

**Шебанова В. І.,  
Шебанова С. Г.**  
м. Херсон

## **РОЗЛАДИ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ ЯК ФЕНОМЕН ЗАХИСНОГО РЕАГУВАННЯ**

*У статті проведено узагальнювальний аналіз дефініції «психологічний захист» як загальнопсихологічного поняття, розглянуто можливість його застосування в процесі дослідження розладів харчової поведінки.*

**Ключові слова:** предмет захисту, агент захисту, спосіб нападу, характер втрати (шкоди), засоби захисту.

### **Постановка проблеми**

*Вступ.* Останнім часом зросла кількість досліджень, присвячених вивченню розладів харчової поведінки. При цьому автори розглядають ці розлади з різних позицій: як харчову адикцію, як патологічно звичні дії, як порушення мотивації, як травми стосунків між батьками й дітьми. Ми розглядаємо ці розлади з позицій психосоматики. Оскільки в основі психосоматичних захворювань лежать порушення функціонування механізмів психологічного захисту, то виникає потреба вивчення системи захисного реагування організму. На нашу думку, ця система є єдиною й має два рівні: «тілесний» (у вигляді симптомів або синдромів, які проявляються як розлади, хвороби, порушення) та «психологічного реагування» (психічного захисту).

*Аналіз останніх досліджень та публікацій.* У сучасній психології накопичено чимало теоретичного й емпіричного матеріалу, в якому розглядається багатогранність і суперечливість феномену психологічного захисту.

Про ступінь вивченості проблеми захисних механізмів особистості свідчать праці психоаналітиків різних шкіл, течій та напрямів (таких, як А. Адлер, Г. Бібрінг, М. Кляйн, Ж.-Б. Понталіс, В. Райх, Ж. Лакан, Г. Ліндсей, Ж. Лапланш, Н. Мак-Вільямс, К. Хорні, К. Холл, К. Юнг та ін.), у яких психологічний захист представлено як систему активних чи пасивних психічних дій особистості, що забезпечують для неї специфічний результат. У наукових доробках гуманістичної психології, гештальтпсихології й серед вітчизняних психологів (В. Аллахвердов, О. Арестова, І. Березна, Ф. Василюк, Р. Грановської, Б. Зейгарник, Б. Карвасарський, Ф. Перлз, К. Роджерс, Е. Фромм, В. Цапкіна, Т. Яценко та ін.) відзначається, що психологічний захист — це система регулятивних механізмів, пов'язаних з перекрученням суб'єктивної психічної реальності, що забезпечує усунення або зведення до мінімуму негативних переживань, що травмують, пов'язаних із внутрішніми або зовнішніми конфліктами, станами тривоги і дис-комfortу.

Феномен психологічного захисту привертав також увагу фізіологів (І. Сеченов, Е. Костандов, М. Сулова, І. Беріташвілі, Ф. Березін та ін.), які у своїх працях досліджували анатомічну та фізіологічну основу цього феномену, а також закономірності діяльності несвідомих процесів.

У дослідженнях останнього часу можна виділити два напрями. Перший має суто теоретичний характер і стосується деякого докладного вивчення представлених літературних джерел (Ф. Бассін, В. Журбін, А. Налчаджян, О. Романова, Л. Гребенніков, Д. Каган). Інший напрям досліджень стосується таких проблем, як вивчення захисних механізмів у людей з різними психічними розладами, соціальними проблемами або в представників особливих соціальних груп (М. Богданова, О. Власова, М. Галімзянова, Н. Головка, О. Доценко, О. Максименко, І. Нікольська, О. Олійников, Ю. Распутько, Н. Савченко, Л. Субботіна, В. Ташликов, І. Тонконогий, Д. Титаренко, А. Шевчук, В. Штроо та ін.).

*Метою* цієї статті є проведення теоретичного аналізу дефініції «психологічний захист» як загальнопсихологічного поняття й розгляд можливості його застосування в процесі дослідження розладів харчової поведінки.

### **Виклад основного матеріалу**

Як відомо, становлення поняття психологічного захисту проходило в руслі психоаналізу. Уперше (ще в 1894 р.) поняття «захист» З. Фрейд застосував у своїй праці «Захисні нейропсихози». При цьому «захист» він розглядав як механізм зняття внутрішнього напруження, що викликається конфліктом між свідомим та несвідомим у хворих з невротами. Відзначимо, що З. Фрейд описував тільки функції й деякі прояви захисту, не визначаючи його як поняття. Структура особистості, за З. Фрейдом, має трикомпонентну будову («Я», «Воно», «Над-Я») і відображує динамічну взаємодію інстинктивних імпульсів несвідомого й засвоєних вимог зовнішнього середовища, які виникають у процесі соціалізації й виховання. Конфліктність (суперечливість) між цими структурами спричиняє почуття внутрішнього напруження та сильної тривоги. Механізми психологічного захисту спрямовані на зменшення рівня конфліктності й тривоги. У подальшому психологічний захист почали вивчати не тільки у невротичної, а й у здорової особистості. Крім того, розглядався не тільки інтрапсихічний аспект захисту, а й захист міжособистісної взаємодії. Зокрема, А. Фрейд акцентувала роль захисту у вирішенні зовнішніх (соціогенних) конфліктів. Це дало змогу розширити коло феноменології захисту й визначити його як поняття. Уперше це зробила А. Фрейд: «Захисні механізми — це діяльність «Я», що починається, коли «Я» перебуває під впливом надмірної активності спонукань або афектів, які представляють для нього небезпеку. Вони функціонують автоматично, без узгодження зі свідомістю» [13, 47]. Крім того, А. Фрейд систематизувала механізми захисту, розділивши їх на групи й визначивши періоди їх розвитку в онтогенезі.

Е. Фромм під захистом розуміє механізми втечі, які пов'язані з відмовою від індивідуальності і «Я». На його думку, це зменшує сильну тривогу, робить життя прийнятним у «невротичному» суспільстві. К. Хорні вживає термін «захисні стратегії» (невротичні тенденції). Це такі стратегії захисту, які необхідні людині для того, щоб упоратися з почуттями недостатньої безпеки, безпорадності й ворожості, що властиві базальній тривозі.

Н. Мак-Вільямс розмежувала психологічні захисні механізми на первинні (при-

мітивні) та зрілі, при цьому вона звернула увагу на проблеми практичного характеру, пов'язані з психологічним захистом. Автор указала, що слово «захист» «...придбало незаслужено негативний відтінок...», тому що психологічні захисти помилково сприймалися деякими психотерапевтами як малоадаптивні й властиві патологічній (не здоровій) особистості (Н. Мак-Вільямс, 2004) [7]. Ці зауваження співпадають з думкою деяких психологів радянського періоду, які вказують, що психоаналіз негативно вплинув на поширення поняття психологічного захисту (Ф. Бассін, О. Романова, Л. Гребеніков) [1; 10]. На думку цих авторів, так сталося внаслідок особливого ставлення (неприйняття) психоаналізу як концепції, як наряду психології. А неприйняття пояснювалося тим, що психоаналіз (у трактуванні деяких науковців) представляв людину як істоту, поведінка якої обумовлюється цими бажаннями та інстинктами, що «роздирається» внутрішніми конфліктами. Саме тому багато вчених не бачили сенсу розробляти категоріальний апарат психоаналізу. Таким чином, поняття «психологічний захист» не отримало статусу науково обґрунтованого предмета дослідження, а психологи не мали строго обґрунтованого визначення цього феномену психічного життя» [10, 7]). Лише в 1969 р. в статті «Про силу «Я» і психологічний захист», В. Бассін указав на необхідність і важливість включення у сфери психологічного знання таких понять, як «несвідоме», «сила Я», «психологічний захист», які дають змогу установити взаємозв'язок між психічним і соматичним [1]. Поступово поняття «психологічного захисту» перестало бути психоаналітичним, перетворившись на загальнопсихологічне, тому що «робота» захисних механізмів уже розглядалася і в інших психологічних школах.

К. Роджерс визначив захист як поведінкову реакцію організму на погрозу цілісності «Я-структури», що є усвідомленим перекичуванням переживання для того, щоб зменшити невідповідність між переживанням і структурою «Я» або відторгнути будь-які переживання (за В. Журбіним) [4, 14–22]. Ф. Перлз зазначає, що захист — це порушення взаємодії індивіда з оточуючими [11]. М. Тарт визначає психологічний захист через метафору буферів, «вони згладжують той шок, що може виникати в нас при перемиканні від однієї субособистості до іншої...». Р. Плутчик указує, що захист — це засіб для оволодіння базисними емоціями.

В. Журбін, порівнюючи різні бачення в розумінні психологічного захисту вітчизняних учених, дійшов висновку про те, що багато авторів визначають його досить вузько, як складову частину будь-яких інших психічних феноменів: діяльності, установок, стосунків особистості, компенсації тощо [4]. Так, наприклад, В. Банщиків зазначає, що «захист» — це окремі випадки *ставлення особистості* хворого до травматичної ситуації або хвороби. І. Тонконогий визначає захист як різні способи *переробки інформації* в мозку, які блокують загрозливу інформацію [12].

Водночас інші автори розглядають захист як самостійне й цілісне поняття. Наприклад, В. Бассін вважає, що психологічний захист — це механізм, спрямований на запобігання розладів поведінки й фізіологічних процесів [1]. В. Ташликов визначає захист як механізм адаптивної перебудови сприйняття й оцінки, що «включається» тоді, коли особистість не може адекватно оцінити занепокоєння, викликане внутрішнім

або зовнішнім конфліктом, і не може впоратися зі стресом [11]. А. Налчаджян визначає захисні механізми як «схеми психічних дій, які приведуть до тієї або іншої форми адаптованості особистості, вирішення ситуації, що фруструє» (за В. Шебановою, С. Шебановою) [14]. У дослідженні І. Нікольської та Р. Грановської психологічний захист розглядається як «спеціальна регулятивна система стабілізації особистості, що охороняє сферу свідомості від неприємних переживань, які травмують, пов'язаних із внутрішніми й зовнішніми конфліктами, станами тривоги й дискомфорту» [8, 82].

Таким чином, узагальнювальний аналіз розуміння категорії «психологічний захист» (на основі праць різних вітчизняних і закордонних авторів) дає змогу виділити дві головні складові. З одного боку, це наявність негативної ситуації (стресу, хворобу, травми, конфлікту), з іншого боку, це наявність цілі (сенсу, сутності), спрямованої на зменшення емоційної напруженості й збереження комфортного стану, цілісності «Я».

На сьогодні досить складно обмежитися одним визначенням, яке б давало можливість враховувати всі описувані прояви захисту. Це обумовлено різноманітністю феноменів, на основі яких вибудовувалися дефініції цього поняття. Отже, для того щоб надати цілісне уявлення про «психологічний захист» як загальнопсихологічний феномен, необхідно провести процедуру реконструкції поняття й розглянути його з позицій системного підходу. Ця процедура потребує аналізу таких характеристик захисту: предмета (меж, які захищаються), агента захисту (загрози), способу нападу (стратегії пред'явлення загрози), втрати, шкоди (як наслідок), засобів захисту (як інструментів) (Е. Доценко, В. Штроо) [3; 15].

*Предмет захисту* (межі, які захищаються) — це завжди цілісність чогось, стан якогось гомеостазу. У психоаналізі предметом захисту є врівноваженість, гармонійність структурної частини особистості (Его) і відповідно те відчуття комфорту, що є наслідком добробуту й цілісності Его. У гуманістичній психології предмет захисту — це перекручена реальність, «реальне Я» (як результат протиріччя між «ідеальним Я» і вимогами соціального світу). Таким чином, функція захисту забезпечує саме сталість перекручування. Інакше кажучи, предмет захисту — це сталість світосприймання, яку людині необхідно постійно підтверджувати. Р. Грановська й І. Нікольська вважають, що предметом психологічного захисту є цілісність «моделі світу» (суб'єктивного світу, що містить мотиви, сенс, сценарій, «Я-образ» і «Я-концепцію») [8]. Мобільність «моделі світу», її доступність реконструкції визначаються творчими можливостями людини. Якщо захист (наприклад, «знецінювання») дає змогу позбавити значущості й знешкодити те, що травмує людину, то різні форми подолання й регулювання захисту полегшують включення в «модель світу» нових, адекватних ситуацій, тобто «творча переробка» забезпечує узгодження між ситуацією й реагуванням [8, 37]. Отже, на рівні психологічного захисту предметом захисту виступає цілісність «Я» (цілісність суб'єктивного світу). Суб'єктивно це відчувається як психологічний стан комфорту й добробуту. Відповідно на рівні соматичного захисту предмет захисту — це тіло (організм) і його нормальне (оптимальне) функціонування. Виходячи з цілей нашого дослідження, предметом захисту є цілісність «образу тіла».

*Агент захисту* (загроза) — це те, що може зруйнувати межі й вивести ту або

іншу цілісність (тіло/психіку) зі стану рівноваги. Автори виділяють різноманітні агенти захисту, залежно від власної концептуальної позиції. З. Фрейд зазначав, що зіткнення з тривогою обумовлює необхідність у психологічному захисті. При цьому він виділяв три види тривоги: невротичну (страх перед силою власних страстей, бажань та усвідомлення своїх інстинктів), моральну, або почуття провини (страх перед власною совістю, внутрішньою цензурою своїх ідеалів і цінностей), реалістичну (страх перед реальною небезпекою від зовнішнього світу). А. Фрейд вважала, що «інстинктивні небезпеки, від яких захищається «Я», завжди однакові», це інстинкти, афективні спонукання, які виходять з Ід. [13] Інші автори (В. Ротенберг, Р. Лазарус, О. Арестова, В. Ташликов та ін.) як загрозу розглядають *внутрішній або зовнішній конфлікт, стрес* (який може бути осмислений як режим форсованого пред'явлення чужорідних сенсів і не обхідності швидких внутрішніх перебудов) (за В. Шебановою, С. Шебановою) [14]. Наслідком конфлікту є *внутрішній дискомфорт і тривога*, мінімізувати які покликаний психологічний захист. Виходячи з цілей нашого дослідження, агентом захисту при розладах харчування є різні види тривоги, які обумовлюють *внутрішній дискомфорт* (скажімо, при обмежувальному типі харчової поведінки, зокрема анорексії, — страх набрати вагу; при гіперфагії — *тривога, пов'язана з конфліктом і/або стресом*).

*Спосіб нападу* (стратегія пред'явлення загрози). А. Фрейд як загрозу для «Его» розглядала інстинкти й афективні спонукання «Ід», які суттєво впливають на стратегію захисту. Р. Лазарус і С. Фолкман вважали, що адекватні психологічні захисти актуалізуються у випадку сталості й достатньої тривалості негативного впливу. Це слугувало підставою для розподілу захистів на ситуативні (які включаються одноразово в окремих ситуаціях) і стильові (стійкі патерни захисної поведінки). Спосіб нападу, його тимчасова характеристика (періодичність, частота) визначають характер захисту й спричиняють включення патологічних захистів. Ф. Березін указує, що захисні механізми можуть адекватно працювати в стабільному середовищі, у якому роль додаткових факторів (ситуаційних та особистісних) мінімізовано. У той час як тривала інтенсивна тривога викликає підключення механізмів інтрапсихічної адаптації більш глибокого рівня (при цьому їх включення супроводжується закономірною зміною межових патологічних синдромів) [2, 42–44]. Інакше кажучи, *стратегія пред'явлення загрози обумовлює стратегію захисту*. Вважаємо доречно навести тут цитату Ф. Перлз: «Гальмування — це тільки один з механізмів контролю, при цьому найбільш грубий. Чим краще водій розуміє, як керувати механізмами контролю, тим ефективніше працюватиме машина. Але якщо водій постійно їздить із натиснутими гальмами, навантаження стає надзвичайним, і це різко підвищує зношуваність двигуна та гальм; якість роботи машини погіршиться, і рано чи пізно це призведе до аварії...» [9, 156]. Зазначена метафора допомагає зрозуміти, як об'єкти зовнішнього середовища «перетворюються» на небезпечні, ворожі й неконтрольовані. «Ворожий імпульс» (як «стратегія загрози» при порушенні особистісних меж) ретрофлексується і надалі проектується на зовнішні об'єкти, які переживаються як неконтрольовані й небезпечні. При цьому у випадку розладів поведінки за анорексичним патерном реагування в індивідів *зростає бажання контролю над ситуацією*, що підсилює їхній опір зовнішньому тиску (відмовля-

ються від прийому їжі в колі родини — щоб не змушували; сприймають їжу як ворога, проводять очисні процедури — щоб не набирати вагу тощо). У випадку розладів поведінки за булімічним типом, навпаки, індивіди вважають, що «ситуації переїдання» неможливо контролювати (відповідно опір є безглуздим і даремним). Інакше кажучи, вони *повністю знімають із себе відповідальність*. На нашу думку, такий стереотип реагування складається так. У стресовій ситуації відбувається автоматичне посилення ретрофлексивної динаміки й регресія до раннього досвіду безпорадності зі спробою контролю над ситуацією за рахунок збереження пасивності й залежності, а також відмовою від будь-якої активності, спрямованої на зміну ситуації. Нагромадження травматичних подій з низьким рівнем контролю й переживанням безпорадності сприяє формуванню гіперфагічних реакцій (як стилю адаптації) при домінуванні мотивації запобігання неуспіху на тлі депресивного настрою. Отже, відзначимо, якщо стратегією загрози виступає зовнішня спроба обмеження прийому їжі, то у відповідь захисна стратегія проявляється переїданням. І навпаки, якщо особистість оцінює прийом їжі як зовнішню стратегію загрози стосовно свого тілесного «Я», то у відповідь з'являється специфічна захисна стратегія — різні процедури очистки та обмежувальна харчова поведінка (строге дотримування дієти, відмова від їжі). Відповідно у процесі психокорекції одним із завдань психолога є розкриття звичної ретрофлексії. Це дає змогу індивіду змінити поведінку: спочатку він адресує агресію на об'єкти зовнішнього середовища, відновлюючи регуляторні функції гніву (що під час групової роботи може проявлятися як підсилення міжособистісної конфліктності). Під час подальшої терапевтичної динаміки відбувається формування адекватної й гнучкої межі особистості за рахунок усвідомлення неадекватних патернів прийняття відповідальності й контролю.

*Характер втрати (шкоди)* може визначатися як ступінь руйнування або оборотність процесу руйнування (інакше кажучи, можливість або неможливість до відновлення, повернення до колишнього стану). Крім того, розглядається можливість проникнення в інші рівні захисту. У концепції двофазного витиснення (А. Мітчерлінх, П. Куттер) автори висловили припущення: якщо захист одного рівня не справляється зі своєю функцією, то відбувається патологізація захисного реагування спочатку у вигляді невротичних реакцій, а потім у вигляді психосоматичного розладу. Інакше кажучи, патологічні симптоми й синдроми — це наслідки неефективності захисту. Стосовно нашого дослідження, «наростання маси тіла» або, навпаки, її «значне зменшення» для тіла є втратою (шкодою) як наслідок неефективного захисту.

*Засоби захисту* — це відповідні дії з усунення або послаблення загрози. Це, власне, самі способи захисту, які підрозділяють на несвідомі — усвідомлювані (при цьому перші — це психологічні захисти в загальноприйнятому сенсі, а другі — це копінг-стратегії); дорослі — дитячі; нормальні — патологічні; незрілі (примітивні) — зрілі (високорівневі), ситуаційні — стильові, активні — пасивні тощо.

Узагальнювальний аналіз компонентів психологічного захисту допомагає зрозуміти діалектичний зміст і призначення системи захисту організму й особистості. Еволюційний зміст захисту (психологічного і соматичного) полягає в підтримці продуктивного балансу між самототожністю системи й необхідністю взаємодії із зовнішнім сере-

довищем. В одній з останніх (1975) праць З. Фрейд визначає захист як продукт розвитку й навчання, спрямований на ослаблення діалектично єдиного зовнішньо-внутрішнього конфлікту. Н. Мак-Вільямс відзначає, що в науковому середовищі співіснують два суперечливих погляди про природу захисту: з одного боку, «...вони мало-адаптивні, ...при дії захисту відбувається щось патологічне», а з іншого боку, «феномени, які ми називаємо захистами, мають безліч корисних функцій. Вони проявляються як здорова творча адаптація...» [7, 131]. Р. Грановська і І. Нікольська визначають конфліктність захисту «як протиріччя між прагненням людини зберегти психічну рівновагу й втратами, до яких може призвести надлишкове вторгнення захисту [8]. З одного боку, користь від усіх видів захисту очевидна, з іншого боку, їх надлишкова актуалізація заважає особистості усвідомлювати об'єктивну ситуацію, адекватно й творчо взаємодіяти зі світом» [8, 27]. Внутрішня суперечливість поняття призводить до розбіжностей у його тлумаченні й оцінці. Одні автори (В. Ташликов, В. Ротенберг, Ф. Василюк та ін.) трактують психологічний захист як такий, що завдає шкоди, створює небезпеку, перешкоди особистісному розвитку. Інші (В. Мягер, Б. Зейгарнік, О. Соколова, Р. Грановська, І. Нікольська та ін.) відзначають їх безумовно корисну функцію в психологічній адаптації, зокрема зменшення напруженості, незважаючи на те, що це призводить до перекручування вихідної інформації або зміни поведінки [14]. Для постійної підтримки роботи психологічних захистів на оптимальному рівні потрібна постійна витрата енергії. Ці витрати можуть виявитися дуже суттєвими й призводити до появи невротичної симптоматики й порушення працездатності.

О. Романова та Л. Гребенніков, сприймаючи в цілому психологічний захист як спосіб адаптації, виділяють у ньому патологічний захист (неадекватні форми адаптації) і нормальний профілактичний, що постійно існує у нашому житті [10]. Б. Зейгарнік також виділяє деструктивні й конструктивні захисти. Першим властива неусвідомленість (негативізм, аутизм, невротичні симптоми, психосоматичні розлади), другим — усвідомлення й регуляція [5]. Н. Мак-Вільямс вважає, що для кожного захисного механізму можна виявити як адаптивну, так і дезадаптивну дію [7]. На її думку, «недостатність» захистів може викликати декомпенсацію, і суперечлива природа захисту виявиться безпосередньо пов'язаною з невротичною й психосоматичною патологіями. На думку Ф. Бассіна, «...механізм психологічного захисту має величезне значення при опорі організму хворобі, і запобігає дезорганізації психічної діяльності при його правильному функціонуванні» [1, 119].

Вивчення усвідомлених способів подолання фрустрації й стресу, виявлення соматовегетативної і нейрофізіологічної основ психологічного захисту дасть змогу припустити наявність у людини загальної системи захисту, що має складну рівневу структуру, яка поступово розвивається в процесі онтогенезу (Ф. Березін, Е. Костандов) [2; 6]. Тому вважаємо, що вивчення й аналіз структури рівнів механізмів психологічного захисту є корисним.

## Висновки

Система механізмів психологічного захисту — це сукупність психічних про-

цесів, спрямованих на збереження цілісності суб'єктивного «Я» (як на соматичному, так і на психологічному рівнях) шляхом мінімізації внутрішнього дискомфорту, обумовленого діалектично єдиним зовнішньо-внутрішнім конфліктом.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бассин Ф. В. О силе Я и психологической защите / Ф. В. Бассин // Вопросы философии. — 1969. — № 2. — С. 118–125.
2. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф. Б. Березин. — Л. : Наука, 1988. — 260 с.
3. Доценко Е. Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита / Е. Л. Доценко. — М. : Речь, 2003. — 304 с. — (Серия «Психологический практикум»).
4. Журбин В. И. Понятие психологической защиты в концепциях З. Фрейда и К. Роджерса / В. И. Журбин // Вопросы психологии. — 1990. — № 4. — С. 14–22.
5. Зейгарник Б. В. Патопсихология / Б. В. Зейгарник. — М. : Академия, 2007. — 208 с.
6. Костандов Э. А. Психофизиология сознания и бессознательного / Э. А. Костандов. — СПб. : Питер, 2004. — 176 с. — (Серия «Учебное пособие»).
7. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Мак-Вильямс ; пер. с англ. М. Глущенко, Н. Лохова, В. Сидорова, А. Шутков, К. Ягнюк. — М. : Класс, 2004. — 480 с. — (Серия «Библиотека психологии и психотерапии»).
8. Никольская И. М. Психологическая защита у детей / И. М. Никольская, Р. М. Грановская. — СПб. : Речь, 2010. — 352 с.
9. Перлз Ф. Внутри и вне помойного ведра / Ф. Перлз. — М. : Психотерапия, 2010. — 208 с. — (Серия «Золотой фонд психотерапии»).
10. Романова Е. С. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика / Е. С. Романова, Л. Р. Гребенников. — Мытищи : Талант, 1996. — 144 с.
11. Ташлыков В. А. Психологическая защита у больных с неврозами и психосоматическими расстройствами / В. А. Ташлыков. — С.Пб. : С.Пб. Ин-т усовершенствования врачей, 1992. — 112 с.
12. Тонконогий И. М. Клиническая нейропсихология / И. М. Тонконогий, А. Пуанте. — СПб. : Питер, 2007. — 528 с. — (Серия «Мастера психологии»)
13. Фрейд А. Защитные механизмы / Самосознание и защитные механизмы личности / А. Фрейд ; под ред. Д. Я. Райгородского. — Самара : БАХРАХ-М, 2000. — С. 339–356.
14. Шебанова В. І. Механізми психологічного захисту та копінгу особистості / В. І. Шебанова, С. Г. Шебанова. — Херсон : ПП Вишемирський В. С., 2012. — 220 с.
15. Штроо В. А. Исследование групповых защитных механизмов / В. А. Штроо // Психологический журнал. — 2001. — Т. 21. — Вып. 1. — С. 39–45.



**Шебанова В. И.,  
Шебанова С. Г.**

## **РАССТРОЙСТВА ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ КАК ФЕНОМЕН ЗАЩИТНОГО РЕАГИРОВАНИЯ**

*В статье проведен обобщающий анализ дефиниции «психологическая защита» как общепсихологического понятия, рассмотрена возможность его применения при изучении расстройств пищевого поведения.*

**Ключевые слова:** предмет защиты, агент защиты, способ нападения, характер наносимого ущерба, средства защиты.

**Shebanova V. I.,  
Shebanova S. G.**

## **EATING DISORDERS AS THE PHENOMENON OF PROTECTIVE REACTION**

*In article the generalizing analysis of a definition «psychological protection» as all-psychological concept is carried out and possibility of its application is considered in the analysis of frustration of food behavior.*

**Key words:** a protection subject, the agent of protection, a way of attack, character of a put damage, means of protection.