

# ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД У ПРАКТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.964:159.98

**КОНОНОВА Марина Миколаївна**

*кандидат психологічних наук,*

*доцент кафедри соціальної і корекційної педагогіки*

*Полтавського національного педагогічного імені В. Г. Короленка*

## ДО ПРОБЛЕМИ ПІЗНАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСТІВ У КОНТЕКСТІ ПСИХОДИНАМІЧНОЇ ТЕОРІЇ

*Стаття присвячена проблемі вивчення структурно-функціональних і змістових аспектів системи психологічного захисту суб'єкта та можливостям їх пізнання в різних теоріях. Робиться акцент на діагностико-корекційних можливостях методу активного соціально-психологічного пізнання, розробленого в контексті психодинамічної теорії, в об'єктивації логіки несвідомого, на якій базується цілісна захисна система суб'єкта.*

**Ключові слова:** *психодинамічна теорія, психологічні захисти (базові, ситуативні), модель внутрішньої динаміки психіки, метод активного соціально-психологічного пізнання.*

**Постановка проблеми.** Питання оптимізації психічного здоров'я особистості шляхом рефлексивного самопізнання та самоактуалізації покликані вирішувати практичні психологи, зусилля яких спрямовані на психокорекційну роботу з дітьми та дорослими. Доволі часто перешкодою у наданні дієвої допомоги стає невміння психолога працювати з захисною системою суб'єкта.

У науковому плані варто виходити з того, що витіснені та інші захисні механізми є, з одного боку, необхідними регуляторами душевного гомеостазу, а з іншого – зумовлюють його порушення. Якщо вони відсутні, то з'являється небезпека дезінтеграції «Я». З іншого боку, психологічний захист порушує загальну захищеність «Я» уже хоча б тому, що уводить суб'єкта від реальності, спотворює її, неадекватно візуалізує джерела конфліктів, стабілізує внутрішню суперечливість і посилює

суб'єктивність засобів її подолання за рахунок ілюзій. Динамічні витрати на підтримку захисних механізмів і супровідні їм обмеження «Я» виявляються важким тягарем для психічного гомеостазу. Ті захисні механізми, які раніше допомагали вижити ще слабкому «Я» дитини, зберігаються і з виходом із дитячого віку, «вкорінюючись» в «Я», перетворюються на стійкі форми реагування.

Викривлення суб'єктом інформації під час взаємодії з об'єктивним світом зумовлює дестабілізацію його психіки, знижуючи тим самим його психологічну захищеність. Зазначене вище свідчить, що проблема пізнання глибинно-психологічних аспектів психіки, пов'язаних із закономірностями функціонування несвідомої сфери, котрі детермінують поведінку суб'єкта, набуває особливого значення.

**Аналіз актуальних досліджень.** Категорії психологічних захистів приділялася увага дослідників як у психоаналітичній парадигмі, так і в інших теоретичних спрямуваннях. Висвітлення цієї проблеми знаходимо у працях А. Адлера, О.О. Бодальова, Ф.В. Бассіна, Г. Блюма, Ф.Ю. Василюка, Р.М. Грановської, М. Кляйн, С. Леклера, К. Роджерса, Г. Саллівана, К. Хорні, А. Фрейд, З. Фрейда, Е. Фромма, Т.С. Яценко та ін.

Аналіз наукових джерел дозволяє простежити зміни, які зазнали механізми психологічного захисту в різних теоріях. У концепціях сучасної психології автори розходяться у поглядах на час утворення, рівень усвідомленості, цілі психологічного захисту, засоби дослідження, термінології. Єдність думок відзначається стосовно причин виникнення механізмів психологічного захисту – це конфлікти, пов'язані з соціальним оточенням. В ортодоксальному психоаналізі та в его-психології причинами виникнення механізмів психологічного захисту прийнято вважати афекти, пов'язані з незадоволенням базових потреб, конфлікти (внутрішні й зовнішні). У гуманістичній психології, гештальтпсихології та серед вітчизняних психологів також причинами виділяють конфлікти, пов'язані зі значущим первинним соціальним оточенням.

Тривалий час психологічний захист досліджували у контексті інших феноменів (настанова Д. Узнадзе, переживання

Ф. Василюка, теорія когнітивного дисонансу Д. Фестінгера), що спричиняло труднощі у дослідженні даної категорії.

Більшість дослідників (З. Фрейд, А. Фрейд, А. Адлер, К. Роджерс, О. Фенхель та ін.) сходяться на думці, що психологічний захист включається абсолютно неусвідомлено, тому необхідним є саме аналіз несвідомих проявів психіки та пов'язаних з ними захисних тенденцій. Тож вивчення захисної системи здебільшого здійснюється опосередковано, що пояснюється специфічними особливостями несвідомої сфери психіки.

Проте, Б.Г. Ананьєв, Ф.В. Бассін, Д.В. Віннікотт, Ф. Перлз та ін. вважають даний механізм частково усвідомлюваним, пояснюючи це тим, що психологічний захист є власністю структури «Я», що більшою мірою належить свідомій частині психіки.

При цьому поза увагою вчених залишається проблема захисних тенденцій психіки в ракурсі цілісного феномену психіки у взаємозв'язку свідомої і несвідомої сфери.

Варто звернути увагу, що дослідження здебільшого присвячені особливостям формування окремих механізмів захисту суб'єкта, відповідно, способи вивчення психологічних захистів не набувають системності.

**Мета дослідження** полягає у теоретичному обґрунтуванні структурно-функціональних і змістовних аспектів системи психологічних захистів особистості та висвітленні можливостей їх пізнання та психокорекції.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Психодинамічний підхід до проблеми психологічних захистів зосереджує увагу на виявленні глибинно-психологічного підґрунтя захисної системи суб'єкта. Наукові пошуки сучасних вітчизняних дослідників у межах психодинамічного підходу (С.М. Аврамченко, Т.В. Горобець, І.В. Євтушенко, О.Г. Максименко, О.Г. Стасько, Н.В. Шавровська, Т.С. Яценко та ін.) доводять необхідність пізнання несвідомої сфери психіки в єдності зі свідомими аспектами, що сприяє пізнанню системності психологічних захистів і є однією з найважливіших засад психокорекції. Результати дослідження дозволяють стверджувати, що глибинні детермінанти захистів суб'єкта

мають вираження у поведінкових реакціях, що пов'язані з особистісною проблемою.

Розуміння психологічних захистів уточнюється введенням академіком НАПН України Т.С. Яценко «Моделі внутрішньої динаміки психіки». Модель (див. рис. 1) передбачає наявність двох сфер психіки, які не можливо досліджувати відокремлено: свідомі і несвідомі сфери. Вони мають діаметрально протилежну спрямованість і, таким чином, згармонізуються між собою. Чим менше у суб'єкта автоматизованих психологічних захистів, тим швидше свідомі і несвідомі сфери згармонізуються на реалістичних засадах, і чим більше вони виражені, тим сприятливішими є умови для гармонізації психіки на основі соціально-перцептивних викривлень (суб'єктивна інтеграція психіки).

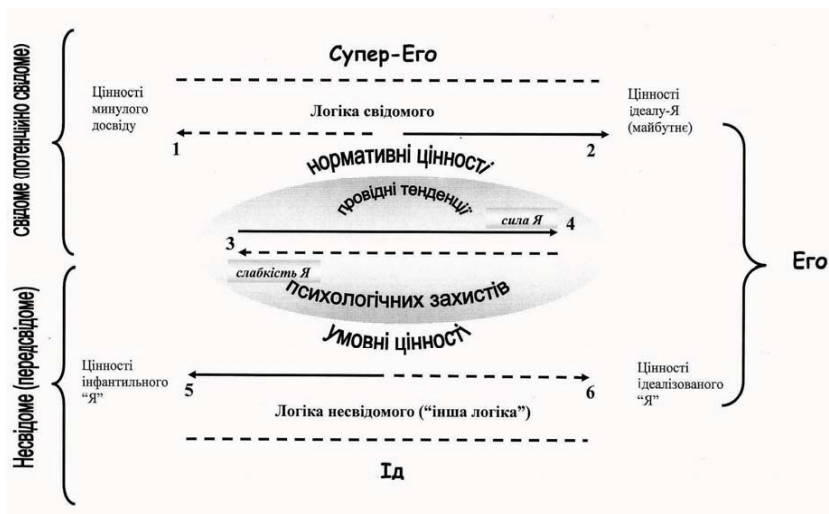


Рис. 1. Модель внутрішньої динаміки психіки (за Т.С. Яценко)

Т.С. Яценко зауважує, що «психодинамічна теорія уточнює розуміння функціональних особливостей психологічних захистів саме введенням двох різновидів захистів: *базових та ситуативних*, які вказують на взаємозв'язок між соціальною

адаптивністю та глибинно-психологічною (інфантильною) зорієнтованістю (внутрішньою активністю психіки)» [7, с.51].

Семантичну суть захистів можна встановити шляхом визначення логіки несвідомої сфери суб'єкта, яка є «іншою логікою» порівняно з логікою свідомого. Тому умовно можна сказати, що за логікою свідомого стоять ситуативні захисти, а за логікою несвідомого – базові. Суперечність цих двох логік обумовлює слабкість «Я» суб'єкта (стрілка 3). У випадку вираженої особистої проблеми стрілка 3 (див. рис. 1) стає суцільною, що означає її домінування над стрілкою 4 (пунктир пропадає, внутрішнє протиріччя «Я» загострюється) [8].

Таким чином, обидва види захистів намагаються інтегрувати психіку (за участю соціально-перцептивних спотворень) в одному напрямі – «до сили». Проте ситуативні захисти, спираючись на логіку свідомості і на реальну ситуацію, підкоряються принципу реальності, а базові покликані завершити «справи дитинства» (інфантильні цінності «Я»), тому пов'язані з принципом задоволення.

Позиції, окреслені у психодинамічній теорії, розробленій Т.С. Яценко, допомагають зрозуміти, що захисна система підпорядкована *єдиному генеральному механізму* – «*від слабкості до сили*» (незалежно від різновидів самих захистів), що обумовлює характер інтегративних функцій захистів на засадах ілюзорності, відступу від реальності в унісон з інтересами ідеалізованого «Я». Тенденція «до сили» є просоціально зорієнтованою. Водночас захисти через відступи від реальності продукують тенденцію «до слабкості», яка пов'язана з «незавершеними справами дитинства», що суперечать просоціальним цілям суб'єкта, ослаблюючи його активність [7].

Отже, позитивне відчуття у процесі захисної реакції є ілюзорним, завдяки взаємозв'язку психологічних захистів із ідеалізованим «Я» суб'єкта. За наявності невдачі зберігається енергетичний заряд для подальшої захисної дії через не бачення об'єктивного змісту своїх дій та розвинуту тенденцію дискредитації гідності інших людей. При цьому в суб'єкта зберігається стійке сподівання на успіх, яке зумовлюється потребами ідеалізованого «Я».

Варто підкреслити, що зазначені у психодинамічному підході характеристики системи захистів, не враховуються у традиційних (академічних) дослідженнях.

Методами пізнання психологічних захистів у теорії та практиці психоаналітиків і представників гуманістичної психології та гештальтпсихології виступали: аналіз переносу, сновидінь, опорів, вільних асоціацій та інтерпретація у процесі психоаналітичної взаємодії (З. Фрейд); аналіз актуальних переживань, мрій, сновидінь, малюнків, гри, переносу (А. Фрейд); аналіз ранніх спогадів індивіда (А. Адлер); аналіз «Я»: реального (або можливого), ідеального (або неможливого) та актуального (К. Хорні); аналіз неконгруентності між Я-концепцією індивіда та його досвідом (К. Роджерс); аналіз дефіциту навичок мислення, неточності сприйняття, негативного перебігу думок суб'єкта (Г. Салліван); техніки усвідомлення, виявлення фантазій, метод моделювання драми (Ф. Перлз) та ін. [1, 2, 4, 5, 6].

На основі вищезгаданих теорій у психологічній практиці були розроблені різноманітні методи дослідження захисної активності суб'єкта, які умовно можна поділити на тестові та проєктивні.

Необхідно зазначити, що одержувані за тестового підходу психодіагностичні результати сприяють об'єктивації лише дискретних психологічних характеристик суб'єкта, що не дають уявлення про глибинно-психологічні передумови тих чи інших особистісних характеристик, оскільки тестові інтерпретації відсторонені від індивідуальної неповторності суб'єкта.

Проєктивні методики, на відміну від тестових «недостатньо стандартизовані». Вчені й досі не мають спільної думки стосовно цього виду діагностики, проте це не зменшує його дієвості та результативності. Проєктивні методики ґрунтуються на тому, що недостатньо структурований стимульний матеріал породжує процеси фантазування та уяви, в яких розкриваються невідомі аспекти психіки суб'єкта.

На думку А. Конера, «проєктивні методики сприяють об'єктивації матеріалу, який суб'єкт не може або не хоче представити за інших обставин» [3, с.76]. М. Ліндсей висловлює аналогічну думку про те, що проєктивний метод – «інструмент,

який вбачається більш чутливим до виявлення прихованих чи несвідомих аспектів поведінки» [3, с.231].

Проте, у застосуванні проєктивних методик також помітна певна заданість, оскільки наявне розшифрування наближає інтерпретацію до тестової. Суттєвим у дослідженні психологічних захистів є те, що проєктивні методики не дають уявлення про системні характеристики психіки у єдності свідомих і несвідомих аспектів, оскільки у такій роботі психолог не торкається базових форм захисту, а значить, нівелюється основний критерій глибинно-психологічного аналізу. Дослідження системності психологічних захистів є важливим для практичної психології у контексті цілісного їх вивчення, а не «ранжування окремих приватних захисних установок» [8, с. 18].

Психодинамічна теорія ставить акцент на необхідності пошуку адекватних методів вивчення психологічних захистів, ґрунтуючись на глибинно-психологічних передумовах їх формування. В об'єктивуванні цих питань може допомогти лише процесуальна психодіагностика, яка істотно відрізняється від академічної діагностики не лише методичною своєрідністю, а й специфікою проведення. Процесуальна діагностика передбачає постійне єднання діагностики з психокорекцією, хоч взаємозв'язок між цими процесами відрізняється в різні періоди групового розвитку, що не здійснюється при традиційному підході до пізнання.

Чим більш інваріантно діє людина у процесі групової взаємодії, тим більшою мірою є можливість пізнати глибинні детермінанти захистів. Ефект стороннього спостерігача сприяє об'єктивації захисних форм поведінки того чи іншого учасника. Індикатором захисної поведінки виступає розбіжність намірів суб'єкта та його вчинків, яка характеризує наявність особистісної проблеми.

Уведення спеціальних принципів організації групової взаємодії регулює поведінку учасників діагностико-корекційного процесу на емотивно-чуттєвому, безоцінному рівні поза просоціальними орієнтирами. Неприпустимими при цьому також є критика, оцінні судження у чорно-білих категоріях, неприйняття особистості іншого, поради тощо.

Увага респондента переводиться на емоційне самовідчуття у ситуації «тут і тепер», спонтанність та невимушеність поведінки активізує механізми заміщення, перенесення, ідентифікації, компенсації, які причетні до формування базально-глибинних цінностей. За таких передумов в АСПП нівелюються ситуативні захисти та відкриваються перспективи пізнання базальних захистів.

Як бачимо, переваги психокорекційної роботи за методом активного соціально-психологічного пізнання (АСПП), створеного дослідницею Т.С. Яценко, полягають у можливості виявляти системність психологічних захистів, а не лише функціонування окремих і часткових захисних механізмів.

Для більшої прозорості факту програмованості внутрішнього світу попереднім досвідом передбачено використання респондентом у процесі самопрезентації символічно-предметних, метафорично-архетипних засобів (малюнків, просторових моделей, каменів тощо). Особливу значущість має розроблена Тамарою Семенівною Яценко методика психоаналізу комплексу тематичних (авторських) малюнків, що сприяє різнобічній візуалізації рефлексії, яка стимулюється численністю тем. Емпіричний матеріал у цьому випадку завдяки процесу предметного вираження мимовільної активності суб'єкта наближає глибинне пізнання до специфіки образності мови несвідомого [7].

Психоаналітична робота з предметними моделями (іграшками) сприяє об'єктивації глибинного змісту через механізми проєкції: одні й ті самі предмети набувають різного змісту в руках різних людей, завдяки перенесенню об'єктних відношень. За таких обставин особа може переконатись, що психологічні захисти лише ілюзорно «працюють» на самозбереження: викривлюючи соціально-перцептивну реальність, вони закривають можливість сприйняття нового досвіду, особливо того, що не відповідає вимогам ідеалізованого «Я» [8].

Діагностико-корекційний діалог сприяє наближенню пізнання до індивідуальної неповторності феномену психіки особи. Поєднання психоаналізу комплексу тематичних малюнків з іншими прийомами (рольова гра, побудова



топологічних моделей, психодрама та ін.) призводить до психокорекційного ефекту, нівелювання захисних тенденцій, які деструктують психіку суб'єкта. У нього відбувається цілісне внутрішнє переструктурування.

Повернемося до «Моделі внутрішньої динаміки психіки», на якій представлений лише структурний аспект, функціональний відчувається в процесі глибинно-психологічної роботи, з якою пов'язаний енергетичний аспект. Модель внутрішньої динаміки психіки відображає той факт, що зарезервована з інфантильного періоду життя енергія дає рецидиви у поведінці шляхом дії захисних механізмів заміщення, компенсації, сублімації упродовж усього життя (лінійна динаміка) [8]. На ці явища треба звертати увагу на рівні розуміння функціональних характеристик захисних механізмів, які руйнують просоціальний напрям поведінки суб'єкта на шляху прагнення «до сили», дією тенденції «назад, в дитинство».

Із зазначеного вище випливає, що сформовані захисні механізми живляться енергією, напрям якої заданий фіксаціями інфантильного періоду розвитку суб'єкта. Усе це визначає характер його емоційної сфери, а спонтанні прояви емоцій – перші і надійні вісники змісту несвідомого, тому психолог-практик має бути спостережливим до них.

За базовими, особовими захистами, як ми зазначали раніше, стоїть «логіка несвідомого», яка формується на латентному рівні, поза досвідом. Такій логіці неможливо раціонально навчити – це процес синтезу індивідуального досвіду суб'єкта (соціалізації) з тенденціями до завершення його інфантильних потреб, який здійснюється за межами свідомості. Проте свідоме і несвідоме не розділені жорстко – вони тісно взаємозв'язані і діють синергічно. Тож пізнання несвідомого неможливе без встановлення зв'язків між свідомим і несвідомим [7].

**Висновки та перспективи дослідження.** Пізнання психологічних захистів у форматі АСПП, відповідно до концептуальних засад психодинамічного підходу, передбачає урахування структурних, енергетичних, процесуально-функціональних особливостей свідомого і несвідомого у їхніх взаємозв'язках та узгодженості з принципами системного

пізнання цілісної психіки, що надає переваги процесуальній діагностиці.

Ми солідаризуємося з академіком Т.С. Яценко в тому, що розуміння зв'язку автоматизованих форм психологічного захисту (на когнітивному рівні) зі сферою свідомості надає підстав сформулювати важливу тезу: пізнання несвідомого незмінно стосується базального захисту, який використовує найменші можливості для замаскованої реалізації у поведінці. Вивчення базальних форм захисту передбачає розуміння їх функціональних взаємозв'язків із ситуативними захистами. З огляду на сказане, зауважуємо, що організаційні передумови глибинної психокорекції зорієнтовані на послаблення (нівелювання) останніх задля актуалізації та об'єктивації в поведінці особи їх особистісних форм.

Зазначені у статті аспекти методологічного обґрунтування засобів пізнання структурно-функціональних і змістовних аспектів системи психологічного захисту особистості залишаються у психології недостатньо вивченими й очікують свого висвітлення як у теоретичному, так і в прикладному аспектах.

#### *Список використаних джерел*

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер ; [пер. с нем.]. – СПб. : Питер, 2003. – 256 с.
2. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия / К. Роджерс ; [пер. с англ.]. – М. : Рефл-бук, К. : Ваклер, 1997. – 320 с.
3. Романова Е.С. Механизмы психологической защиты / Е. С. Романова, Л. Р. Гребенникова. – Мытищи : Талант, 1996. – 139 с.
4. Шавровська Н. В. Особливості пізнання психологічних захистів суб'єкта засобами психоаналізу малюнків / Н.В. Шавровська // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Серія: Педагогіка і психологія : зб. статей. – Ялта : РВВ КГУ, 2009. – Вип.21. – Ч.2. – С. 207-218
5. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы / А. Фрейд ; [пер. с англ.]. – М. : Педагогика, 1983. – 144 с.
6. Фрейд З. Толкование сновидений / З. Фрейд. – К. : Здоровье, 1991. – 382 с.
7. Яценко Т. С. Методологія професійної підготовки практичного психолога / Т. С. Яценко, О. В. Глузман, О. М. Усатенко. – Ялта : Республіканський вищий навчальний заклад «КГУ», 2014. – 148 с.
8. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції : Навч. Посібник / Т. С. Яценко – К. : Либідь, 1996. – 264с.

**М.Н. Кононова**

**К ПРОБЛЕМЕ ПОЗНАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ  
В КОНТЕКСТЕ ПСИХОДИНАМИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ**

*Статья посвящена проблеме изучения структурно-функциональных и содержательных аспектов системы психологической защиты субъекта и возможностям их познания в различных теориях. Делается акцент на диагностико-коррекционных возможностях метода активного социально-психологического познания, разработанного в контексте психодинамической теории, в объективации логики бессознательного, на которой базируется целостная защитная система субъекта.*

**Ключевые слова:** *психодинамическая теория, психологические защиты (базовые, ситуативные), модель внутренней динамики психики, метод активного социально-психологического познания.*

**М. Кононова**

**TO THE PROBLEM OF PSYCHOLOGICAL DEFENSES  
IN THE FRAMEWORK OF PSYCHODYNAMIC THEORY**

*The paper deals with the problem of structure, functions, and content of the system of subject's psychological defense as well as the possibilities of its understanding in different theories.*

*The model of psyche's internal dynamics, elaborated in the context of psychodynamic theory by prof. T.S. Yatsenko, was applied to the problem of psychological defense. So functional features of psychological defense, its basic and situation varieties are specified.*

*It has been shown, that defensive system is inferior to the only general mechanism ("from a weakness to force"), which stipulates the character of integrative functions of defensive system on principles of illusiveness and retreating from reality.*

*The main approaches to the understanding of psychological defense system in different theories are revealed. The diagnostic and correctional aspects of the method of active social-psychological cognition are highlighted.*

**Key words:** *psychodynamic theory, psychological defense (basic, situational), the model of the internal dynamics of the psyche, the active social-psychological cognition.*

Надійшла до редакції 29.11.2014 р.