

13. Степанов С.Ю., Семенов И.Н. Проблема формирования типов рефлексии в решении творческих задач // Вопросы психологии. – 1982. – №1. – С. 99-104.

The investigation of learning activity regulation is analyzed in the article. The difference of self-regulation process of the students with different levels of progress in studying is described on the basis of data obtained during empirical study. Connection between students' progress in studying and their general level of self-regulation is determined.

Key words: regulation, self-regulation, leaning activity, progress in studying.

УДК 159.923.2+159.964.21

ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ СИСТЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ В ПРОЦЕСІ ОНТОГЕНЕЗУ

Максименко О.Г.

У статті розглядається процес становлення системи психологічного захисту з точки зору різних науково-практичних концепцій. Встановлено, що автори розходяться в поглядах на час утворення механізмів психологічного захисту особистості. Стверджується, що кожний захисний механізм спочатку формується для оволодіння інстинктивними потребами, що пов'язує його появу з конкретною фазою дитячого розвитку. Виділені критерії класифікації захисних механізмів дозволяють орієнтуватися в здатності індивіда до конструктивного відведення негативних переживань.

Ключові слова: механізми психологічного захисту, умовні цінності, об'єктні відносини, травмуючі переживання, диференціація психіки.

Постановка проблеми. Розвиток України як незалежної держави радикально змінює життя громадян нашої країни, а процеси адаптації до громадянського суспільства досить болючі і тривалі. Перебудова цінностей, принципів, поглядів детермінує появу змін в емоційно-поведінковій сфері, що часто стає непосильним тягарем для особистості. Для практичних психологів особливо важливим є факт зростання чутливості, емоційності, що тягне за собою прояв або невмотивованої агресії, або зайвої боязкості, сугестив-

ності. При цьому необхідно враховувати, що вчинки людини направляються не стільки впливом об'єктивних обставин, скільки тиском суб'єктивного уявлення про ситуацію, що враховує особисту цінність події. Головну роль у цьому процесі відіграють механізми психологічного захисту.

Система психологічного захисту особистості створюється з метою регулювання гомеостазу, проте часто обумовлює його порушення. Якщо механізми захисту відсутні, то з'являється небезпека психологічної травматизації «Я». З іншого боку, психологічний захист порушує цілісність «Я», хоча б тим, що відводить суб'єкта від реальності, забезпечуючи неадекватне сприйняття картини світу. У дитинстві механізми захисту, які формуються, допомагають вижити слабкому «Я», це зберігає їх подальше існування. Із виходом з дитячого віку вони все більше вкорінюються в «Я», перетворюючись на стійкі форми реагування. Реальні проблеми суб'єкт вирішує ілюзорно, лише в ідеальному плані, без надійної взаємодії з навколишньою дійсністю.

Варто звернути увагу на недостатню кількість праць, присвячених особливостям становлення системи психологічного захисту особистості в процесі онтогенезу. Аналіз літератури показує, що проблема дослідження механізмів психологічного захисту розглядається неоднозначно. Автори сучасних концепцій розходяться в поглядах на час утворення, рівень усвідомленості, цілі психологічного захисту, термінології (А. Адлер, О. М. Арестова, Ф. Є. Василюк, Р. М. Грановська, Н. Ф. Каліна, Е. І. Кіршбаум, М. Кляйн, О. Кьорнберг, Х. Кохут, Є. С. Романова, М. Л. Светашева, А. Фрейд, З. Фрейд, Т. С. Яценко та ін.). Єдність думок відзначається стосовно причин виникнення психологічного захисту – це конфлікти, пов'язані із первинними об'єктивними відносинами. Однак, часовий аспект формування тих чи інших захисних механізмів повною мірою поки ще не вивчений, що і стало **метою** нашого дослідження.

Виклад основного матеріалу. Відомі із часів З. Фрейда психологічні захисти зводяться до певних механізмів: витіснення, проєкція, раціоналізація, заміщення, ідентифікація та ін. і не дають можливості судити про витoki індивідуальної неповторності захисної системи. Для професійної практичної діяльності останнє якраз є центральною ланкою в глибинно-психологічному пізнанні. З огляду на вищесказане, ми і ставимо проблему індивідуалізації захисту в онтогенезі. Звичайно, ми припускаємо, що індивідуаль-

на неповторність захисту полягає, перш за все, в її специфічній ієрархізації, що спирається на умовні цінності особистості.

Причини, що визначають вибір з боку «Я» того чи іншого захисного механізму, залишаються поки неясними. Можливо, витіснення використовується головним чином при боротьбі із сексуальними бажаннями, тоді як інші способи можуть бути більш придатні для боротьби проти інстинктивних сил різного роду, зокрема, проти інстинктивних імпульсів. Можливо також, що інші способи лише завершують те, що не зробило витіснення, або ж мають справу із небажаними думками, які повертаються в свідоме при невдалому витісненні. На нашу думку, кожен захисний механізм спочатку формується для оволодіння конкретними інстинктивними потребами і пов'язаний, таким чином, з конкретною фазою дитячого розвитку.

Однак «Я» захищається не тільки від незадоволення, що виходить із середини. У ранньому періоді, коли «Я» знайомиться з небезпечними внутрішніми інстинктивними стимулами, воно також переживає незадоволення, джерело якого знаходиться у зовнішньому світі. «Я» вступає до близького контакту зі світом, об'єкти якого дають йому любов і враження, що фіксує його сприйняття і асимілює його інтелект. Чим більш значущість зовнішнього світу як джерела задоволення та інтересу, тим вище можливість пережити незадоволення. У цей час індивід ще занадто слабкий для того, щоб активно протистояти зовнішньому світу, захищатися від нього за допомогою фізичної сили або змінювати його у відповідності зі своєю волею.

Перші особи, що оточують дитину, визначають умови життя і соціалізації не тільки в актуальній ситуації дитинства, вони також продовжують впливати і далі, в інші вікові періоди.

Щоб проаналізувати становлення системи психологічних захистів в онтогенезі, ми вважаємо за необхідне звернутися до розгляду психосексуальних стадій розвитку особистості, виділених З. Фрейдом. Як було зазначено вище, психічний апарат, відповідно до теорії психоаналізу, структурований трьома інстанціями. Однак, у момент народження психічний апарат був цілісний і змістовно наповнений біологічними інстинктами, потребами, потягами, які вимагають задоволення. У міру руйнування симбіотичного зв'язку з матір'ю та успішності процесу задоволення інстинктів, відбувається поділ психічного апарату на «Его» і «Ід». «Ід» – місце витіснених вроджених потягів до життя і смерті, які

повинні бути негайно задоволені. Складовими частинами потягу є джерело, мета і енергія. Для задоволення потягу індивіду потрібен об'єкт, який і задає напрямок енергії. Причому кожен тип потягу передбачає певні об'єкти і певну тілесну локалізацію. Потяг як природний процес прагне до свого задоволення, функціонуючи за принципом задоволення, а не реальності. Однак таке здійснення бажання може призвести до саморуйнування індивіда, до його конфлікту з реальністю. Тому до завдань соціального оточення входить корекція енергій потягу і вироблення відповідних до них стосунків у кожній конкретній ситуації.

У процесі соціалізації відбувається ідентифікація зі значущим дорослим, що припускає інтеріоризацію норм і правил поведінки, усвідомлюваних цінностей, моральних уявлень. У результаті з'являється ще одна інстанція – «Супер-Его». Основна функція інстанції «Его» полягає в переутворенні енергії «Ід» в соціально припустиму поведінку, що відповідає вимогам «Супер-Его» і вимогам реальності. Ця інстанція включає емоційно-розумовий процес між домаганнями інстинкту і його поведінкової реалізацією. Тому «Я» знаходиться в самому скрутному становищі.

У працях З. Фрейда немає чіткого позначення тимчасової появи захисних механізмів. У нижче поданій таблиці ми взяли на себе сміливість у гіпотетичному припущенні їх виникнення (див. табл. 1).

Згідно з таблицею, найбільш ранніми механізмами захисту є витіснення, проєкція, заперечення в порівнянні з більш зрілими – сублимацією, раціоналізацією і інтелектуалізацією.

У роботі «Его та захисні механізми» [4, т. 1] А. Фрейд наводить такі приблизні етапи розвитку захисту «Его»:

1. Передстадія захисту – кінець першого року життя.
2. Механізми проєкції та інтроекції – від одного року до двох років.
3. Механізми витіснення й інтелектуалізації – від двох до трьох років.
4. Механізми реактивного утворення і сублимації – від трьох до п'яти років.

Під час першої фази розвитку захисту незрілий організм має мінімальні засоби, які захищають його від емоційних переживань, пов'язаних із неприємними і небезпечними стимулами зовнішнього середовища. Спостерігаються неефективні досліди галюцинаційних переживань, або дається сигнал дистресу, як прохання про допомо-

гу, яка повинна прийти із зовнішнього світу. Якщо цей сигнал не досягає мети або має лише частковий ефект, виникає перманентна депресія, яку можна розглядати як передумову для утворення групи захисних механізмів, пов'язаних із фрустрацією загальної потреби до симбіозу, афіліації, що забезпечують безпеку індивіда.

Таблиця 1

Онтогенез механізмів психологічного захисту (за З. Фрейдом)

№ з/п	Завдання рівня розвитку	Досвід, результат рівня розвитку	Механізми психологічного захисту
1	Відділення себе від материнського тіла	Залежність/незалежність, довіра і опора стосовно інших людей, або агресія, чи покірність, пасивність	Витіснення, проєкція, заперечення
2	Самоконтроль, саморегуляція, самооцінка, творчі здібності	Розмежування вимог «Я» і соціальних обмежень. Сила волі чи упертість, підтримка чи жорстокість, позитивна але негативна самооцінка	Заміщення, ізоляція
3	Ідентифікація із дорослими тієї ж статі, які виступають у ролі зразка для наслідування	Інтерналізуються батьківські заборони і основні моральні норми, які готують ґрунт для розвитку «Супер-Его» або совісті дитини. Нерозв'язані проблеми комплексу Едіпа розцінюються як основне джерело невротичних моделей поведінки	Ідентифікація
4	Розширення соціальних контактів із однолітками	Лібідо дитини направляється за допомогою сублимації на різні види діяльності – інтелектуальні заняття, спорт, стосунки із ровесниками	Сублимація
5	Встановлення інтимних стосунків або закоханість; здійснення свого трудового внеску у суспільство	Сексуальні і агресивні тенденції відновлюються. Наявність внутрішньої впевненості або невпевненості, позитивного / негативного зворотного зв'язку. Бажаний результат – геніальний характер – ідеальний тип особистості. Це людина зріла та відповідальна перш за все у соціально-інтимних стосунках	Раціоналізація, інтелектуалізація

Другу фазу розвитку захисту А. Фрейд пов'язує зі здатністю робити перші спроби виділення себе із навколишнього світу. На цій стадії переживання неприємностей і небезпек долається через механізми проєкції і інтроекції. За допомогою цих механізмів інфантильне «Я» скидає з себе і приписує навколишньому середовищі все, що шкідливе для нього.

У третій фазі розвитку встановлюється дистанція між «Я» і «Воно», і витіснення стає основним видом захисту, що передбачає підтримку сформованого і дуже важливого розділення цих інстанцій.

Відхиляючись від термінології ортодоксального психоаналізу, відзначимо, що в цій фазі актуалізується робота свідомості, й індивід набуває поняття забороненого й дозволеного і, відповідно, себе «хорошого» і себе «поганого». На цьому етапі функціонують онтогенетично більш ранні види пам'яті, що не дає можливості виділення в матеріалі осмислених, семантичних зв'язків. Тому витіснення (в цьому разі як синонім придушення) відіграє істотну роль, забезпечуючи міцне забування небажаної інформації або досвіду.

Пізніше з'являється інтелектуалізація, що пов'язана з розвитком мови і логічним мисленням, які підносять ментальну активність на більш високий рівень засвоєння дійсності. Індивід отримує можливість переоцінити небажану інформацію зручним для себе чином. За А. Фрейд, «Его» зміцнює свою владу над «Ід», і абстрактно-логічне мислення стає основною його характеристикою.

Реактивне утворення і сублімація характерні для четвертої фази розвитку захисту і знаходяться в нерозривному зв'язку із засвоєнням моральних цінностей. Такі механізми, як регресія і звернення на себе (варіант заміщення), не залежать, згідно з А. Фрейд, від стадії розвитку психіки і так само старі, як конфлікти між інстинктивними потягами і будь-якими перешкодами, із якими потяги можуть зіткнутися на шляху до задоволення.

Однак далі автор відзначає, що запропонована хронологічна класифікація не узгоджується із отриманим досвідом, який полягає в тому, що найбільш ранні прояви невротів, що спостерігаються у маленьких дітей, – це істеричні симптоми, зв'язок яких із витісненням (запереченням) безсумнівний. З іншого боку, по-справжньому мазохістські прояви як результат звернення інстинкту на себе дуже рідко зустрічаються в ранньому дитинстві.

Таким чином, класифікація захисних механізмів відповідно до їх появи в часовий період приймає на себе частину сумнівів і неясності, які навіть сьогодні стосуються хронологічних рішень у психоаналізі. У зв'язку з цим доцільно звернутися до широко відомої епігенетичної схеми індивідуального розвитку Е. Еріксона [6]. Очевидно, реалізація або фрустрація базових потреб у визначених сенситивні періоди онтогенезу викликають протилежні соц-

іально-чутливі переживання і, в разі їх травмуючого характеру, забезпечують появу відповідних механізмів захисту. Не зупиняючись докладно на специфічних психосоціальних характеристиках кожного періоду, спробуємо порівняти схему Е. Еріксона зі структурною теорією захисту.

Таблиця 2

Онтогенез механізмів психологічного захисту (за Е. Еріксоном)

Віковий період	Досвід	Механізми захисту
Від народження до 12 міс.	Довіра-недовіра, задоволення/незадоволення базальних потреб	Передумови утворення захисту групи компенсації. Витіснення, заперечення, проєкція
Від 2 до 3 р.	Самостійність – нерішучість	Заміщення, придушення
Від 4 до 5 р.	Альтернатива: ініціатива – почуття провини або вмілість – меншовартість	Механізми групи інтелектуалізації і групи регресії
Від 6 до 11 р.	Проблема територіальності, потреби в самостійному пізнанні миру, компетентності, інформованості, значущості	
12 – 15 років	Альтернатива: статево-рольова ідентичність – дифузія ідентичності і сплутаність ролів. Потреба в прийнятті та самоприйнятті	Механізми групи компенсації і реактивного утворення

Розгляд наведеної схеми дозволяє виділити ще один критерій хронологічної класифікації захисних механізмів, а саме інтелектуальну зрілість індивіда відповідно до актуалізації певних видів пізнавальних процесів: пам'яті або мислення в онтогенезі. Так, регресія, ймовірно, з'являється раніше, ніж інтелектуалізація, оскільки є скоріше умовно-рефлекторною, ніж розумовою, операцією. Це означає, що полярність захисних механізмів не говорить про одночасності їх утворення.

Повертаючись до критерію інтелектуальної зрілості, слід зазначити, що існує високий ступінь згоди між дослідниками, які займаються питанням відносної примітивності механізмів захисту. Передбачається, що різні механізми представляють різні рівні розвитку індивіда. Це частково відображається в розрізненні первинної та вторинної активності захисного процесу, або першого, другого та третього рівнів захисту. В інших випадках розрізнення пов'язують з окремими психосексуальними стадіями розвитку. Н. Мак-Вільямс [цитуються за 1, с. 62] поділяє захисти за принципом їх локалізації на первинні (примітивні) і вторинні (зрілі). Перші розташовуються між «Я» і зовнішнім світом, другі – оберігають

особистість від внутрішньосистемних конфліктів. До числа первинних захистів належать: примітивна ізоляція, заперечення, всемогутній контроль, примітивна ідеалізація і знецінювання, розщеплення «Его», дисоціація, проєкція, інтроєкція і проєктивна ідентифікація. Всі вони абсолютно несвідомі і відповідають ранній стадії розвитку об'єктних відносин. Вторинні захисти характеризуються більш специфічною дією і обов'язковою участю мислення. До них відносять витіснення, регресію, раціоналізацію, ізоляцію, моралізацію, анулювання, поворот проти себе, ідентифікацію, реактивне утворення, сублімацію. Загальним для всіх вторинних захистів є прагнення впоратися з афектами за допомогою інтелекту, який раціоналізує мислення.

Р. Плутчик зробив спробу визначити рівень розвитку «Его», що відображатиме кожним механізмом захисту, за допомогою рейтингових оцінок досвідчених експертів-клініцистів. Одержаний перелік виглядає наступним чином: заперечення, регресія, проєкція, заміщення, придушення, реактивне утворення, інтелектуалізація, компенсація. Експерти прийшли до повної згоди з приводу того, що заперечення, регресія і проєкція – це дуже примітивні механізми захисту, а інтелектуалізація і компенсація представляють вищі рівні особистісного розвитку [цитується за 3].

Цікавий підхід О. Кернберга [2], що описує лінії розвитку захисних механізмів. Наприклад, перевага розщеплення або витіснення як головний засіб захисту визначає, домінує проєктивна ідентифікація або проєкція.

Таблиця 3

Лінії розвитку захисних механізмів особистості (по О. Кернбергу)

Базові захисні механізми				
Розщеплення	Витіснення	Розщеплення	Примітивна дисоціація протилежних станів «Я»	Примітивна інтроєкція (нездатність суб'єкта диференціювати «Я» і об'єкт репрезентації)
Структура «Его»		Об'єкт (який ідеалізує або переслідує)	Витіснення	Ідентифікація
Проективна ідентифікація	Проекція	Примітивна ідеалізація	Заперечення	Проекція
		Нарцисична ідеалізація	Примітивне заперечення	
		Невротична ідеалізація		
		Нормальна ідеалізація (екстерналізація інтегрованих аспектів «Его-ідеалу»)		

Звертаючись до табл. 3, можна відзначити наступне. Якщо проєктивна ідентифікація має на увазі наявність здатності до диференціації «Я» від «не-Я», то можна припустити, що суб'єкт уже досягнув певного рівня розвитку до того, як проєктивна ідентифікація стала діяти. Згідно з О. Кернбергом, при цьому повинні виконуватися дві умови: 1) здатність до символізації; 2) здатність до усвідомлення власних емоційних переживань, суб'єктивних станів. Тільки з усвідомленням певного суб'єктивного стану як небажаного в порівнянні з іншими суб'єктивними станами з'являється сенс і можливість позбутися його. Такі здібності, згідно з О. Кернбергом, виникають до того моменту, коли дитина досягає п'ятнадцяти місяців.

Переживання немовляти під час пікових афективних станів провають як єдність, так і диференціацію з лібідними об'єктами. Якщо цей стан сильного задоволення, то немовля хоче об'єднатися з тим, хто приносить йому це задоволення. Якщо це афективний стан сильного незадоволення або страху, тоді бажання позбутися цього проває диференціацію психіки.

Проєктивна ідентифікація є головним захисним механізмом поводження з нестерпною психічною травмою під час пікових негативних афективних станів, коли самовідчуття і символізація вже не діють.

Проекція, згідно з О. Кернбергом, вимагає досягнення більш високого рівня розвитку, при якому чітка диференціація між «Я» і зовнішніми об'єктами супроводжується відчуттями безперервності переживання себе в умовах протилежних емоцій.

Проекція є більш адаптивним варіантом захисту в порівнянні із проєктивною ідентифікацією, але на ранніх стадіях інтеграції «Я». Надалі проекція також має дезадаптивні наслідки, оскільки в результаті відбувається викривлення реальності.

З урахуванням всього вище викладеного порядок утворення механізмів захисту в онтогенезі видається нам таким (див. табл. 4):

Таблиця 4

Порядок утворення механізмів захисту в онтогенезі

Від 0 до 1 року	Витіснення, розщеплення, інтроекція, проекція, відшкодування, проєктивна ідентифікація
Від 1 до 3 років	Заперечення, заміщення
Від 3 до 6 років	Регресія, придушення, ідентифікація, перекручування реальності
Від 6 до 12 років	Сублімація
Від 12 років	Реактивне утворення, компенсація, інтелектуалізація, раціоналізація

Запропонована хронологічна класифікація значною мірою умовна, як умовна будь-яка вікова періодизація. Крім того, залежно від динамічних особливостей психіки індивіда і характеру впливу середовища, утворювання деяких механізмів захисту може не відбутися або вони будуть слабо виражені, в той час як інші будуть використовуватися дуже інтенсивно і матимуть значний вплив на індивідуальну поведінку.

Висновки. Отже, становлення системи психологічного захисту залежить від первинних об'єктних відносин, що обумовлює тенденцію перенесення емоційного клімату батьківської родини в ситуацію взаємодії з сучасними оточуючими. Особлива увага приділяється примітивним захисним механізмам, що закладають основу ідентичності. Вони містять у собі витіснення, заперечення, заміщення, перекручування реальності, надмірну проєкцію й інтроєкцію. Примітивні або базові захисні механізми спрямовані, головним чином, на захист від деструктивності, інстинкту смерті, страху, агресії й ведуть «до слабкості Его». У характері людини домінують цінності інфантильного «Я».

Тимчасовий аспект класифікації захисних механізмів спирається на наступні критерії: 1) емоційності (0-3 років); 2) соціалізації (3-6 років); 3) інтелектуальної зрілості (6-12 років); 4) психічної (моральної) зрілості (понад 12 років). Чим у більш ранньому віці виникають психічні травми, тим менше індивід здатний до конструктивного відведення негативних переживань. Не відпрацьовані поки ще прийоми, техніки сублімації, інтелектуалізації цього імпульсу, немає практики соціальної та духовної активності, внутрішньої переробки цієї енергії в будь-яку діяльність. «Я» починає відчувати страх, тривогу, неможливість вирішити конфлікт, почувавши себе в ситуації неможливості. Рання поява захисних механізмів, їхнє закріплення й автоматичне включення в процес подолання афектів залежить від якості первинних об'єктних відношень, оскільки діяльність найближчого оточення включає задоволення інстинктів, потреб дитини, а також її прилучення до соціальних норм поведінки.

Література

1. Калина Н.Ф. Основы психоанализа / Н.Ф. Калина. – М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 2001. – 352 с.
2. Кернберг О.Ф. Отношения любви: норма и патология / Кернберг О.Ф.: пер. с англ. – М.: Класс, 2000. – 256 с.

3. Романова Е.С. Графические методы практической психологии / Е.С. Романова. – СПб.: Речь, 2001. – 416 с.
4. Фрейд А. Теория и практика детского психоанализа / Фрейд А.: пер. с англ. и нем. – М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 1999. – Т. 1. – 384 с.; Т. 2 – 400 с.
5. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции / Фрейд З.: пер. с нем.- М.: Наука, 1995. – 456 с.
6. Эриксон Э. Детство и общество / Эриксон Э.: пер. с англ. – СПб.: Речь, 2000. – 328 с.
7. Яценко Т.С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання: Навч. посіб. / Т.С. Яценко – К.: Вища шк., 2004. – 679 с.
8. Яценко Т.С. Психоаналитическая интерпретация комплекса тематических психорисунков (глубиннопсихологический аспект) / Т.С. Яценко, Я.М. Кмит, Л.В. Мошенская. – М.: СИП РИА, 2000. – 227 с.

В статье рассматривается процесс становления системы психологической защиты с точки зрения различных научно-практических концепций. Установлено, что авторы расходятся во взглядах на время образования защитных механизмов личности. Утверждается, что каждый защитный механизм сначала формируется для овладения инстинктивными потребностями, что связывает его появление с конкретной фазой детского развития. Выделенные критерии классификации защитных механизмов позволяют ориентироваться в способности индивида к конструктивному отводу негативных переживаний.

Ключевые слова: механизмы психологической защиты, условные ценности, объектные отношения, травмирующие переживания, дифференциация психики.

This article describes the process of establishing a system of psychological protection, in terms of various theoretical and practical conceptions. It was determined that the authors differ in opinion of the individual of the protective mechanisms formation. It is considered that each protective mechanism initially formed to acquire the instinctive needs, which leads to the specific phase of child development. Selected criterions of the protective mechanism classification guide us through the individual constructive withdrawal of negative experiences.

Keywords: psychological defense mechanisms, conventional values, objective relationships, injuring experiences, differentiation of psyche.