологічні захисти, а також рівень складності, усвідомлення й адекватності найбільш прийнятні серед них.

Говорячи про ролі механізмів соціального сприйняття, таких як ідентифікація, стереотипізація, фізіономічна редукція, В.С. Агєєв [1] підкреслює, що всі ці механізми мають важливе пристосувальне значення як в еволюційному, так й у соціальному плані. На їхній основі в подальшому надбудовуються більш тонкі й складні механізми. Але всі вони мають свій зворотний бік з відомими обмеженнями. При виході за їхні межі пристосувальна функція міняє свій знак, і зі зручного засобу розуміння ці механізми перетворюються в заслін, який заважає адекватному пізнанню іншої людини.

Аналогічну двополюсність можна відзначити й при розгляді інших психологічних феноменів. Наприклад, агресія з погляду самозбереження носить конструктивний характер, з погляду підтримки соціальних контактів – деструктивний. Складність розпізнання грані між цими полюсами відзначається в ряді досліджень [11, 23].

Нам здається досить розумним провести в даному контексті паралель між агресією, механізмами соціального сприйняття й механізмами психологічного захисту особистості. Існують обмеження або рамки, усередині яких психологічні захисти є корисними й, можливо, незамінними, але за межами яких варто говорити лише про їх деструктивний характер.

Розглянемо процес, у якому робота механізмів психологічного захисту сприяє або не сприяє подальшій соціально-психологічній адаптації суб'єкта. На позитивному полюсі функціонування психологічного захисту можна констатувати такі емоційні й когнітивні явища, як зниження або повне зняття страху, тривоги, емоційна стабілізація, збереження почуття власного достоїнства, підтримка внутрішньої несуперечності оцінок. Всі ці явища передбачають позитивний зміст образу Я-суб'єкта: його самовідчуття, самосприйняття й самооцінку. Тобто можна говорити про успішну внутріособистісну адаптацію (внутрішню адаптацію). І, як результат цього, – економія сил, виграш часу, зняття напруженості, відчуття гармонії з навколишнім світом.

Для того, щоб схема конструктивного функціонування механізмів психологічного захисту стала повною, внутрішньої адаптації недостатньо. Необхідно, щоб був досягнутий певний рівень зовнішньої, властиво соціально-психологічної адаптації. Проведений аналіз дозволив нам виділити кілька умов, що сприяють перетворенню внутрішньої адаптації, досягнутої засобами психологічного захисту, у зовнішню.

Індивідуально-особистісні умови:

- гнучкість психологічного захисту (людина повинна володіти великим арсеналом психологічного захисту, не прибігаючи до ригідного використання одного-двох механізмів у всьому різноманітті життєвих ситуацій);
- помірна інтенсивність (частота) використання психологічного захисту.

Ситуативні умови:

- усвідомлення факту використання психологічного захисту й здолання його за допомогою аналізу власної поведінки (розвиток відповідної здатності часто є однією із цілей групової й індивідуальної психотерапії);
- "вимикання" психологічного захисту за рахунок пом'якшення зовнішніх обставин (наприклад, реванш після невдачі, що настала, або зникнення конфліктної ситуації); перемикання суб'єкта на адаптивні дії незахисного характеру (приміром, реальному дозволу проблеми), навіть якщо факт звернення до того або іншого механізму психологічного захисту в свідомості не відбитий.

При дотриманні зазначених умов на етапі досягнення суб'єктом внутрішньої адаптації механізми психологічного захисту виконують адаптивну функцію. Недотримання даних умов різко підвищує ймовірність прояву дезадаптивної ролі психологічного захисту. Накопичення суб'єктом переключувань реальності сприяє його дереалізації й формуванню неадекватної поведінки, що й породжує конфлікт із середовищем.

При цьому на негативному полюсі функціонування механізмів психологічного захисту з'являються відчуття ізоляваності, нерозуміння, ворожості до навколишнього світу, ірраціональні ідеї щодо свого місця в соціумі. На відміну від відповідних емоційно-когнітивних характеристик позитивного полюса, які пов'язані у суб'єкта із благополучним образом самого себе, позначені характеристики негативного полюса визначають більшою мірою негативний образ соціуму. Як наслідок – зниження активності, ріст психічної напруженості, утруднення в розвитку особистості, невротичні розлади, що є ознакою явної дезадаптації особистості.

Виходячи з вищевикладеного, можна зробити висновок, що детальний аналіз психологічних захистів з точки зору їхнього адаптивного потенціалу дозволяє розширити погляд на проблему психологічної захищеності особистості й більш повно врахувати особистісні ресурси в процесі соціально-психологічної адаптації.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Агеев В.С. Механизмы социального восприятия / В.С. Агеев // Психол. журнал. – 1989. – Т. 10. – № 2. – С. 63–70.
2. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анцыферова // Психол. журнал. – 1994. – Т. 15. – № 1. – С. 3–18.
3. Бассин Ф.В. Проблема психологической защиты / Ф.В. Бассин, М.К. Бурлакова, В.Н. Волков // Психол. журнал. – 1988. – Т. 9. – № 3. – С. 79–86.
4. Грановская Р.М. Элементы практической психологии / Р.М. Грановская. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1988. – 650 с.
5. Гребенников Л.Р. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика: Дисс. на соиск. учен. степ. канд. психол. наук: 19.00.07. / Л.Р. Гребенников. – М., 1994. – 202 с.
6. Дерманова И.Б. Типы социально-психологической адаптации и комплекс неполноценности / И.Б. Дерманова // Вестник СПбГУ. – Сер. 6. – 1996. – Вып. 1. – С. 59–68.
7. Карвасарский Б.Д. Психотерапия / Б.Д. Карвасарский. – М.: Медицина, 1985. – 304 с.
8. Петровская Л.А. Теоретические и методологические проблемы социально-психологического тренинга / Л.А. Петровская. – М., 1982.
9. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского; 2-е изд. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
10. Реан А.А. К проблеме социальной адаптации личности / А.А. Реан // Вестник СПбГУ. – Сер. 6. – 1995. – Вып. 3 (№ 20). – С. 74–79.
11. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности / А.А. Реан // Психол. журнал. – 1996. – Т. 17. – № 5. – С. 3–18.

12. Роджерс К. О групповой психотерапии. Пер. с англ. / К. Роджерс. – М. : Гиль-Эстель, 1993. – 224 с.
13. Ротенберг В.С. Психологические проблемы психотерапии / В.С. Ротенберг // Психол. журнал – 1986. – Т. 7. – № 3. – С. 111–118.
14. Ротенберг В.С. Поисковая активность и адаптация / В.С. Ротенберг, В.В. Аршавский. – М. : Наука, 1984. – 193 с.
15. Романова Е.С. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика / Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников. – Мытищи : Талант, 1996. – 144 с.
16. Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности / Е.Т. Соколова. – М. : Изд-во МГУ, 1989. – 215 с.
17. Соколова Е.Т. Особенности самосознания при невротическом развитии личности: автореферат докт. дисс. / Е.Т. Соколова. – М., 1991.
18. Соколова Е.Т. Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях / Е.Т. Соколова, В.В. Николаева. – М. : SvR-Аргус, 1995. – 360 с.
19. Стойков И.Д. Анализ защитных проявлений личности: дисс. на соиск. учен. степ. канд. психол. наук: 19.00.01 / И.Д. Стойков. – М., 1986. – 160 с.
20. Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 284 с.
21. Ташлыклов В.А. Психология лечебного процесса / В.А. Ташлыклов. – Л. : Медицина, 1984. – 182 с.
22. Фрейд А. Психология "Я" и защитные механизмы: пер. с англ. / А. Фрейд. – М. : Педагогика, 1993. – 144с.
23. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. – М. : Республика, 1994. – 446 с.
24. Хьелл Л. Теории личности (основные положения, исследования и применение) / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб. : Питер Пресс, 1997. – 608 с. – [Серия "Мастера психологии"].
25. Шапиро А.З. Психолого-гуманистические проблемы позитивности-негативности внутрисемейных взаимоотношений / А.З. Шапиро // Вопр. психологии. – 1994. – № 4. – С. 45–56.
26. Эйдемиллер Э.Г. Семейная психотерапия / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкий. – Л.: Медицина, 1989. – 192 с.
27. Horney K. Der Neurotische Mensch unserer Zeit. Stuttgart: Kilper, 1951.
28. Janoff-Bulman R., Timko Ch. Coping with traumatic events: the role of denial in lighth of people's assumptive worlds / Ed. C.R. Snyder, C.E. Ford // Coping with negative life events: Clinical and social psychological perspectives. N.Y.: Plenum Press, 1987.
29. Kellerman H., Plutchik R. The meaning of tension in group psychotherapy. In L.R. Wolberg, M.L. Aronson, & A.R. Wolberg (eds.), Group psychotherapy 1977: An overview. N.Y.: Stratton Intercontinental Medical Book Corp., 1977.
30. Lazarus R.S. Positive denial: the case for not facing reality // Psychology Today. 1987. November. P. 47–60.
31. Perry J. Chr. The qualification and the quantification of defence mechanisms, M.P.D., M.D., N.Y., 1990.
32. Plutchik R., & Conte H.R. Measuring emotions and their derivatives: Personality traits, ego defenses and coping styles. In S. Wetzler, & M. Katz (Eds.), Contemporary approaches to psychological assessment. N.Y.: Brunner/Mazel, 1989, p. 239–269.

*Подано до редакції 18.03.09*

## РЕЗЮМЕ

Стаття присвячена проблемі адаптивного потенціалу психологічного захисту в процесі педагогічної взаємодії як феномена на межі свідомого й несвідомого, норми й патології, що не має чітких понятійних обмежень та являє собою предмет наукового інтересу не лише на рівні особистості, а й на рівні біологічних основ функціонування психіки.

**Ключові слова:** психологія особистості, адаптивний потенціал психологічного захисту.

*И.Ю. Антоенко*

## ПРОБЛЕМА АДАПТИВНОГО ПОТЕНЦИАЛА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗАЩИТЫ В ПРОЦЕССЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

### РЕЗЮМЕ

Статья посвящена проблеме адаптивного потенциала психологической защиты в процессе педагогического взаимодействия как феномена, стоящего на границе сознательного и бессознательного, нормы и патологии, который не имеет четких понятийных границ и представляет собой предмет научного интереса не только на уровне личности, но и на уровне биологических основ функционирования психики.

**Ключевые слова:** психология личности, адаптивный потенциал психологической защиты.

*I. Yu. Antonenko*

## THE PROBLEM OF ADAPTIVE POTENTIAL OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE IN THE PROCESS OF PEDAGOGICAL INTERACTION

### SUMMARY

The article is dedicated to the problem of adaptive potential of psychological defense in the process of pedagogic interaction. This is considered to be a phenomenon bordering on the conscious and unconscious, standard and pathology, the one which does not have clear conceptual scopes. This phenomenon is the object of scientific interest not only at the level of personality but also at the level of biological bases of psychical functioning.

**Keywords:** psychology of personality, adaptive potential of psychological defense.

