

УДК 155.419.3

**Таций В. М.**

здобувач кафедри диференціальної і спеціальної психології  
Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

## ОСНОВНІ ЕМПІРИЧНІ ГАРАНТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ЗАХИЩЕНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Стаття присвячена аналізу феномену психологічної захищеності в контексті основних здобутків сучасної психології. Автором виділено та коротко схарактеризовано основні емпіричні гаранті, що розкривають семантику досліджуваного явища та дозволяють побудувати його емпіричну модель.

**Ключові слова:** психологічна захищеність, приналежність до групи, самооцінка, рівень домагань, надситуативна активність, атрибуція відповідальності, тривожність.

Провідними емпіричними гарантами психологічної захищеності виступають адекватна самооцінка, рівень домагань та почуття приналежності до групи, схильність до надситуативної активності, відповідна атрибуція відповідальності, відсутність підвищеної тривожності

Зупинимось на кожному з них.

**Адекватна самооцінка та почуття приналежності до групи.** Самооцінка розуміється як найважливіше утворення особистості, яке бере безпосередню участь у регуляції людиною своєї поведінки й діяльності, як автономна характеристика особистості, її центральний компонент, який формується при активній участі самої особистості й відображає якісну своєрідність її внутрішнього світу. Прийняті особистістю цінності складають ядро самооцінки, що визначає специфіку її функціонування як механізму саморегуляції й самовдосконалення. З іншого боку, самооцінка характеризується як стрижень процесу самосвідомості, показник рівня її розвитку (Б. Г. Ананьев).

У самооцінці бачать проєкцію якостей, що усвідомлюються, на внутрішній еталон [1], зіставлення своїх характеристик із ціннісними шкалами, форму відображення ставлення до себе, особистісну думку про власну цінність, позитивну або негативну установку на себе, рівень власної гідності, засіб і підсумок формування «образу-Я» або «Я-концепції» [1].

Згідно з індивідуальною теорією особистості А. Адлера, все, що роблять люди, має на меті подолання почуття власної неповноцінності. Комплекс поведінкової активності, спрямованої на подолання неповноцінності, А. Адлер називає стилем життя. Стиль життя міцно закріплюється у віці чотирьох-п'яти років і згодом не піддається тотальній корекції, людина тільки вдосконалює й розвиває основну структуру, закладену в ранньому дитинстві [2].

Низка умов (неповноцінність органів, природжений фізичний дефект, надмірна опіка або нехтування з боку батьків) може призвести до того, що

відчуття неповноцінності ляже в основу формування комплексу неповноцінності — перебільшеного почуття власної слабкості й неспроможності. У цьому випадку людина стає підвищено тривожною, не відчуває себе в безпеці, у неї формується стиль життя, який А. Адлер назвав помилковим. Життя в цьому випадку пов'язане з почуттям постійної загрози самооцінці, і людина починає прагнути до особистої переваги. Накопичення успіху, престижу й похвал стає більш важливим, ніж конкретні досягнення. У випадках, коли захист самооцінки, що знаходиться під загрозою, загострюється, індивід може почати вірити в те, що він перевершує інших, і діяти відповідно до цього переконання або може прагнути до переваги, принижуючи інших [2].

В гуманістичній теорії особистості А. Маслоу ключовим є поняття самоактуалізації [5]. Потреба самоактуалізації, за А. Маслоу, є вершинною в ієрархії потреб. Вона може бути усвідомлена і може служити мотивом поведінки тільки в тому випадку, якщо будуть задоволені потреби більш низьких рівнів: фізіологічні потреби, потреби безпеки й захисту, потреби належності й любові, потреби самоповаги тощо. Потреба самоповаги може бути задоволена тільки в тому випадку, коли в достатній мірі задоволені потреби підтримки життя; потреби в організації, стабільності, в законі й порядку, в передбачуваності подій і у свободі від таких загрозливих сил, як хвороба, страх і хаос; потреби належності до групи, потреби любити й бути любимим. Якщо ж перестають задовольнятися потреби більш низького рівня, людина повертається на цей рівень і залишається там доти, доки ці потреби не будуть в достатній мірі задоволені.

У феноменологічній теорії К. Роджерса центральне місце займає поняття «Я-концепція», під яким розуміється організований, послідовний концептуальний гештальт, складений зі сприймань властивостей «Я», сприймань взаємовідносин «Я» з іншими людьми і з різними аспектами життя, а також цінностей, пов'язаних із цими сприйняттями (цит. по [6]). Особливу увагу К. Роджерс приділяє тому, як оцінка індивіда іншими людьми впливає на розвиток позитивної або негативної Я-концепції. В якості умов, важливих для розвитку Я-концепції, виділяються потреба в позитивній увазі, умови цінності і безумовне прийняття.

Потреба в позитивній увазі полягає в необхідності бути любимим і прийнятим іншими. Якщо діти, відчуваючи потребу в любові й схваленні, діють проти власних інтересів, це може приводити їх до уявлення про себе як про створених для того, щоб задовольняти інших людей. У тому випадку, якщо дитина завжди відчуває себе прийнятою, навіть якщо якісь дії їй забороняються, вона не відчуває спонукання відторгати від себе непривабливі частини свого «Я».

Основою розвитку особистості, здатної до актуалізації, К. Роджерс вважає безумовне прийняття, яке передбачає, що людину приймають і поважають за те, яка вона є, без будь-яких застережень. При цьому батьки можуть виражати дитині своє несхвалення за певні вчинки на фоні загальної любові й поваги до її почуттів. За таких умов виховання у дитини виникає безумовне прийняття себе, що дозволяє розвивати свої власні цінності і

будувати поведінку відповідно до своїх реальних переживань, незалежно від оцінок інших.

Дж. Мід, родоначальник інтеракціоністської орієнтації у психології стверджував, що самосвідомість — це процес, в основі якого лежить практична взаємодія індивіда з іншими людьми. Він вважав, що індивід пізнає себе з точок зору інших членів певної соціальної групи, які він засвоює в рамках суспільної діяльності. Оцінка себе в певній ролі залежить від того, наскільки індивід відповідає тим очікуванням, які пред'являють до нього інші.

Г. С. Костюк зазначає, що розвиток самооцінки можливий тільки через виконання певної діяльності, усвідомлення своїх досягнень в цій діяльності, порівняння власних досягнень з досягненнями інших людей [4]. Тобто самооцінка є соціальним за своєю природою феноменом, що функціонує як компонент самосвідомості і найважливіше утворення особистості. Вона являє собою форму відображення людиною самої себе як особливого об'єкта пізнання і залежить від прийнятих людиною цінностей, її особистісних змістів, міри її орієнтації на суспільно вироблені вимоги до поведінки й діяльності. Самооцінка виконує регулятивні функції, виступаючи необхідною внутрішньою умовою організації суб'єктом своєї поведінки, діяльності, відносин.

Аналіз теорій, у яких розглядається проблема породження й функціонування самооцінки, показує, що в цих дослідженнях спостерігається певне протиставлення основних чинників формування самооцінки: підкреслюється переважна роль у її розвитку або спілкування з оточуючими, або власної діяльності суб'єкта. Крім того, відмічається акцентування емоційної або когнітивної складової самооцінки.

**Рівень домагань.** Рівень домагань є своєрідною проекцією самооцінки назовні в ситуаціях, коли перед особистістю виникає необхідність вибору з декількох цілей тієї, котра найбільш відповідає її можливостям. Але рівень домагань залежить не тільки від самооцінки, а й від усвідомлення особистістю ступеня складності тих цілей, досягнення яких вона домагається. Домагання — це механізм вторинного, більш конкретного вибору цілі або завдання, порівнянно з первинним вибором, що засновується на самооцінці й спрямований на більш загальні цілі та завдання. В рівні домагань, на думку М. Й. Боришевського, безпосередньо стикаються об'єкти самосвідомості та свідомості, самооцінка та оцінка, що робить рівень домагань важливим механізмом, який корегує самооцінку особистості.

Потрібно зазначити, що рівень домагань традиційно наділяється значенням особистісної характеристики, а діагностика домагань вважається одним із методів вивчення особистості. Так, наприклад, для К. Левіна домагання — це одне з найважливіших утворень особистості, що обумовлює її активність, детермінує значну кількість афективних процесів, має здатність визначати поведінку людини, формувати риси її характеру

В. М. М'ясищев виділяє в рівні домагань суб'єктивно-особисту й об'єктивно-принципову сторони. Перша має безпосереднє відношення до

самооцінки, до тенденції самоствердження, прагнення бачити в показниках діяльності підвищення або зниження престижу особистості. Об'єктивно-принципова сторона рівня домагань співвідноситься з усвідомленням людиною значущості своєї діяльності, з почуттям суспільної відповідальності, з вимогами до себе, заснованими на усвідомленні обов'язку.

Б. Г. Ананьєв визначає домагання як потребу в певній оцінці, а рівень домагань — як рівень оцінних потреб школяра [1].

Згідно з В. С. Мерліним, рівень домагань відображає той ступінь оцінки, в якому має потребу людина, щоб відчувати задоволення. В. С. Мерлін характеризує рівень домагань як своєрідну форму синтезу мотивів різного рівня узагальненості, наприклад, специфічної потреби в продуктивності діяльності та більш загального мотиву соціального престижу.

**Надситуативна активність.** Надситуативна активність — це здібність суб'єкта підніматися над рівнем вимог ситуації, ставити цілі, які є надмірними з точки зору вихідної задачі. Завдяки надситуативній активності суб'єкт може долати зовнішні та внутрішні обмеження (або «бар'єри») діяльності. Надситуативна активність може проявлятися у різних сферах життєдіяльності людини, зокрема у явищах творчості, пізнавальної та інтелектуальної активності, «безкорисливого» ризику, наднормативної активності тощо.

Серед проявів надситуативної активності особливе місце займає феномен активної неадаптивності (А. В. Петровський [7]). Тобто, схильність до безкорисливого ризику дозволяє прогнозувати вольові дії людей у ситуації дійсної небезпеки. Обставини життя людини є такими, що тільки у рідких випадках можна гарантувати точну відповідність між цілями, які людина переслідує та досягнутими результатами.

В. Вундт в даному контексті сформулював загальний закон психічного життя або закон «гетерогонії цілей», згідно якому людина завжди досягає чогось іншого порівняно з тим, що складало її попередні наміри. Ефект непередбачуваності наслідків дій характеризується не тільки надмірністю, але й протилежністю результатів активності вихідним її мотивам. Інакше кажучи, результати активності суб'єкта неминуче неадаптивні. Не тільки у сфері своїх вітальних контактів зі світом, але й у пізнанні, спілкуванні, самопізнанні, творенні людина неминуче виходить за межі предумовленого, породжує наслідки, які можуть спантеличувати її неспівпаданням з початковими спонуками. Іноді людина може свідомо («відповідально та вільно») ставити перед собою цілі з невідомим результатом; більш того, постановка такої цілі може бути мотивованою самою можливістю промаху. У цьому випадку, як не парадоксально, людина відчуває себе справжнім суб'єктом того, що трапляється, не дивлячись на те, що успіх у досягненні цілі не гарантований. На наш погляд, саме психологічно захищена особистість, яка емоційно переживає та суб'єктивно відчуває можливості задоволення своїх основних потреб та забезпечення своїх основних прав у будь-якій, навіть несприятливій ситуації, при виникненні обставин, які блокують або утруднюють їхню реалізацію, може проявляти надситуативну активність і пов'язані з нею психічні феномени.

**Атрибуція відповідальності.** Відповідальність — це головна якість людини як суб'єкта власного життя, проте якість ця набувається (якщо взагалі набувається) далеко не відразу. На думку Ф. Перлза, людина, досягнувши певного етапу зрілості і стикаючись з необхідністю ухвалювати самостійні рішення, від яких залежить її подальше життя, спирається на свій минулий досвід, в якому часто може міститися уявлення про те, що від неї мало що залежить. В дитинстві людина повністю залежна від свого найближчого оточення, дорослішаючи, вона вбирає в себе уявлення про зовнішні сили — вплив соціуму, причинно-наслідкові відносини, тиску ззовні і так далі, що, кінець кінцем, може породити неадекватну установку по відношенню до свого життя. Перший і головний крок, який необхідно зробити суб'єктові на шляху подолання цієї установки, — навчитися жити в сьогоденні, «тут і тепер», вибудовувавши своє життя відповідно до актуальних потреб, відчуттів, бажань, думок, дій і вчинків. Буття «тут і тепер» має на увазі «усвідомлення» — цілеспрямований безперервний процес, здійснюваний суб'єктом, відносно свого життя і діяльності. Усвідомлення свого справжнього життя необхідно приведе до рефлексії і можливо — до позбавлення від множини невротичних механізмів захисту, описаних Ф. Перлзом: проекції, інтроєкції, дефлексії, злиття, ізоляції, ретрофлексії. Всі ці механізми захисту має своє коріння у феномені порушення особою «контактної межі» між собою і середовищем [6].

**Відсутність підвищеної тривожності** (або тривожність, адекватна ситуації). Деякі життєві ситуації потребують підвищеної обережності, обачності. В цих обставинах як власні дії суб'єкта, так і оточуючі його об'єкти можуть оцінюватися переважно з боку їхньої небезпеки або безпеки, водночас, всі інші властивості об'єктів відходять на другий план. Людина нібито «проціджує» усю інформацію, що потрапляє до неї, щодо ідентифікації сигналів небезпеки, а всі сигнали та стимули диференціюються на нейтральні та потенційно небезпечні [7]. До потенційно небезпечних відносяться всі ті об'єкти, які містять в собі можливість неблагопримемних наслідків для суб'єкта при прямому контакті з ними.

А. В. Петровський відмічає, що функція передбачення можливої загрози реалізується особливою активністю суб'єкта, прихованою від самостереження, та такою, що відкривається йому у формі неспокійних переживань лише тоді, коли у сферу відносин суб'єкта включається потенційно небезпечний об'єкт [7]. Ця активність, за А. В. Петровським, і є те саме, що лежить в основі так званої «диспозиційної тривоги» або «тривожності» особистості [7]. Ця тривожність представляється у вигляді внутрішньої призми, яка заломлює інформацію, що поступає ззовні. Але, як підкреслює вчений, головна задача полягає в тому, щоб зрозуміти тривогу не як «диспозиційну систему реагування», а як особливу активність — активність, яка веде пошук прихованої небезпеки.

На думку А. Петровського та М. Г. Ярошевського, одним з важливих механізмів, які забезпечують психологічну захищеність виступає **психологічний захист**, як необхідна умова формування адекватного почуття пси-

хологічної захищеності, та **психологічна безпека особистості**. Інакше закономірним буде виникнення почуття психологічної незахищеності.

Психологічний захист — це діяльність, що запобігає порушенню внутрішньої стійкості особистості і соціальної спільності, нормального перебігу психологічного життя людини та її поведінки під впливом зовнішніх дій. Розглянемо детальніше психологічні засоби захисту особистості [7]. Психологічний захист підрозділяється на соціально-груповий та індивідуально-особистісний. Соціально-груповий захист визначається наявністю інформаційних потоків усередині і між формальними і неформальними групами, в яких взаємодіє індивід, груповими нормами, вимогами і системою санкцій. Він припускає захищеність конкретної групи.

Індивідуально-особистісний захист — це ступінь особистісної психологічної захищеності індивіда. Вона забезпечується комплексом захисних механізмів особистості, стратегій поведінки і взаємодії з оточуючими і підрозділяється на три основні групи: міжособистісний захист, психічну саморегуляцію і внутрішньоособистісний захист. Міжособистісний психологічний захист представляє собою діяльність особистості в цілях збереження своєї цілісності шляхом зміни характеру зовнішньої взаємодії. Існує декілька видів захисту від зовнішніх дій.

Їх підрозділяють:

- за рівнем усвідомленості,
- за кількістю суб'єктів захисту,
- по відношенню до об'єктивної дійсності.

За рівнем усвідомленості виділяють навмисний і ненавмисний захист.

Навмисний захист здійснюється на усвідомлюваному рівні відповідно до цілей і намірів тих, на кого спрямована дія. Індивід, на якого впливають ті або інші зовнішні стимули і обставини, свідомо вибирає певний вид захисної поведінки, спрямований на розв'язання ситуації. Ненавмисний захист представляє собою поведінку, пов'язану із засвоєним стереотипом.

Таким чином, основними емпіричними гарантами психологічної захищеності виступають почуття приналежності до групи, адекватна самооцінка та рівень домагань, схильність до надситуативної активності, відповідна атрибуція відповідальності, відсутність підвищеної тривожності тощо.

## Список літератури

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания /Б. Г. Ананьев. — СПб.: Питер, 2009. — 228 с.
2. Адлер А. Смысл жизни / А. Адлер // Философские науки. — 1998. — № 1. — С. 15–26.
3. Боришевський М. Й. Усвідомлення підлітками власної поведінки /М. Й. Боришевський// Радянська школа. — 1982. — № 7. — С. 15–21.
4. Костюк Г. С. Загальна характеристика онтогенезу людської психіки // Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. — К.: Вища школа, 1989. — С. 70–98.
5. Маслоу А. Мотивация и личность /А. Маслоу. — СПб.: Питер, 2001. — 478 с.
6. Перлз Ф. Гештальт-подход и свидетель терапии /Ф. Перлз. — М.: Наука, 1996. — 235 с.
7. Психология. Словарь / [под ред. А. В. Петровского и М. Г. Ярошевского]. — М.: Политиздат, 1990. — 494 с.

**Таций В. Н.**

соискатель кафедры дифференциальной и специальной психологии  
Одесского национального университета имени И. И. Мечникова

## **ОСНОВНЫЕ ЭМПИРИЧЕСКИЕ ГАРАНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИЩЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ**

### **Резюме**

Статья посвящена анализу феномена психологической защищенности в контексте основных достижений современной психологии. Автором выделены и кратко охарактеризованы основные эмпирические гаранты, раскрывающие семантику исследуемого явления и позволяющие построить его эмпирическую модель.

**Ключевые слова:** психологическая защищенность, принадлежность к группе, самооценка, уровень притязаний, надситуативная активность, атрибуция ответственности, тревожность.

**Tacy V. N.**

competitor  
departments of differential and special psychology  
Odessa national university of the name of I. I. Mechnikov

## **BASIC EMPIRIC GUARANTORS PSYCHOLOGICAL PROTECTED OF PERSONALITY**

### **Summary**

The article is devoted the analysis of the phenomenon of psychological protected in the context of basic achievements of modern psychology. Selected an author and basic empiric guarantors, exposing semantics of the probed phenomenon and allowing to build his empiric model, are briefly described.

**Key words:** psychological protected, belonging to the group, self-appraisal, level of claims, activity, attribution of responsibility, anxiety.