

Завацька Наталія Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної та практичної психології Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Северодонецьк;

Сербін Юрій Вікторович – старший викладач кафедри соціальної та практичної психології Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Северодонецьк.

УДК 159.923:159.938

Ковалёва М.В.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ВРЕМЕННЫХ ДЕЦЕНТРАЦИЙ С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАЩИТНЫМИ МЕХАНИЗМАМИ

В статье рассмотрены типы временных ориентаций – транспективной, перспективной, ретроспективной и проведен анализ проявления психологических защит. Составлен психологический портрет среднестатистического субъекта с выделенным нами классом временной ориентации и защитных механизмов.

Ключевые слова: *временная децентрация, психологическое время, психологические защитные механизмы, временная ориентации.*

Постановка проблемы. Децентрация является классической для психологии категорией, используемой для анализа процессов когнитивного развития личности, формирования ее моральной зрелости и процессов социализации. Механизм децентрации, как способность к восприятию точки зрения другого человека, являясь универсальным психологическим свойством, обеспечивает продуктивное поведение человека в процессе жизнедеятельности.

Понятие временной децентрации, по мнению исследователей, предложивших его эмпирическую разработку, является одним из центральных в проблематике психологического времени. Благодаря психологическим механизмам, обеспечивающим временное децентрирование человек способен «к объемному видению» каждого момента жизни с точки зрения любого другого момента, к целостному осознанию своего жизненного пути, к расширению своей картины времени жизни и ее осмыслению как в автобиографическом так и в историческом контекстах [1]. «Жить в прошлом» или «жить в будущем» фактически означает превращение психологического прошлого или будущего в настоящее. Такое взаимопревращение темпоральных составляющих психологического времени, возможно, с точки зрения Е.И. Головахи и А.А. Кроника, благодаря наличию у человека особых механизмов временной децентрации. Временная децентрация определяется учеными как способность личности взглянуть на свою жизнь с любой временной позиции, с любого хронологического момента времени жизни, даже с такого, который выходит за ее пределы.

Децентрация является классической для психологии категорией, используемой для анализа процессов когнитивного развития личности, формирования ее моральной зрелости и процессов социализации. Механизм децентрации, как способность к восприятию точки зрения другого человека, являясь универсальным психологическим свойством, обеспечивает продуктивное поведение человека в процессе жизнедеятельности. Децентрация предполагает

возможность отделения личного временного центра от момента хронологического настоящего и перенос этого центра в любой момент хронологического прошлого или будущего. Ярким примером временной децентрации является мысленное перенесение временного центра в момент, который будет предшествовать биологической смерти и, как результат такого переноса, — предвосхищение интегральной оценки своего жизненного пути с точки зрения этого последнего момента жизни [2].

Временная децентрация проявляется в способности взглянуть на свою жизнь с любого хронологического момента ее прошлого или будущего, а также момента отдаленного будущего, выходящего за ее границы. В контексте нашего исследования механизм децентрации обеспечивается за счет перехода системы с фиксированной на себе точкой отсчета времени, к системе с перемещающейся точкой отсчета [3, 4].

Анализ последних исследований и публикаций. Одним из основных в механизме временных децентраций является вопрос о моменте психологического «настоящего» как точки отсчета времени. Временные установки и ориентации отражают мотивационную и смысловую значимость прошлого настоящего и будущего в общей картине психологического времени. Они тесно связаны в аффективной насыщенности темпоральных структур, однако не сводятся к ним и имеют самостоятельное психологическое содержание, выполняющее функцию регуляции активности деятельности человека. Временная установка показывает знак настроенности человека (позитивный / негативный) по отношению к мотивационным объектам локализованным преимущественно в будущем [5].

Е.И. Головахой и А.А. Кроником описан и эмпирически подтвержден механизм децентрации субъективного восприятия настоящего, который проявляется в изменении точки обзора жизненного пути личности. Механизм децентрации обеспечивает подвижность личностного временного центра. Временная децентрация предполагает возможность отделения личного временного центра от момента хронологического настоящего и перенос этого центра в любой иной момент хронологического прошлого или будущего.

В настоящей работе будет использоваться классификация индивидуальных различий индивидов Б.И. Цуканова, в основу которой положен критерий субъективной скорости течения времени, т.е. субъективной скорости течения настоящего. В соответствии с этой классификацией выделяется: «спешащие» индивиды, для которых время течет быстро, они переживают дефицит времени, ориентированы в будущее; «точные» индивиды, для которых время «стоит» и им на все его хватает, ориентированы на настоящее; и «медлительные» индивиды — отмечают излишек времени, его медленное течение, ориентированы в прошлое [6].

Цель статьи — продемонстрировать взаимосвязь временных децентраций с психологическими защитными механизмами.

Изложение основного материала. Опираясь на теорию Б.И. Цуканова мы выделяем три личностных типа временной ориентации: транспективный, перспективный и ретроспективный. При транспективной временной ориентации полнота временного контекста жизни осмысливается из настоящего при сквозном видении прошлого и будущего. Согласно концепции Б.И. Цуканова такая временная ориентация будет характерна для индивидов, живущих настоящим.

Перспективная временная ориентация со стрелой времени из будущего через настоящее в прошлое соответствует смещенному временному центру в будущее и характерна для спешащих индивидов.

Ретроспективная временная ориентация со стрелой времени из прошлого через настоящее в будущее соответствует смещенному временному центру в прошлое и характерна для медлительных индивидов.

Таким образом, личностная временная ориентация определяется длительностью собственной единицы времени (тау-типом). С ней связано чувство личностного комфорта/дискомфорта темпоритма, динамики, организации, протекания жизнедеятельности. При этом, у личности с ее индивидуальной предрасположенностью к той или иной временной ориентации формируется механизм временной децентрации. Этот механизм обеспечивает переход от одной временной ориентации к другой, при доминировании наиболее комфортной, что дает возможность субъекту осуществлять адаптивные формы целеполагания и целеосуществления.

В нашей работе мы использовали методику «Временные децентрации» А.А. Кроника, Е.И. Головахи с определением личностного временного центра (ЛВЦ), экспериментальную методику Б.И. Цуканова по выявлению тау-типа. По результатам обследования выборка была разделена (дифференцирована) на три группы по личностному классу временной ориентации (табл. 1). На основе диагностических процедур были составлены порядковые шкалы.

Таблица 1

Распределение выборки по классу личностной временной ориентации

Концепции	Перспективная временная ориентация	Транспективная временная ориентация	Ретроспективная временная ориентация
Концепция Е.И.Головахи, А.А.Кроника	ЛВЦ в хронологическом будущем (n=41)	ЛВЦ в хронологическом настоящем (n=142)	ЛВЦ в хронологическом прошлом (n=92)
Концепция Б.И. Цуканова	Спешащие Тау - 0,7-0,86 (n=14)	Точные Тау - 0,87-0,93 (n=166)	Медлительные Тау - 0,94-1,1 (n=95)

Для определения подобности (идентичности) распределения выборки на множества по классам личностной временной ориентации с помощью методик, имеющих различное теоретическое обоснование, использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Корреляционный анализ показал подобие выделенных множеств ($r=0,903$, $p=0,000$). Для статистической проверки проведенной классификации также использовался дискриминантный анализ. Результаты дискриминантного анализа показали высокую прогностическую способность одной классификации относительно другой (89%).

Таким образом, полученные эмпирические результаты подтверждают выделенные классы личностной временной ориентации.

Тип временной ориентации – перспективная. При перспективной временной ориентации личность интегрирует самоорганизацию с организацией жизни на основе

перспективного видения. Будущее представляет для нее основную ценность, является интересным, полезным, значимым.

Тип временной ориентации – транспективная. Осмысление временного контекста жизни и интеграция самоорганизации с организацией жизни происходит на основе настоящего при сквозном видении прошлого и будущего. Основную ценность представляет настоящее.

Тип временной ориентации – ретроспективная. При ретроспективной временной организации личность интегрирует самоорганизацию с организацией жизни на основе прожитого жизненного опыта (пережитого прошлого). Основную ценность представляет прошлое. Оно завершенное, знакомое, наполненное воспоминаниями.

Проблема исследования бессознательных компонентов личности, к которым относятся психологические защитные механизмы всегда стояла в экспериментальной психологии и психодиагностике особенно остро из-за путаницы и неопределенности терминологического аппарата, проработанности отдельных вопросов психологической защиты, методического обеспечения диагностических процедур. Негативным фактором при разработке вопросов исследования механизмов психологической защиты является отсутствие единого мнения исследователей в отношении количества психологических защит и их инструментальных качеств.

Научный фундамент для исследования психологической защиты представлен в различных теориях и подходах. В нашем исследовании, не отрицая их уровень авторитетности, будет собрана соответствующая информация на основе эмпирического материала о психологической защите как фундаментальной стороне динамического аспекта личности с точки зрения ее конкретных механизмов, форм, функциональной роли в личностной структуре согласно экзистенциальной проблематики, связанной со временем жизни и категорией переживания. Согласно экзистенциальному подходу психологическая защита направлена на создание и поддержания внутреннего комфорта личности и трактуется как способность личности ограничивать травмирующие воздействия внешнего мира, обеспечивая адаптационные возможности в ситуации «несвободы». Личность обязана психологической защите сохранением целостности своего «Я». Ее детерминантой является восприятие своего места в мире как неудовлетворяющего экзистенциальные потребности, а, следовательно не обеспечивающего желаемого уровня притязаний, социальной оценки, признания [7].

Учитывая значимость феномена психологической защиты и несовпадение точек зрения на ее происхождение, закономерности и сущностные функциональные компоненты остановимся на принципах ее анализа, что позволит нам осуществить обобщение полученного эмпирического материала и обеспечить генезис разрабатываемой проблемы.

Являясь личностным феноменом, психологическая защита может быть адекватно проанализирована только на системном уровне. Принцип системности позволяет определить категориальное поле рассмотрения психологической защиты и архитектонику ее феномена при соответствующих содержательно-логических условиях развития. Основанием для системного рассмотрения психологической защиты является психологическая теория личности. При изучении механизма психологических защит объекта в рамках системного подхода возможны два взаимодополняющих направления. Первое направлено на изучение процессов развития системы и закономерностей ее функционирования. Второе направление уделяет свое внимание формированию системных качеств и их механизмов, как результирующих эффектов развития системы.

Психическое поведение, особенно его личностный уровень, отличается повышенной энтропией. Знание общих системных закономерностей позволяет прогнозировать и оптимизировать личность как слабоструктурированную систему. Рассмотрение механизма психологических защит в рамках системного подхода предусматривает выявление общей структуры и ее отдельных элементов, системообразующих компонентов, соотношений низших и высших уровней, подуровней, динамических связей, интеграцию и трансформацию отдельных подсистем в общую систему, закономерностей и механизмов диалектики исследуемого феномена. Именно эти вопросы остаются открытыми в проблеме психологической защиты.

Второй принцип, лежащий в основании научного анализа психологической защиты это принцип личностного подхода. Теоретический анализ понятия психологической защиты свидетельствует, что она является личностным образованием и детерминирована бессознательным уровнем регуляции деятельности. Особенностью психологической защиты является ее определяющая роль в формировании личности и поведения в условиях фрустрации. Это доказано многочисленными исследованиями.

В нашем исследовании психологические защиты будут изучаться как следствие фрустрации временем, которые возникают в силу противоречия личных желаний человека и ограничений, накладываемых временем в силу его текучести, необратимости и ритмической организации. Понимание психологической защиты как способа изменения личностного мировосприятия и поведения позволяет определить ее структуру как некую систему когнитивных, эмоциональных и поведенческих признаков, а не как набор случайных составляющих.

Третий принцип — принцип регулятивности, основанный на бессознательной природе психологической защиты. Следствием этого принципа является действие закона самоорганизации психологической защиты. Для защитного поведения характерна самоорганизуемость. Развитие происходит за счет аккумуляции внутренних и внешних факторов. Стратегия формирования и развития механизма психологических защит определяется субъективным уровнем тревожности, степенью стрессогенности ситуации, динамическими характеристиками психики, моделями поведения, накопленными в личном опыте. Таким образом, в основе анализа психологической защиты должно лежать представление о компонентной структуре саморегуляции.

Поскольку в настоящей работе психологическая защита рассматривается как феномен присущий любому здоровому человеку, обладающему определенными навыками самонаблюдения, наш выбор остановился на личностном опроснике «Индекс жизненного стиля — LSI» Р. Плутчека, Г. Келлермана, Г. Конте (R. Plutchik, H. Kellerman, H.R. Conte, 1979) в адаптации Е.С. Романовой, Л.Р. Гребенниковой [8]. При этом поставленные исследовательские задачи предполагали как количественную, так и специфическую оценку защитных механизмов.

Методика представляет собой опросник, состоящий из 97 утверждений, которые предполагают градации ответов «верно» или «неверно». Опросником диагностируется восемь основных механизмов защит, которые регулируются восьмью базисными эмоциями: отрицание — принятием, подавление — страхом, регрессия — удивлением, компенсация — печалью, проекция — отвержением, замещение — гневом, интеллектуализация — привидением, реактивное образование — радостью.

Анализ проявления психологических защит у лиц с разным типом личностной ориентации с помощью непараметрического *H*-критерия Крускала-Уоллеса показал статистически значимые различия по показателям «Отрицание» ($p<0,01$), «Подавление» ($p<0,01$), «Регрессия» ($p<0,01$), «Проекция» ($p<0,000$), «Замещение» ($p<0,01$). Статистически значимого различия в напряженности психологических защит между группами не наблюдается (табл. 2).

Таблица 2

**Сравнительный анализ показателей временной перспективы
для классов временной ориентации по *H*-критерию Крускала-Уоллеса**

Показатели	Ранги			χ^2	<i>p</i>
	Перспективная	Транспективная	Ретроспективная		
Отрицание	106,13	127,90	151,85	11,21	0,004
Подавление	96,93	135,60	144,32	11,44	0,003
Регрессия	155,56	137,98	113,35	10,06	0,007
Компенсация	144,10	137,48	119,46	4,18	0,124
Проекция	165,57	138,37	108,09	17,64	0,000
Замещение	145,70	141,43	112,65	9,10	0,011
Интеллектуализация	128,44	127,87	141,49	1,86	0,394
Реактивное образование	132,88	138,48	123,15	2,18	0,336
Напряженность психологических защит	128,00	140,59	122,19	3,27	0,195

Таким образом, между исследуемыми группами наблюдается специфические особенности в проявлении отдельных психологических защит.

На рис. 1 представлен анализ профилей среднестатистических значений МПЗ в группах с различными классами временной ориентации.

Профиль показывает, что наиболее высокое среднее значение показателя «Отрицание» наблюдается в группе с ретроспективной временной ориентацией ($M=7,69\pm0,24$); в группе с перспективной временной ориентацией среднее значение составляет $M=6,22\pm0,38$; в группе с транспективной временной ориентацией — $M=6,88\pm0,22$; среднестатистическое по выборке в целом — $M=7,04\pm0,15$. Результаты эмпирического исследования позволяют составить психологический портрет среднестатистического субъекта с выделенным нами классом временной ориентации.

Для группы с перспективной временной ориентацией доминирующими психологическими защитами являются проекция и регрессия при слабом использовании подавления. Во внутреннем плане характерно переживание чувства вины за проявление инициативы, самостоятельности, неуверенности и страха неудачи при индифферентном или негативном отношении со стороны окружающих.

Для группы лиц с транспективной временной ориентацией доминирующими типами защит являются проекция и отрицание при слабом использовании реактивного образования. Во внутреннем плане переживаний среднестатистической личности с транспективной

временной ориентацией доминируют переживания дефицита принятия и одобрения, чувство неловкости при индифферентном или негативном отношении окружающих.

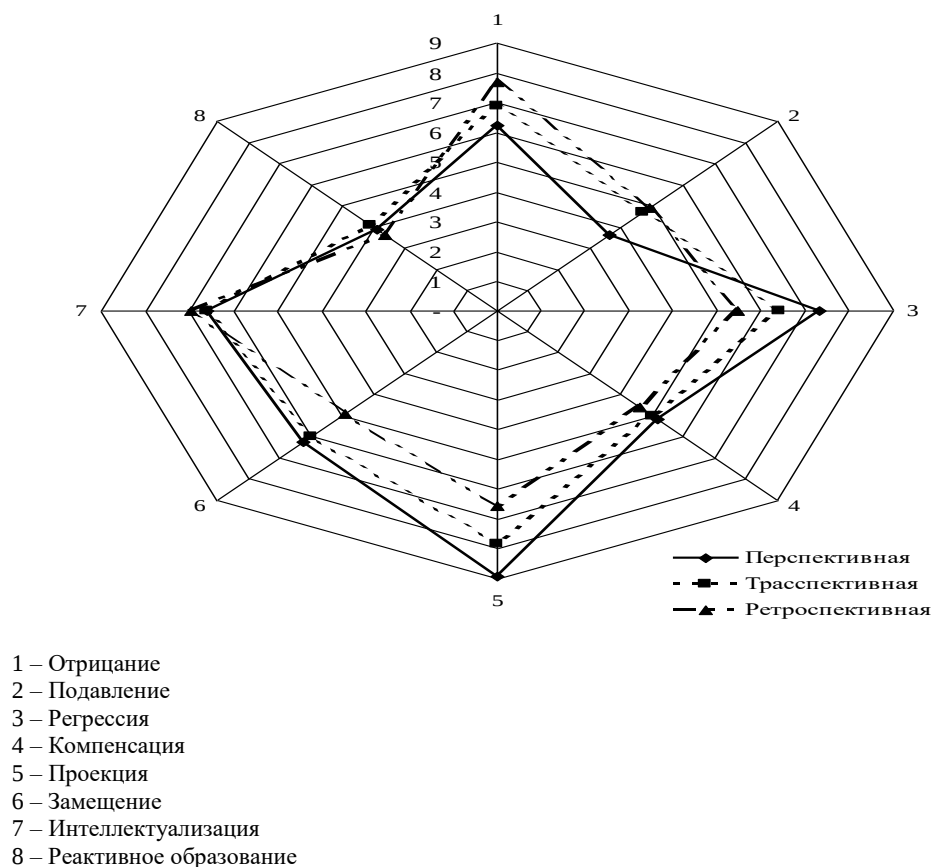


Рис. 1 Профили выраженности показателей механизмов психологических защит в группах с различной временной ориентацией

У группы лиц с ретроспективной временной ориентацией доминирующими типами защит являются отрицание и интеллектуализация при слабом использовании реактивного образования. Внутренний план среднестатистической личности с ретроспективной временной ориентацией характеризуется ожиданием неудачи, страхом пережить разочарование в связи с ней. Переживания усиливаются при отсутствии поддержки со стороны окружающих.

Литература

1. Головаха, Е.И. Психологическое время личности / Е.И. Головаха, А.А. Кроник. – К. : Наукова думка, 1984. — 207с.
2. Кроник А.А. Каузометрия: методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А.А. Кроник, Р.А. Ахмеров. – М: Смысл, 2003. – 284 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. –М.: Учпедгиз, 1946. – 596 с.
4. Элькин Д.Г. Восприятие времени. – М.: АПН РСФСР, 1962. – 310 с.
5. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Под ред. Д.А. Леонтьева / Ж. Нюттен. – М.: Смысл, 2004. – 608 с.
6. Цуканов Б.И. Время в психике человека / Б.И. Цуканов. – Одесса: «АстроПринт», 2000. – 217 с.
7. Субботина Л.Ю. Психология защитного поведения: моногр. / Л.Ю. Субботина ; Яросл. гос. ун-т. – Ярославль, ЯрГУ, 2006. 220 с.
8. Романова Е.С., Гребенников Л.Р. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика / Е.С. Романова, Л.Р. Гребенникова. – Мытищи, «Талант», 1996. – 144 с.

Транслітерація

1. Holovakha, E.Y. Psykholohycheskoe vremya lychnosty / E.Y. Holovakha, A.A. Kronyk. – К. : Naukova dumka, 1984. — 207s.
2. Kronyk A.A. Kauzometryya: metody samopoznanyya, psykhodyahnostyky y psykhoterapyu v psykholohyy zhyznennoho puty / A.A. Kronyk, R.A. Akhmerov. – М: Smysl, 2003. – 284 с.
3. Rubynshteyn S.L. Osnovy obshchey psykholohyy. –М.: Uchpedhiz, 1946. – 596 s.
4. Él'kyn D.H. Vospryyatyie vremeny. – М.: APN RSFSR, 1962. – 310 s.
5. Nyutten, ZH. Motyvatsyya, deystvye y perspektyva budushcheho / Pod red. D.A. Leont'eva / ZH. Nyutten. – М.: Smysl, 2004. – 608 s.
6. Tsukanov B.Y. Vremya v psykhyke cheloveka / B.Y. Tsukanov. – Odessa: «AstroPrynt», 2000. – 217 s.
7. Subbotyna L.YU. Psykholohyya zashchytnoho povedenyya: monohr. / L.YU. Subbotyna ; Yarosl. hos. un-t. – Yaroslavl', YarHU, 2006. 220 s.
8. Romanova E.S., Hrebennykov L.R. Mekhanyzmy psykholohycheskoy zashchyty: henezys, funktsyonyrovanye, dyahnostyka / E.S. Romanova, L.R. Hrebennykova. – Mytyshchy, «Talent», 1996. – 144 s.

Ковальова М.В.

Взаємозв'язок тимчасових децентрацій з психологічними захисними механізмами

У статті розглянуто типи тимчасових орієнтацій - транспективної, перспективної, ретроспективної та проведено аналіз прояву психологічних захистів. Складено психологічний портрет середньостатистичного суб'єкта з виділенням нами класом тимчасової орієнтації та захисних механізмів.

Ключові слова: тимчасова децентрація, психологічний час, психологічні захисні механізми, часова орієнтація.

Kovaleva M.V.

Interconnection of time decentration with psychological defense mechanisms

The article describes the types of temporal orientation - transsperspective, prospective, retrospective and analysis of manifestation of psychological defenses. Compiled the psychological portrait of the average of the subject with a dedicated class by us time orientation and protective mechanisms.

Key words: temporal decentration, psychological time, psychological defense mechanisms, temporal orientation.

Ковальова Марія Володимирівна – аспірант 4-го курсу кафедри загальної психології і психології розвитку особистості Одеського національного університету імені І.І. Мечникова.

УДК 159.923.2:17.036.2

Кононенко О.І.

ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ ВИДІВ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ ОСОБИСТОСТІ

В статті доведено, що провідним критерієм створення концепції перфекціонізму є багатовимірність його психологічної структури, що дозволили створити диференціацію видів перфекціонізму. В статті наголошується, що прагнення до високих стандартів саме по собі не є патологічним: індивід може отримувати задоволення від наполегливої праці, прагнення до саморозвитку, самовдосконалення, покращення результатів роботи, причому він приймає для себе факт наявності межі особистого самовдосконалення.

Ключові слова: перфекціонізм, особистість, глобальний перфекціонізм, парціальний перфекціонізм, прагнення до досконалості.

Постановка проблеми. Основною методологічною перешкодою на шляху до концептуалізації перфекціонізму в контексті загальнопсихологічного знання виступає відсутність теоретичної моделі, у рамках якої можливе представлення різних граней цього феномену в єдиному континуумі. Складність перфекціонізму як поняття, що використовується для опису прагнення особистості до самовдосконалення, полягає у його глобальності, оскільки даний вплив може охоплювати всі сфери життєдіяльності особистості, торкатися будь-яких сторін життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення феномену перфекціонізму пов'язується з такими іменами, як Д. Барнс, П. Гевітт, Д. Джонсон, Дж. Ешбі, М. Моблі, В. Паркер, До. Райс, Р. Слені, Х. Стампф, Дж. Тріппі, Р. Фрост, Г. Флетт. У останні десятиліття на зміну традиційному уявленню про перфекціонізм як негативний феномен (Р. Hweitt, G. Flett, S. Blatt, B. Kerr, S. Peters, J. de Lise, R. Freeman, D. Burns, M. Adderholt-Elliot, B. Clark, S. Conarton) прийшов типологічний підхід, що припускає виділення «нормального» і «патологічного» типів перфекціонізму (К. Debrovski, T. Piechovsky, S. Peters та ін.). Аналіз зарубіжних та вітчизняних досліджень, присвячених проблемам перфекціонізму, дозволив нам сформулювати основні положення концепції перфекціонізму, які, на наш погляд, найбільш повно та різнобічно характеризують даний складний та неоднозначний феномен.

Мета статті – представити диференціацію видів перфекціонізму та дати їм змістовну характеристику.