

Психологические защиты в контексте саморегуляции

Л. К. Велитченко, И. В. Мельничук*, Л. Н. Цибух

Южноукраинский национальный педагогический университет имени К.Д.Ушинского, Одесса, Украина
Corresponding author. E-mail: z27312731@gmail.com

Paper received 26.06.19; Accepted for publication 13.07.19.

<https://doi.org/10.31174/SEND-PP2019-201VII81-14>

Аннотация. Психологические защиты рассматриваются в терминах процессов саморегуляции. Их специфическим признаком является признак связи между желаемым и полученным результатов с точки зрения его личностной значимости. Теоретическую основу для такой трактовки образуют общие закономерности личности, деятельности, сознания. Используя категорию отношения (самоотношения), авторы указывают на роль личностно-регулятивного и деятельностно-исполнительного аспектов в интерактивных отношениях деятеля со средой. Функциональное содержание психологических защит представлено как процесс ситуативных экспликаций ядра личности применительно к достижению цели, рассматриваемой с точки зрения диалогических отношений с различными проявлениями социумной среды. Подчеркивается роль саморегулятивных психологических защит в конституировании ансамбля личностных качеств, определяющих содержание личности.

Ключевые слова: личность, саморегуляция, самоотношение, самоуважение, психологические защиты.

Феномен психологической защиты (А. Фрейд, Ф. В. Бассин, Ф.Е. Василюк Р. М. Грановская, Б.В. Зейгарник, Э. Киришбаум, К. Киришбаум, И.М.Никольская, Е.Т.Соколова, В.С. Роттенберг и др.) указывает на потребность в недопущении обесценивания образа «Я» с помощью привычных способов действий, снятия с себя ответственности за происходящее, маскировки чувств в самоконтроле и т.д. В целом, проблема психологической защиты воспроизводит общие аспекты единого процесса в разных видах и ситуациях активности личности в соответствии с ее субъективными представлениями о желаемом и должном, что выдвигает на первый план вопрос о том, какие психологические защиты использует человек, что, в конечном итоге, приводит к формулировке возможного вывода о личности как системном качестве субъекта, сформированном в процессе саморегуляции с использованием соответствующих психологических защит. Цель статьи заключается в рассмотрении психологической защиты как компонента саморегуляции.

Исходя из того, что психологическая защита направлена на устранение переживаний, наносящих вред самооценке личности и ее Я-концепции, считаем, что модели (схемы) поведения представляют собой выражение отдельных свойств личности и их сочетаний, указывающих на своеобразие индивидуальных способов достижения искомого результата. Это означает, что процесс развития личности характеризуется отбором форм и способов поведения, обеспечивающих одновременное использование двух основных витальных функций – функции получения результата с наименьшими для нее затратами и функции защиты с наибольшей для индивида эффективностью.

Поскольку психологическая защита направлена, в первую очередь, на сохранение собственного представления о себе, о собственном «Я», постольку стремление к позитивному самовосприятию приводит к маскировке, и в крайних случаях к искажению представления о реальном положении дел. Психологические защиты, рассматриваемые как часть системы саморегуляции, непосредственно связаны с самооценкой и служат поддержанию её положительной стабильности.

Говоря о механизмах психологической защиты как самостоятельном явлении в их теоретическом понимании, мы каждый раз учитываем, что такое выделение является результатом определенного теоретического абстрагирования. Поэтому в наших рассуждениях мы должны указать на личность как «носителя» этих механизмов, изображая ее психологическую сущность как систему определенным образом упорядоченных явлений, подчиненных некоторому психологическому ядру, обозначая его, например, такими терминами, как «субъект», «самость», «демон жизни» и тому подобное.

В психологии личность трактуется как совокупность психологических качеств человека, рассматриваемого как субъект социальных отношений и деятельности в контексте социального, социально-психологического и межличностного взаимодействия. Считаем, что психологические качества являются, прежде всего, совокупностью психологических составляющих в обобщенных схемах (моделях) поведения человека, определяющих индивидуальное своеобразие и динамику его интерактивных отношений в социумной среде.

В общей психологии под личностью чаще всего подразумевается некоторое средоточие, интегрирующее начало, связывающее воедино различные психические процессы индивида и придающее его поведению необходимую последовательность и устойчивость [3, с. 178 – 179]. В социальной психологии личность рассматривается с позиций интериндивидуального подхода, при котором структура личности выводится из структуры взаимодействия индивида с другими людьми и социальным целым, к которому она принадлежит. В возрастной и дифференциальной психологии обычно изучают интраиндивидуальную структуру, отождествляемую со структурой мотивов, деятельности, поведения и проч. Интегрирующее личностное начало усматривают, в частности, в таких явлениях, как установка (Д.Н.Узнадзе), отношение (В.Н.Мясищев), направленность (С.Л.Рубинштейн) [3, с. 178 – 179]. В проблематике личности обращают внимание на такие аспекты, как: 1) многогранность феноменологии; 2) междисциплинарный статус 3) образ человека; 4) биогенетические (нейродинамические свойства), социогенетические (социальные уста-

новки) и персонотипических (самореализация) проявлений индивида; 5) развитие, формирование, коррекция [1, с. 263 - 266].

Поскольку личность развивается в процессе усвоения опыта, постольку и Я-концепция, как главная составляющая личности, содержит представления о собственном «Я» именно в составе этого опыта. Итак, защищая собственное «Я» с помощью психологических защит, человек защищает, в первую очередь, собственный опыт и себя как организующий центр этого опыта.

Считаем, что предпочтение человеком того или иного механизма психологической защиты отражает сущностные характеристики личности, и указывает на своеобразие индивидуальных способов приспособления к условиям жизнедеятельности, осуществляемого путем усвоения норм и ценностей, выработки эффективных способов поведения, выполняющих одновременно и «защитную» (психологическая защита), и «результативную» функции (получение полезного результата).

С помощью опросника Плутчика–Келлермана–Конте нами был исследован уровень выраженности таких психологических защит, как вытеснение, регрессия, замещение, отрицание, проекция, компенсация, гиперкомпенсация, рационализация. Данные исследования, в котором принимали участие две академические группы студентов первого курса (факультет начальных классов, Южноукраинский национальный педагогический университет имени К.Д.Ушинского, г. Одесса, Украина), дают возможность утверждать, что наиболее выраженной психологической защитой для этих испытуемых является проекция – неосознаваемое устранение своих переживаний, сомнений, установок и их приписывание другим людям с целью перекладывания ответственности на окружающий мир за то, что происходит внутри «Я».

Типичной психологической защитой для изучаемых студентов обеих групп первого курса является проекция, которую мы склонны рассматривать как одну из психологических характеристик молодого человека этого возраста. Поскольку этот возраст является возрастом наиболее активного развития чувств, становление характера, овладения социальными ролями взрослого человека, постольку проекция как освобождение себя от ответственности указывает на способ, с помощью которого осуществляется разрешение диалектических противоречий в процессе развития.

Согласно данной характеристике, на которую указывает проекция, у студентов первого курса способность обстоятельно анализировать жизненные (деятельностные) ситуации и заранее прогнозировать последствия находится в процессе развития и, следовательно, нуждается в соответствующей педагогической поддержке и психологическом сопровождении.

По нашему мнению, причиной возникновения психологических защит являются также и состояния, в которых индивид переживает расхождение между ожидаемым, желаемым и фактическим. На пути к желаемому всегда есть определенные препятствия, которые человек должен преодолеть. Преодолимые

препятствия вызывают эмоциональные реакции, которые обозначаются термином «фрустрация». Фрустрация — это психическое состояние, выражающееся в характерных особенностях переживаний и поведения, вызываемых объективно непреодолимыми (или субъективно так воспринимаются) трудностями, возникающими на пути к достижению цели или решения задачи [4, с. 433].

Социальная фрустрированность является видом психического напряжения, обусловленного недовольством достижениями и положением индивида в социально заданных иерархиях. Она указывает на соответствующее отношение человека к своему статусу в данный момент

В нашем исследовании мы пытались выяснить уровень социальной фрустрированности наших испытуемых. Предполагалось следующее. Если показатель социальной фрустрированности будет высоким, то это будет означать значимость социальной позиции, достижения в социуме, которые на данный момент не могут быть достигнуты, и человек должен защищать свою самооценку в том числе с помощью психологических защит. В данном случае мы имели бы дело с состоянием, которое возникает у испытуемых под влиянием внешних обстоятельств (противоречий).

Если показатель социальной фрустрированности не является значимым, то это свидетельствовало бы о том, что необходимость в психологических защитах продиктована внутренними противоречиями. Это означало бы, что психологические защиты у испытуемых являются закономерной реакцией на внутренние обстоятельства, источник которых лежит не во внешних событиях, а возникает как результат субъективных переживаний человека.

Адаптированность личности к социальной среде характеризуется успешностью ее социализации, формированием в соответствии с требованиями среды установок, системы мотивации, ценностных ориентаций, включенностью в социальные и профессиональные группы и так далее. Деадаптация свидетельствует о нарушении взаимодействия между лицом и его социальным окружением, которое может возникать как за счет изменений или трансформаций в социальном окружении, так и за счет изменения самому лицу, его потребностей, ценностных ориентаций.

Поскольку в исследовании принимали участие студенты первого курса, которые еще не имеют достаточного опыта отношений в учебно-профессиональной деятельности, постольку можно было также отсутствие у них особых ожиданий относительно своих позиций в социальных отношениях высшего учебного заведения.

Согласно полученным данным (методика А.И. Вассермана в модификации В.В.Бойко), для испытуемых студентов первого курса типичным состоянием является отсутствие социальной фрустрированности. Указанный факт объясняется социальным статусом студента именно первого курса, не выдвигающего определенных требований к социальным ожиданиям, поскольку на данный момент его устраивает новое, по сравнению с ученическим, положение. Однако, обнаруженный повышенный уровень социальной фрустрированности (например, исп. Ара.) при выраженно-

сти таких психологических защит, как проекция, отрицание, компенсация, рационализация. Можно предполагать, что указанные защиты возникают спонтанно не только в зависимости от ситуации, но и под влиянием самовосприятия человека в ней.

В целом, социальная фрустрированность указывает на существование внешних противоречий социального генеза. Низкий уровень социальной фрустрированности указывает на отсутствие внешних противоречий и, следовательно, на существование противоречий внутренних. Чем больше выражены эти противоречия, тем большее значение приобретают психологические защиты.

Согласно указанного, психологические защиты являются субъективной основой, которая определяет модальность поведения человека в той или иной ситуации. Можно предполагать, что в условиях низкой социальной фрустрированности психологические защиты защищают собственное «Я» от нежелательной импульсов. В условиях же высокой социальной фрустрированности психологические защиты должны защищать «Я» индивида также и от влияний «Я» участников реальной или воображаемой ситуации, превращаясь в соответствующую модель поведения, экстернализируясь.

Преследуя цель выявления возможной взаимосвязи между типом личности и механизмами психологической защиты в составе системы саморегуляции личности, мы использовали методику Т.Лири для установления факта принадлежности испытуемого к доминантному или не доминантному типу. К доминантному типу, согласно Т.Лири, относятся представители 1 – 4 октантов (авторитарный, эгоистичный, агрессивный, подозрительный), а к не доминантному – 5 – 8 октантов (подчиняемый, зависимый, дружелюбный, альтруистический).

Для анализа мы выделили три группы испытуемых с признаками: а) доминантности; б) не доминантности; в) группа исследуемых сочетанием доминантных и не доминантных черт. Ожидалось, что доминантные испытуемые более уверены в себе, и поэтому менее склонны к необходимости применять психологические защиты по сравнению с не доминантными. Также ожидалось, что психологические защиты могут отличаться в зависимости от доминантных или не доминантных черт испытуемого.

Рассмотрим эту идею на примере данных, полученных от исп. Баж. Ведущим октантом у этого испытуемого является седьмой октант (дружелюбный). Общая характеристика для седьмого октанта (для баллов 9 – 16) следующая: дружелюбный и любезный со всеми, ориентирован на принятие и социальное одобрение, стремится удовлетворить требования всех, «быть хорошим» для всех без учета ситуации, стремится к целям микрогруппы, имеет развитые механизмы вытеснения и подавления, эмоционально лабильный (истероидный тип характера). Ведущим механизмом защиты является регрессия, к которой добавляется проекция и рационализация.

Сочетание характеристик седьмого октанта дает возможность детализировать психологические обстоятельства, при которых данный испытуемый использует указанные психологические защиты. Эти обстоя-

тельства можно воспроизвести следующим образом: поскольку испытуемый «ориентирован на принятие и социальное одобрение», постольку он стремится также «принять и одобрить самого себя». Если это не удастся, то он психологически регрессирует до того возраста, когда он был «хорошим для всех». Проекция помогает ему перенести собственные причины на других, нивелируя этим самым влияние эмоциогенной ситуации.

Общая характеристика наиболее выраженных пятого (13-16 баллов) и восьмого октантов (13-16 баллов) (исп. Ант.) дает следующее представление о психологических особенностях испытуемого: а) покорный, склонный к самоунижению, слабovolный, склонный уступать всем и во всем, всегда ставит себя на последнее место и осуждает себя, приписывает себе вину, пассивный, стремится найти опору в ком-либо более сильном; гипертотвественный, всегда приносит в жертву свои интересы, стремится помочь и сострадать всем, навязчивый в своей помощи и слишком активный по отношению к окружающим, принимает на себя ответственность за других. Ведущими механизмами защиты также и у этого испытуемого выступают проекция и регрессия.

Разные соотношения наиболее выраженных доминантных октантов, например, четвертый и третий октанты (9-баллов), например, исп. Бэр., дают следующую характеристику типа личности испытуемого: а) критичный, необщительный, испытывает трудности в интерперсональных контактах из-за неуверенности в себе, подозрительности и боязни плохого отношения, замкнутый, скептический, разочарованный в людях, скрытный, свой негативизм проявляет в вербальной агрессии (4 октант); б) требовательный, прямолинейный, откровенный, строгий и резкий в оценке других, непримиримый, склонный во всем обвинять окружающих, насмешливый, ироничный, раздражительный (3 октант). Психологические защиты представлены поровну регрессией и проекцией. По нашему мнению, регрессия помогает испытуемому нивелировать неуверенность в себе, боязнь плохого отношения, а проекция дает возможность по-своему оценивать других и при необходимости винить окружающих.

У испытуемого (исп. Наг.), у которого выявлено преобладание первого (доминантного) и восьмого (седьмого) (не доминантного) октанта, следовало бы ожидать использования других психологических защит. Для него характерным является: а) диктаторский, властный, деспотичный характер, тип сильного лица, лидирующего во всех видах групповой деятельности. Всех наставляет, поучает, во всем стремится полагаться на свое мнение, не умеет принимать советы других (1 октант); б) гипертотвественность, жертвенность, стремление помогать и сострадать всем, навязчивость в своей помощи (8 октант); в) доброжелательность и любезность со всеми, ориентация на принятие и социальное одобрение, стремление удовлетворить требования всех (7 октант). Используются такие психологические защиты, как проекция (ведущая защита), рационализация, компенсация и отрицание. По сравнению с предыдущими испытуемыми, которые относятся к «чистому» не доминантному или доминантному типу, в данном случае выявлено боль-

ше психологических защит, что может указывать на возможную зависимость психологических защит от ведущих личностных черт.

Если проследить соотношение ведущих октантов у испытуемого Ара., то можно заметить присутствие указаний на первый и четвертый октанты (доминантные черты) и на пятый, седьмой и восьмой октанты (недоминантные черты). Согласно нашему предположению о влиянии ведущих личностных черт на выбор психологических защит, у этого испытуемого зафиксировано еще больше защитных механизмов, чем в предыдущих случаях, а именно, проекция, компенсация, отрицание, рационализация, регрессия.

Если рассматривать личность как своеобразную функциональную систему субъектности [2], то можно сформулировать предварительный вывод о том, что количество функций, выполняемых индивидом, определяет количество защит. Это означает, что регулятивная система личности состоит из системы, которая регулирует: а) получение результата с наименьшими для субъекта затратами; б) защиту системы с наибольшей для субъекта эффективностью. Полагаем, что указанные системы могут рассматриваться, как

противоположности, образующие функциональную систему.

Выводы. 1. Типичной психологической защитой для исследуемых студентов первого курса является проекция, указывающая на способ разрешения возникающих диалектических противоречий в процессе развития, что указывает на необходимость соответствующей педагогической поддержки и психологического сопровождения. 2. Для исследуемых студентов первого курса типичным состоянием является отсутствие социальной фрустрированности. Следовательно, психологические защиты, защищая собственное «Я», имеют больше интернальную, чем экстернальную природу. 3. Количество и качество психологических защит находится в зависимости от количества и качества личностных функций. 4. В целом, психологическая защита является элементом системы саморегуляции, онтогенетически восходящей к проявлениям гомеостатических реакций на нарушение состояния равновесия между сложившимся образом «Я» и новейшей информацией в ситуациях интерактивных отношений с окружением.

ЛИТЕРАТУРА

1. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г.Мещерякова, В.П.Зинченко. М.: Олма-Пресс, 2003. 672 с.
2. Велитченко Л.К. Педагогічна взаємодія: теоретичні основи психологічного аналізу. Одеса: ПНЦ АПН України, 2005. 355 с.
3. Психологический словарь / под ред. В.В.Давыдова, А.В.Запорожца, Б.Ф.Ломова и др. М.: Педагогика, 1983. 448 с.
4. Психология. Словарь / под общ. ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского. М.: Политиздат, 1990. 494 с.

REFERENCES

1. Great psychological dictionary / ed. B. G. Meshcheryakov, V. P. Zinchenko. M.: OLMA-Press, 2003. 672 p.
2. Velitchenko L. K. Pedagogical interaction: theoretical foundations of psychological analysis. Odessa: PNC APN of Ukraine, 2005. 355 p.
3. Psychological dictionary / under the editorship of V. V. Davydov, A.V. Zaporozhets, B. F. Lomov, and others. M.: Pedagogika, 1983. 448 p.
4. Psychology. Dictionary / under the general editorship of A.V. Petrovsky, M.G.Yaroshevsky. M.: Politizdat, 1990. 494 p.

Psychological defense in the context of self-regulation

L. K. Velitchenko, I. V. Melnichuk, L. N. Tsibuh

Abstract. Psychological defenses are considered in terms of the processes of self-regulation. Their specific feature is a sign of the relationship between the desired and the results obtained in terms of its personal significance. The theoretical basis for this interpretation is formed by the general laws of personality, activity, consciousness. Using the category of relations (self-relations), the authors point to the role of personality-regulatory and activity-executive aspects in the interactive relations of the figure with the environment. The functional content of psychological defenses is presented as a process of situational explications of the core of personality in relation to the achievement of the goal, considered from the point of view of dialogical relations with various manifestations of the social environment. The role of self-regulating psychological defenses in the constitution of the ensemble of personal qualities that determine the content of personality is emphasized.

Keywords: *personality, self-regulation, self-attitude, self-esteem, psychological defenses.*