

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ ЯК ОСНОВНА УМОВА КОРЕКЦІЇ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ СТРЕСОВИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ

У статті на основі теоретичного аналізу базових положень основних психологічних концепцій щодо проблеми теорії психологічного захисту розглядаються значення, функції та психологічна сутність захисних механізмів особистості. Зазначається можливість появи зовнішніх впливів, які фруструють задоволення базових потреб, що призводить до надінтенсивного використання будь-якого типу Его-захисних механізмів і обумовлює неможливість успішної адаптації особистості в умовах, що вимагають інших форм поведінки.

Ключові слова: посттравматична корекція, захисні механізми особистості.

В статье на основе теоретического анализа базовых положений основных психологических концепций относительно проблемы теории психологической защиты рассматриваются значение, функции и психологическая сущность защитных механизмов личности. Отмечается возможность появления внешних воздействий, которые фрустрируют удовлетворение базовых потребностей, что приводит к сверхинтенсивному использованию любого типа Эго-защитных механизмов и обуславливает невозможность успешной адаптации личности в условиях, которые требуют других форм поведения.

Ключевые слова: посттравматическая коррекция, защитные механизмы личности.

Based on the theoretical analysis of basic categories of principal psychological propositions concerning the problem of psychological defense theory the definitions, the functions and the psychological essence of personality defense mechanism have been examined in the article. The possibility of existence of outer influences frustrating basic needs pleasure that causes intensive application of any Ego-defense mechanisms type and stipulates for impossibility of successful adaptation of personality under conditions demanding other forms of behaviour.

Keywords: post-traumatic correction, defense mechanism of personality.

Постановка проблеми у загальному вигляді. На сьогодні у вітчизняній психології з'являється досить значна кількість робіт, що присвячені різним аспектам функціонування психологічного захисту у структурі особистості. Інтерес дослідників до цієї проблеми пов'язаний із тим, що цей механізм здійснює істотний вплив на вирішення зовнішніх і внутрішніх конфліктів, і, зокрема, бере активну участь у процесах соціально-психологічної та інтрапсихічної адаптації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано рішення даної проблеми і на які спирається автор.

У сучасних дослідженнях розглядаються різні точки зору щодо сутності, функцій і особливостей механізмів захисної поведінки. Уявлення про психологічний захист використовуються не тільки для пояснення феноменів у практиці психокорекції, що були емпірично виділені [1; 2; 3], але й теоретично вводяться у контекст загальнопсихологічних концепцій установки [4; 5; 6], відносин особистості [7], переживання [8], самооцінки [9]. В психологічних джерелах представлена семіотична [10] і психофізіологічна [11] інтерпретація захисних механізмів. До психологічного захисту звертаються і для

пояснення деяких станів психіки і свідомості, а також – причин формування тих чи інших особистісних рис. Підхід до психологічної сутності захисних механізмів багато в чому визначається науковою парадигмою, в якій працює дослідник. Оскільки це положення набуває для нас принципового значення, ми визначили за необхідне розглянути і проаналізувати базові положення основних психологічних концепцій, у межах яких розглядаються проблеми теорії психологічного захисту.

Мета статті.

Здійснити аналіз базових положень основних психологічних концепцій, у межах яких розглядаються проблеми теорії психологічного захисту, та виявити основні сутнісні психологічні характеристики захисних механізмів психіки особистості.

Результати дослідження.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Термін «захист» уперше згадується в 1893 році у роботі Y. Breuer, S. Freud «Попередні повідомлення». У 1894 році у книзі «Захисні нейропсихози» S. Freud використовує це поняття для опису боротьби Я проти хворобливих або нестерпних думок і афектів. Пізніше цей процес він називає «витісненням» – терміном, якого до психоаналізу в науці не існувало. Спочатку

цей механізм був єдиним психологічним захистом, функція якого полягала у придушенні різного роду впливів, що викликали відчуття насолоди, але є несумісними з вимогами Суперого, які мають більшу силу, ніж енергія Ід. Таким чином, сутність витіснення полягає у видаленні і усуненні будь-якого змісту зі свідомості. Пізніше, у додатку до роботи «Придушення, симптоми і неспокій» S. Freud проводить диференціацію психологічних захистів, де, разом із придушенням, виділяє такі типи захисної поведінки, як: ізоляція, заперечення, проекція та ін. У цьому дослідженні були визначені феноменологія, мета і психологічний суб'єкт захисту.

У психоаналітичній теорії психологічні захисти реалізують взаємовідносини між свідомим і несвідомим як конфліктуючими структурами психіки. Свідомість впливає на несвідоме за допомогою витіснення, що є своєрідним захистом від неприпустимих інстинктивних потягів Ід. Несвідоме здійснює вплив на свідомість за допомогою механізмів захистів, що трансформують витиснені потяги у форми, які є прийнятними для реалізації в поведінці і свідомості (раціоналізація, проекція, ізоляція тощо). Таким чином, у цій теоретичній конструкції поняття «захист» визначає певну функцію у структурі психіки, яка має природну сутність.

Роботи S. Freud щодо дослідження психологічної сутності захисних механізмів продовжила A. Freud [12], яка створила цілісну теоретичну систему, де Его-захисти розглядаються як перцептивні, інтелектуальні, рухові автоматизми різного ступеню складності, що виникають у процесі мимовільного і довільного навчання. Активізація психозахисних реакцій є результатом надмірного впливу на Его особистості з боку спонук і афектів. A. Freud указує, що у цьому випадку Его особистості реагує виникненням певного роду страхів: 1) страх перед руйнівними домаганнями інстинктів несвідомого (страх Его перед Ід); 2) тривожні стани, що викликані почуттям провини і сорому (страх Его перед Суперого); 3) страх перед реальними вимогами дійсності. Ці стани детермінують активізацію певних захисних механізмів.

Заслугою A. Freud є виділення перших критеріїв класифікації психологічних захистів, таких, як локалізація загрози Я, термін утворення в онтогенезі, ступінь конструктивності тощо. Уперше в цій теорії

була висвітлена проблема психологічних захистів у нормі та патології індивідуального розвитку. Визначального значення в утворенні Его-захистів набувають травматичні події ранніх міжособистісних відносин. Значною мірою ця ідея знайшла своє відображення в теорії неортодоксального психоаналізу, де визнається, що основний вплив у генезисі механізмів психологічних захистів має сім'я як психосоціальний посередник суспільства, який покликаний за допомогою гетерономного втручання у розвиток дитини актуалізувати різні механізми Его-захистів як засоби соціальної адаптації.

У цій концепції були виділені такі психологічні об'єкти захисту: 1) захищеність; 2) повноцінність; 3) незалежність; 4) ідентичність (ухвалення та самоприйняття). Друге базове положення цієї теорії полягає у тому, що спочатку психозахисне функціонування формується як спосіб компромісного співіснування індивіда із зовнішньою соціальною реальністю та ефективною адаптацією. Цей підхід пояснює і той факт, що під час порушень на ранніх етапах соціалізації актуалізується аномальне функціонування Его-захистів, що призводить до стану дезадаптації при зміні первинних умов життєдіяльності.

Тривалий час у СРСР психоаналіз не розглядався як наукова психологічна концепція, що й спричинило неприйняття терміну «психологічний захист», або його підміни на визначення «психологічний бар'єр», «захисні реакції», «компенсаторні механізми». Пізніше, у межах теорії діяльності цей феномен став дійсно предметом наукових розробок.

Одним з перших, хто почав займатися питаннями теорії Его-захистів на теренах СРСР, став Ф. В. Басейн [4], який розглядав дію психологічних захистів як нормальний механізм, що повсякденно функціонує та має величезне значення під час зняття напруг різного виду. Активізація певних типів захисного реагування здатна запобігати дезорганізації поведінки, що виникає не тільки під час зіткнення свідомих і несвідомих структур, але й у випадках протистояння між цілком усвідомлюваними настановами. Таким чином, основною функцією психологічних захистів у теорії Ф. В. Басейна є перебудова системи установок, що спрямована на усунення надмірної емоційної напруги та запобігання дезорганізації поведінки. У результаті цих

змін чинники, що викликають емоційну напругу, втрачають суб'єктивну значущість. У випадку, якщо внутрішній дискомфорт пов'язаний з неможливістю реалізувати у своїй поведінці певну емоційно значущу установку, що була сформована раніше, Его-захисні механізми покликані нейтралізувати цю напругу через створення іншої високоенергетичної установки, у межах якої суперечність між первинним прагненням і перешкодою усувається. Отже, основний внесок цієї теорії полягає у трактуванні психологічних захистів як нормального механізму, що повсякденно працює не тільки на рівні несвідомих структур, але й під час включення свідомих психічних процесів.

Деяко пізніше у радянській психології існувала протилежна система поглядів щодо значення захисних механізмів під час онтогенезу. Так, Ф. Ю. Василюк [8], В. С. Ротенберг [11], В. О. Ташликов [13], розглядають активізацію Его-захисного реагування як визначально непродуктивний процес, що обмежує оптимальний розвиток особистості. На думку авторів, високоорганізоване функціонування цих механізмів забезпечує душевну рівновагу без самореалізації, або саморозвиток, що ускладнений наявністю загрози цілісності та розщеплення «Я-образу».

Е. І. Кіршбаум та О. І. Еремєєва [14] вказують на негативне значення психологічних захистів, оскільки психозахисна поведінка, на їх думку, завжди є спрощенням ексквізиту і призводить до уявного вирішення ситуації. Це викликає ілюзорне полегшення від застосування певного механізму і призводить до його закріплення як навички поведінки і звички вирішувати аналогічні ситуації саме таким психозахисним способом. Так набувається тенденція до самовідтворювання і перенесення Его-захистів на схожі ситуації та стани. Як наслідок, використання психологічних захистів, на думку авторів, гальмує або позбавляє людину особистісного розвитку.

Р. О. Зачепицький [15] розглядає дію Его-захистів як слабкість здорової людини і показник її нездатності протистояти несприятливим умовам дійсності. Як приклад, що ілюструє цю точку зору, автор наводить історичний феномен первісного анімізму як прийом психозахисної поведінки – засоби пасивної ілюзорної оборони.

У зв'язку з різними підходами до значення психологічних захистів у процесі

розвитку особистості і на етапах подолання наслідків травматичних впливів, ми вважаємо за необхідне класифікувати психологічні захисти на деструктивні (призводять до виникнення неадекватних форм адаптації й відрізняються неусвідомлюваністю, ригідністю та стереотипністю використання), і конструктивні адекватні Его-захисти (такі, що забезпечують стабільність «Я-образу» і процесів соціальної та біологічної адаптації). Ступенем адекватності психозахисних механізмів можна вважати ширину їх репертуару, гнучкість, а також ступінь усвідомленості в їх функціонуванні, розвиненість різних форм рефлексії та диференційованість особистісної самооцінки. Значною мірою ефект від активізації психологічних захистів залежить від інтенсивності їх дії та підпорядковується нелінійному закону: до певного ступеня вираженості Его-захисту його ефект є позитивним, після виходу рівня напруженості за оптимальні межі настає зворотний результат його дії.

Ще одна модель, на якій нам би хотілося зупинитися під час опису основних теорій психологічних захистів, є психотерапевтичний напрям К. Роджерса [16]. У цьому випадку мета коректувальної роботи полягає не у виявленні і аналізі внутрішніх конфліктів особистості, а у створенні умов для самоприйняття та самоактуалізації особистості. Емпіричний факт існування конфліктів і тривожності інтерпретується як неконгруентність самості та досвіду, джерело якої є в зоні дії психологічних захистів. Его-захисні механізми виконують функції підтримки самості за рахунок недопущення до усвідомлення певної інформації, не сумісної з уявленнями індивіда про себе. Ситуація повної безпеки і довіри, яка створюється засобами недирективної психотерапії, спонукає до зняття захисту та асиміляції досвіду в структурі самості. У цьому випадку у людини виникає нове бачення реальності, тобто досвід перетворює конфліктну позицію на матеріал для роботи з самою собою.

Проблема норми та патології під час використання захисного реагування досить вдало розроблена у структурній теорії механізмів психологічних захистів R. Plutchik [17], яка у сучасній психології визнається одним з найбільш цікавих і евристично цінних підходів. Автор розглядає Его-захисти як послідовне

Питання психології

спотворення когнітивної та афективної складових образу ексквізитної ситуації з метою послаблення емоційної напруги, що загрожує індивідові у випадку, якщо б ситуація була б відображена з гранично можливою для нього відповідністю з реальністю. У запропонованій концепції психологічні захисти включені у схему когнітивно-емоційного функціонування. Такий підхід обумовлений тим, що суб'єктивне спотворення реальності може відбуватися у декількох напрямках: 1) небажана інформація ігнорується або не сприймається; 2) небажана інформація сприймається, але піддається суб'єктивному придушенню або забувається; 3) небажана інформація сприймається, допускається у систему запам'ятовування, але інтерпретується зручним для індивіда способом.

Головним положенням цієї теорії є розгляд емоцій як базисних адаптивних патернів, які являють собою основу формування філогенетичних обумовлених реакцій (втеча, напад, заклик про допомогу тощо). У свою чергу, специфічні Его-захисні механізми ідентифікуються як похідні від базових емоцій. У цьому випадку дія психологічних захистів спрямована на регулювання афективних форм реагування. В еволюційній теорії R. Plutchik аналізується вісім основних емоцій, які є консервативними способами реагування в конкретних ситуаціях, що постійно повторюються, і відповідні їм вісім варіантів Его-захисної поведінки.

Автор пропонує таку комплексну послідовність утворення базових психозахисних механізмів (табл. 1).

Таблиця 1

Комплексна послідовність утворення базових психозахисних механізмів

Базисна емоція	Переоцінка стимулів	Захисний механізм	Характеристика захисту	Результат
Страх	«Мені це не знайомо»	Придушення	«Не пам'ятай про це»	Знецінення
Гнів	«Ось хто у всьому винен»	Заміщення	«Напади на щось, що заміщає це»	Помста, покарання, знецінення
Огида	«Всі люди порочні»	Проекція	«Звинувать це»	Відкидання
Печаль	«Зате я...» «Все одно я...»	Компенсація	«Намагайся придбати це»	Відкидання
Очікування	«Все пояснюється»	Інтелектуалізація	«Переосмисли це»	Знецінення
Здивування	«Ви зобов'язані мені допомогти»	Регресія	«Плач про це»	Знецінення
Радість	«Все, що пов'язане з цим, є огидним»	Реактивне утворення	«Оберни це в протилежне»	Покарання, відкидання
Прийняття	Оцінки немає	Заперечення	«Мрій про це»	Байдужість, відкидання

Одну з найважливіших функцій у процесі формування індивідуальних варіантів захисного реагування автор цієї концепції відводить вирішенню універсальних проблем адаптації, які розглядаються як екзистенціальні кризи. У цьому випадку норма і патологія захисного функціонування залежить від того, наскільки вдалося особистості на різних етапах онтогенезу з їх допомогою реалізувати базисні психологічні потреби, що мають екзистенціальний характер.

Однією з найважливіших проблем, що розглядаються в емоційно-еволюційній теорії, є процес розвитку психологічних захистів на різних етапах онтогенезу. У загальній теорії Его-захисних механізмів ця проблема являє для дослідників великий інтерес, оскільки дає змогу виявити закономірності, чинники і механізми

розвитку індивідуального стилю захисного реагування.

Уперше процес утворення психозахисних механізмів як результат впливу травматичного досвіду ранніх міжособистісних відносин розглядався у теорії А. Freud [12]. Автор пропонує таку хронологічну класифікацію формування психозахисної поведінки:

1. Передстадія психологічних захистів (до закінчення 1-го року).
2. Механізми проекції та інтроекції (1-2 роки).
3. Механізми витіснення та інтелектуалізації (2-3 роки).
4. Механізми реактивного утворення та сублімації (3-5 років).

У сучасній теорії психологічних захистів найбільш вивченим аспектом цієї проблеми є вплив ранніх міжособистісних відносин на

процес формування суб'єктивного стилю психозахисної поведінки, а саме – батьківських установок як прояву ранніх інтерперсональних зв'язків індивіда. Через нав'язування цих установок батьки мають можливість здійснювати гетерономний (тобто такий, що суперечить природному розвитку) вплив на свою дитину.

О. Т. Соколова [18] зводить всі види батьківського впливу до відчуження і емоційного симбіозу, які блокують тенденцію до приєднання і відділення відповідно. У першому випадку мати є фрустратором базисної потреби у безпеці і довірі до світу, а, отже, перешкоджає виразу спонтанної реалізації потреби у приєднанні, афіліації, безпеці і прийнятті, що, зрештою, негативно відображається на становленні позитивного «Я-образу».

О. С. Романова, Л. Р. Гребенніков [19] до позитивного «Я-образу» відносять такі складові як:

Я – захищений, такий, що знаходиться у безпеці, благополучний, здоровий, «безсмертний»;

Я – самостійний, незалежний, вільний, у чомусь такий, який перевершує всіх решту;

Я – красивий, такий, який приймається, коханий, «чарівний».

Гетерономний вплив батьківських установок на соціальному і психологічному рівнях ставить під загрозу позитивне самосприйняття дитини і змушує його адаптуватися до цієї ситуації за допомогою освіти і інтенсивного використання Его-захистів. У результаті актуалізуються такі зовнішньоспрямовані механізми, як проєкція, активні форми компенсації та реактивного утворення, або внутрішньоспрямовані захисти: заперечення, пасивні форми компенсації та реактивного утворення.

Психологічний симбіоз блокує більш пізню потребу особистості у відділенні. Така батьківська установка має у своїй основі страх втрати дитячої складової як частини власного Я. Дитина вимушена використовувати механізми заміщення, регресії, що передбачають зовнішньоспрямовані дії або протилежні їм інтелектуалізацію і придушення.

В. Г. Каменська [20], ґрунтуючись на теорії відомого дослідника онтогенезу психологічних захистів Ф. Крамера, описує цей процес як зміну примітивного захисного реагування на вищі форми Его-захистів. Першими, згідно психогенетичного закону, у психічному і соціальному розвитку дитини

формується примітивні захисні реакції, які значною мірою визначаються психофізіологічними особливостями дитячої психіки. Таким чином, основою простих захистів (до переліку яких автор включає заперечення, витіснення, регресію і заміщення) є особливості фізіологічних процесів, що рано спостерігаються у поведінці дитини. Значна частина цих проявів так чи інакше пов'язана з функціонуванням моторних і сенсорних механізмів, якими дитина інстинктивно користується, щоб полегшити свій емоційний стан у ситуаціях вираженого конфлікту або нервово-психічних перевантажень і втоми. Так, сон є одним з найперших психологічних захистів, що покликаний захистити мозок і психіку новонародженого від сенсорних і емоційних перевантажень. Гарний сон є основою збереження психічного і соматичного здоров'я, а його порушення є першими ознаками неблагополуччя ще до появи чітко окресленої симптоматики. У процесі дорослішання дитини, на основі механізмів, що забезпечують фізіологічно нормальний сон, розвиваються процеси заперечення. Автори допускають, що у емоційно збалансованої дитини з сангвінічним темпераментом у якості основного захисту функціонуватиме заперечення.

Наступним примітивним захисним механізмом є витіснення, яке, на думку авторів, є одним з найбільш діагностично несприятливих. Цей захист часто є в основі дефектів розвитку психосенсорних процесів і обумовлює затримку психічного розвитку дитини. Отже, використання витіснення як провідного і єдиного Его-захисного механізму є ознакою несприятливого нервово-психічного розвитку дитини.

В. Г. Каменська [20] вважає одним з найбільш типологічно обумовлених захистів психологічні механізми заміщення. Цей захист легко формується у активних і агресивних екстравертів холеричного темпераменту. На сьогодні у психогенетиці, патофізіології і нейропсихології вже накопичено достатньо фактів, які підтверджують, що агресивність як риса особистості визначається не тільки соціальними умовами виховання, але й особливостями дозрівання і функціонування гормональної системи, яка знаходиться під генетичним контролем. Отже, заміщення як форма психологічного захисту багато в чому обумовлено спадковим генетичним чинником.

Питання психології

Ф. Крамер у своїх експериментальних дослідженнях показує, що найбільш поширеними у дошкільному віці способами зниження емоційної напруженості є заперечення і заміщення. Дещо пізніше, у шкільному віці до цих психологічних захистів приєднується ще один – проекція, яка займає домінуюче положення у підлітків. Як наслідок цього, проглядається певна динаміка різних типів психологічних захистів, яка спрямована на своєчасне включення вищих форм захисної поведінки, що є нормою соціального розвитку [21].

Е. Еріксон пропонує свою хронологічну послідовність становлення Его-захистів в онтогенезі [22]. У цій теорії основна увага приділяється ролі психологічних захистів у задоволенні базових потреб (або вирішенні універсальних проблем адаптації) на різних етапах розвитку особистості. Реалізація або фрустрація базових потреб у відповідні сенситивні періоди онтогенезу викликають різні за полярністю переживання і, у разі їх травмуючого характеру, забезпечують появу відповідних механізмів психологічних захистів (табл. 2).

Таблиця 2

Розвиток психологічних захистів в онтогенезі (за теорією Е. Еріксона)

Віковий етап розвитку	Альтернатива. Базова потреба	Тип психологічного захисту
Перший рік життя	Довіра-недовіра до світу. Потреба в симбіозі, безпеці, афіліації	Галюцинації, сновидіння. Передумови до утворення захистів групи компенсації. На початку 2-го року – заперечення, проекція
Другий-третій роки життя	Самостійність-нерішучість. Потреба в свободі, автономії, відділенні	Заміщення і придушення
Четвертий-пятий роки життя	Заповзятливість-відчуття провини, умлість-неповноцінність	Інтелектуалізація і регресія
Шостий-одинадцятий роки життя	Потреба у самостійному пізнанні світу, компетентності, поінформованості, значущості	
Дванадцятий-тринадцятий роки життя	Статеворольова ідентичність-дифузія ідентичності та сплутаність ролей. Потреба у прийнятті та самоприйнятті	Захисти групи компенсації та реактивного утворення

Висновки. Проведений нами аналіз основних напрямів дослідження проблеми активізації психологічних захистів у процесі індивідуального розвитку особистості дає змогу сформулювати такі висновки:

1) у сучасній психологічній науці не існує єдиної точки зору щодо значення, функцій та психологічної сутності захисних механізмів. Більшість авторів розглядає феномен психологічних захистів як полякісне явище, дія якого спрямована на встановлення менш хворобливого відношення особистості до травматичних або неприйнятних для свідомості переживань, на зниження емоційної напруги та збереження стабільного «Я-образу»;

2) у структурі психологічних функцій особистості дія Его-захисних механізмів може здійснюватися на нормальному та патологічному рівнях, що визначається ступенем інтенсивності, стереотипності та усвідомленості їх використання, а також потенційними можливостями особистості у

виборі ситуаційно-значущих варіантів психозахисної поведінки;

3) активізація психологічних захистів набуває істотного значення у процесі соціально-психологічної та інтрапсихічної адаптації особистості;

4) більшістю сучасних дослідників визнається факт існування примітивних і вищих форм психозахисного реагування. За законами еволюції примітивні психологічні захисти формуються першими і є детермінованими психофізіологічними особливостями особистості;

5) у процесі онтогенезу можливою є поява зовнішніх впливів, які фруструють задоволення базових потреб, що призводить до надінтенсивного використання будь-якого типу Его-захисних механізмів і обумовлює неможливість успішної адаптації особистості в умовах, що вимагають інших форм поведінки. Їх розгляд і є **перспективою подальших розвідок у даному напрямку.**

Література

1. Воловик В. М. О функциональной диагностике психических заболеваний // Новое в теории и практике реабилитации психических больных. – Л., 1985. – С. 26-32.
2. Зачепиский Р. А. Социальные и биологические аспекты психологических защит // Социально-психологические исследования в психоневрологии / под ред. Бажина Е. Ф. – Л., 1980. – С. 22-27.
3. Добрович А. Б. Общение: наука и искусство. – М.: Яуза, 1996. – 254 с.
4. Басейн Ф. В. О силе «Я» и психологической защите // Вопросы философии. – 1969. – №2. – С. 118-126.
5. Рожнов В. Е. К теории эмоционально-стрессовой психотерапии // Исследования механизмов и эффективности психотерапии при нервно-психических заболеваниях. – Л., 1982. – С. 10-15.
6. Бурно М. Е. Клиническая психотерапия. – М.: Акад. проект: ОППЛ, 2000. – 719 с.
7. Карвасарский Б. Д. Неврозы: руководство для врачей. – М.: Медицина, 1990. – 573 с.
8. Василюк Ф. Е. Типология переживания различных критических ситуаций // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – № 5. – С. 104-115.
9. Столин В. В. Самосознание личности. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1983. – 285 с.
10. Цапкин В. Н., Братусь Б. С. Психологические проблемы изучения и коррекции аномалий личности: Учебно-методич. пособие. – М.: Изд-во МГУ, 1988. – 86 с.
11. Ротенберг В. С. Адаптивная функция сна при эмоциональных стрессовых и невротических состояниях. Автореф. дис... д-ра мед. наук. – М., 1979. – 34 с.
12. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. – М.: Педагогика-Пресс, 1993. – 140 с.
13. Ташлыков В. А. Психология лечебного процесса. – Л.: Медицина, 1984. – 191 с.
14. Киришбаум Э. И., Еремеева А. И. Психологическая защита. – М.: Смысл, 2000. – 181 с.
15. Зачепиский Р. А. Социальные и биологические аспекты психологических защит // Социально-психологические исследования в психоневрологии / под ред. Бажина Е. Ф. – Л., 1980. – С. 22-27.
16. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Прогресс, 1998. – 480 с.
17. Plutchik R. The emotions: facts, theories, and a new model. – N. Y.: Random House, 1962.
18. Соколова Е. Т. К проблеме психотерапии пограничных личностных расстройств // Вопросы психологии. – 1995. – №2. – С. 92-105.
19. Романова Е. С., Гребенников Л. Р. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика. – М., 1996. – 139 с.
20. Каменская В. Г. Психологическая защита и мотивация в структуре конфликта. – СПб., 1999. – 143 с.
21. Cramer Ph. Evidence for change in children's use of defence mechanisms // Journal of personality. 1997. V. 65. №2. P. 233-249.
22. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Прогресс, 1996. – 342 с.