

*On the basis of factor analysis, important features have been identified that influence the process of professional development of future National Police officers. Among them there is a need for diversity, integration of the lifestyle, psychological readiness for professional activity, internal motivation (focus on the process and self-improvement, self-realization), value orientations (benevolence and independence), stimulation as a factor, activating any process, phenomena and actions, or activity as well as vital activity and desire for power.*

**Key words:** *non-material motivation, psychological readiness, professional formation, National Police.*

*Стаття надійшла 31 травня 2018 р.*

УДК 159.964.21

**А. В. Шиделко**

## **НАУКОВО-ТЕОРЕТИЧНІ ГРАНІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ**

*Представлено науково-теоретичний аналіз поняття «психологічний захист особистості». З'ясовано позиції З. Фрейда, А. Фрейд, Н. Мак-Вільямс щодо системного розуміння механізмів психологічного захисту особистості.*

*Наведено трактування поняття психологічного захисту особистості провідних учених, таких як В. Баничков, В. Бассін, Ф. Бассін, В. Від, В. Воловик, Р. Зачепицький, В. Рожнов, В. Ротенберг, В. Ташликов, І. Тонконогий, В. Цапкін.*

**Ключові слова:** *психологічний захист, особистість, механізми психологічного захисту, первинні та вторинні захисні механізми.*

**Постановка проблеми.** На сучасному етапі розвитку українського суспільства проблема психологічного захисту особистості є об'єктом дослідження багатьох наук: медицини, психології, педагогіки, соціології, юриспруденції, що свідчить про актуальність і потребу вивчення означеного питання. Кількісні та якісні зміни, що відбуваються впродовж становлення та розвитку особистості у біологічному, психологічному, соціальному планах, характеризуються формуванням психічних процесів і стратегій для вирішення індивідуальних, професійних, суспільних проблем, врегульовуючи котрі особистість застосовує механізми психологічного захисту.

**Стан дослідження.** Окремі аспекти проблеми психологічного захисту особистості знайшли своє відображення у розвідках таких

науковців, як Н. В. Шавровська «Особливості пізнання психологічних захистів суб'єкта засобами психоаналізу малюнків» (2007); О. Г. Максименко «Особливості функціонування механізмів психологічного захисту особистості в умовах родинної депривації» (2008); І. Ю. Антоненко «Особливості механізмів психологічного захисту особистості в системі педагогічної взаємодії» (2010); Д. С. Тітаренко «Особливості функціонування механізмів психологічного захисту у рятувальників в умовах екзистенціальної загрози» (2011); О. Я. Гошовська «Психологічний захист у структурі самоприйняття особистості» (2013); Т. М. Кирпенко «Особливості механізмів психологічного самозахисту підлітків», Я. С. Андрушко «Особливості моделювання психологічних захистів у професійній діяльності працівників органів внутрішніх справ» (2015) та ін.

**Мета** статті – висвітлити науково-теоретичні аспекти механізмів психологічного захисту особистості з позиції наукових розвідок учених.

**Виклад основних положень.** Незважаючи на ґрунтовні та різногранні дослідження заявленої проблеми, вчені досі не синтезували цілісної фундаментальної концепції щодо дії механізмів психологічного захисту особистості у повсякденному житті, стресових ситуаціях тощо. Для розгляду обраної науково-теоретичної проблематики звернемося до першоджерел.

Перші аспекти «психологічного захисту» висвітлив угорський психоаналітик, один із найбільш значущих однодумців З. Фрейда Шандор Ференці. Проте на вагомості наукового дослідження «психологічного захисту особистості» зацентрував увагу саме З. Фрейд. Засновник психоаналізу був переконаний, що психозахист відіграє повідну роль в утворенні «Я», а також в особливостях формування характеру особистості.

Терміни «психологічний захист», «захисні механізми» були введені З. Фрейдом у його праці «Захисні нейропсихози» (1894). Вчений вважав, що захист – це узагальнена назва для будь-яких технік, які Его може застосовуватися під час конфлікту. До таких технік З. Фрейд відносив: витіснення; здійснення того, що не сталося; ідентифікацію; ізоляцію; інтродекцію; викривлення до протилежності; звернення проти особи; проєкцію та сублимацію [4].

Найважливішими з неусвідомлених механізмів захисту, що покликани забезпечити цілісність і стабільність особистості в умовах конфлікту, суперечливих імпульсів і прагнень, З. Фрейд розглядав такі:

– сублимацію – процес перетворення і переадресування енергії в різноманітні форми діяльності, прийнятні для індивіда та суспільства;

- витіснення – несвідоме усунення індивідом мотивів своїх дій зі сфери свідомого;
- регресію – перехід на більш примітивний рівень мислення і поведінки;
- проєкцію – неусвідомлене перенесення, приписування своїх власних відчуттів, уявлень, бажань, думок, потягів, а також часто «ганебних» несвідомих прагнень іншим людям;
- раціоналізацію – несвідоме прагнення індивіда до раціонального обґрунтування своїх ідей і поведінки навіть у тих випадках, коли вони ірраціональні;
- реактивну формацію – зміну неприємної для свідомості тенденції на більш прийнятну або ж протилежну;
- фіксацію поведінки – тенденцію «Я» до збереження апробованих, ефективних стереотипів поведінки, зміна яких може призвести до патологічного нав'язливого прагнення до повторень.

Поняття захисних механізмів було введено З. Фрейдом для «загального позначення техніки, яку Его використовує в конфліктах, які можуть призвести до неврозів» [3].

Дещо повніше концепція механізмів психологічного захисту подана А. Фрейд. У праці «Психологія «Я» та захисні механізми» (1936) вона розглядає захисні механізми як один із механізмів адаптації й інтеграції особистості; як несвідомі, набуті у процесі розвитку особистості способи досягнення «Я» компромісу між протидіючими силами «Воно» та «Над-Я» і зовнішньою дійсністю. Механізми психологічного захисту спрямовані на зменшення тривоги, викликані інтрапсихічним конфліктом. Як і З. Фрейд, А. Фрейд вважала, що захисний механізм ґрунтується на двох типах реакцій: блокуванні вираження імпульсів у свідомій поведінці та викривленні їх до такої міри, щоб початкова їх інтенсивність помітно знизилась чи відхилилась убік [4].

З часом поняття захисних механізмів було інтерпретоване, трансформоване й модернізоване і представниками різних поколінь дослідників і психотерапевтів психоаналітичної орієнтації, і інших психологічних течій: екзистенціальної психології, гуманістичної психології, гештальт-психології тощо [3]. Зокрема, представимо висвітлену О. Гошовською диференційовану шкалу захистів, запропоновану американською вченою-психоаналітиком Н. Мак-Вільямс.

О. Гошовська зазначає, що в контексті психоаналітичної діагностики і розуміння структури особистості в клінічному процесі Н. Мак-Вільямс виокремлює два рівні захисних механізмів за мірою їх «примітивності», тобто залежно від того, наскільки відчутно і сильно їхнє застосування перешкоджає людині адекватно сприймати реальність:

первинні та вторинні захисні механізми. Спершу розглянемо первинні захисні механізми та їх тлумачення:

1. Всемогутній контроль – сприйняття себе як причини всього, що відбувається у світі.

2. Дисоціація – відділення себе від своїх неприємних переживань.

3. Інтроєкція, зокрема ідентифікація з агресором, – несвідоме включення у свій внутрішній світ сприйманих ззовні поглядів, мотивів, настановлень інших людей.

4. Заперечення – повна відмова від усвідомлення неприємної інформації.

5. Примітивна ідеалізація – сприйняття іншої людини як ідеальної та всемогутньої.

6. Примітивна ізоляція, зокрема захисне фантазування, – відхід від реальності в інший психічний стан.

7. Проектна ідентифікація – коли людина нав'язує комусь роль, засновану на своїй проекції.

8. Проекція – помилкове сприйняття своїх внутрішніх процесів як таких, що відбуваються зовні.

9. Розщеплення Еґо – уявлення про когось як про тільки хорошого або тільки поганого, зі сприйняттям властивих йому якостей, що не вписуються в таку оцінку, як чогось абсолютно окремого.

10. Соматизація, або конверсія, – тенденція переживати соматичний дистрес у відповідь на психологічний стрес і шукати через такі соматичні проблеми медичної допомоги [2, с. 113].

Відповідно, до вторинних захисних механізмів, як зазначає О. Гошовська, Н. Мак-Вільямс відносить такі:

1. Анулювання або відшкодування – несвідома спроба «відмінити» ефект негативної події шляхом створення деякої позитивної події.

2. Витіснення, пригнічення або репресія – в побутовому сенсі «забування» неприємної інформації.

3. Виміщення, заміщення або зміщення – у побутовому сенсі «пошук цапа-відбувайла».

4. Ігнорування або уникнення – контроль і обмеження інформації про джерело лякаючого психологічного впливу або спотворене сприйняття такого впливу дії, його наявності чи характеру.

5. Ідентифікація – ототожнення себе з іншою людиною або групою людей.

6. Ізоляція афекту – видалення емоційної складової, що походить зі свідомості.

7. Інтелектуалізація – неусвідомлене прагнення контролювати емоції та імпульси на основі раціональної інтерпретації ситуації.

8. Компенсація або гіперкомпенсація – прикриття власних слабкостей завдяки підкресленню сильних сторін або подолання фрустрації в одній сфері надзадоволенням в інших сферах.

9. Моралізація – пошук способу переконати себе в моральній необхідності того, що відбувається.

10. Відігравання, відреагування зовні або розрядка – зняття емоційної напруги завдяки програванню ситуацій, що призвели до негативного емоційного переживання.

11. Поворот проти себе, або аутоагресія, – переспрямування негативного афекту щодо зовнішнього об'єкта на самого себе.

12. Роздільне мислення – поєднання взаємовиключних настановлень завдяки тому, що суперечності між ними не усвідомлюються.

13. Раціоналізація – пояснення самому собі власної поведінки так, аби вона здавалась обґрунтованою та добре контрольованою.

14. Реактивне утворення – захист від заборонених імпульсів за допомогою вираження в поведінці і думках протилежних спонукань.

15. Реверсія – програвання життєвого сценарію зі зміною в ньому місць об'єкта і суб'єкта.

16. Регресія – повернення до легковажних, дитячих моделей поведінки.

17. Сексуалізація, або інстинктуалізація, – перетворення чогось негативного у позитивне завдяки приписуванню йому сексуальної складової.

18. Сублімація – переспрямування імпульсів у соціально прийнятну діяльність [2, с. 116–117].

Отже, номенклатура захисних механізмів є неоднозначною і персонально специфічною. Немає єдності і в термінології. Проте існування захисних механізмів вважається незаперечним та експериментально підтвердженим [3].

Психологічна література свідчить про велику кількість підходів до трактування поняття психологічного захисту особистості. Виокремимо найбільш поширені дефініції:

1) психологічний захист як психічна діяльність, спрямована на спонтанне викорінення наслідків психічної травми (В. Бассін, В. Рожнов);

2) психологічний захист як окремі випадки ставлення особистості хворого до травматичної ситуації або хвороби, що вразила його (В. Банщикова);

3) психологічний захист як спосіб переробки інформації в мозку з блокуванням загрозової інформації (І. Тонконогий);

4) психологічний захист як механізм адаптивної перебудови сприйняття й оцінки, що проступає тоді, коли особистість не здатна адекватно оцінити почуття занепокоєння, викликане внутрішнім або зовнішнім конфліктом, і не може подолати стрес (В. Ташликов);

5) психологічний захист як механізм, що підтримує цілісність свідомості (В. Ротенберг);

6) психологічний захист як механізм компенсації психічної кризи (В. Воловик, В. Від);

7) психологічний захист як пасивно-оборонні форми реагування в патогенній життєвій ситуації (Р. Зачепицький);

8) психологічний захист як динаміка системи установок особистості у разі конфлікту установок (Ф. Бассін);

9) психологічний захист як способи репрезентації викривленого сенсу (В. Цапкін) [1, с. 152].

Зважаючи на викладене, можемо констатувати, що індивід, опираючись на захисні механізми, інстинктивно (інтуїтивно) захищає власну психіку від травмівних чинників, які виникають під час життєдіяльності і руйнують особистісне «Я». Проте захисні механізми виконують і негативну роль: вони перешкоджають людині об'єктивно визнати власні помилки щодо діяльності, рис характеру, вчинків, що у подальшому призводить до загострення проблем, а не розв'язання їх. Наголосимо, що у виняткових випадках психологічні механізми захисту «викривляють» оцінку власних вчинків, думок і в такий спосіб дезорієнтують людину, виправдовуючи її у своїх очах, що призводить до конфлікту з оточуючими.

Таким чином, психологічний захист – це захист від емоційної напруги, який дає відчуття стабілізації та цілісності особистості, збереження й адаптації «Я» – це позитивна грань психозахисту, яка відповідає за цілісність психіки. Водночас інша грань психологічного захисту має негативне забарвлення, оскільки засвідчує дезінтеграцію поведінки, деіндивідуалізацію, перевантаження основних нервових процесів тощо.

Отже, психологічний захист особистості спрямований на профілактику психологічної травми. Якщо негативні випадки і сталися у житті людини, то психологічний захист із часом витісняє їх у підсвідоме, позаяк психологічний захист відповідає за стабілізацію стану індивіда, пов'язану зі стресовими ситуаціями, конфліктами, тривогою, страхами, почуттям непевненості, неповноцінності тощо.

**Висновки.** Отож зазначимо, що кожна людина попри вік чи стать вдається у своїй життєдіяльності до механізмів психологічного захисту. З практикою застосування та досвідом індивідуально вироб-

ляються певні механізми психологічного захисту, що їх особистість використовує як основні, які забезпечують їй (відносно) стабільність психіки.

Головним завданням психологічного захисту є мінімізація рівня деструктивного психологічного напруження, адже, якщо механізм психологічного захисту не спрацьовує, це може в подальшому призводити до неврозів і порушень психіки.

Перспективи подальших наукових пошуків убачаємо у висвітленні проблеми домашнього насилля над жінками в аспекті розглянутого питання.

---

1. Андрушко Я. С. Теоретико-психологічний аналіз проблеми механізмів захисту особистості. *Освіта регіону*. 2013. № 2. С. 152–157.

2. Гошовська О. Первинні механізми психологічного захисту та вікова динаміка їхнього застосування: теоретико-емпіричний ракурс. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка Національної АПН України. 2012. Т. 14. Ч. 6. С. 112–119.

3. Захисні механізми за З. Фройдом. URL: [http://allref.com.ua/uk/skachaty/Zahisni\\_mehanizmi\\_za\\_Froiymom](http://allref.com.ua/uk/skachaty/Zahisni_mehanizmi_za_Froiymom).

4. Особистісний характер механізмів психологічного захисту. URL: [http://www.rusnauka.com/2\\_KAND\\_2008/Psihologia/26152.doc.htm](http://www.rusnauka.com/2_KAND_2008/Psihologia/26152.doc.htm).

### **Shydelko A. V. Scientific and theoretical aspects of psychological protection of personality**

*The scientific and theoretical analysis of the concept of «psychological protection of personality» is presented. The position of scientists regarding the systematic understanding of the mechanisms of psychological protection of the individual is analyzed. The notion of protective mechanisms was introduced by Z. Freud for «a common denominator of technology that Ego uses in conflicts that may lead to neuroses.»*

*A. Freud believed that the protective mechanism is based on two types of reactions: blocking the expression of impulses in conscious behavior and distorting them to such an extent that their initial intensity declined significantly or declined to the side.*

*N. McVilliams separates two levels of protective mechanisms according to their «primitiveness», that is, depending on how tangibly and strongly their application impedes a person to adequately perceive reality: primary and secondary protective mechanisms. Primitive: overwhelming control, dissociation, introjection, in particular identification with the aggressor, negation, primitive idealization, primitive isolation, design identification, projection, Ego splitting, somatization or conversion.*

*Secondary: cancellation or recovery, repression, suppression or repression, reduction, substitution or displacement, neglect or avoidance, identification,*

*isolation of emotion, intellectualization, compensation or hypercompensation, moralisation, playback, external response or discharge, turning against itself or autoaggression, separate thinking, rationalization, reactive formation, reversion, regression, sexualization or instinctization, sublimation.*

*The interpretation of the notion of psychological protection of personality, which was considered by B. Banschikov, V. Bassin, F. Bassin, V. Vid, V. Volovyk, R. Zachepytyskiy, V. Rozhnov, V. Rothenberg, V. Tashlykov, I. Tonkonogii, B. Tsapkin is described.*

**Key words:** *psychological protection, personality, mechanisms of psychological protection, primary and secondary protective mechanisms.*

*Стаття надійшла 31 травня 2018 р.*