

УДК 159

**Харенко Сергій Григорович**

Кандидат психологічних наук, доцент

*Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького***ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАХИСТИ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ВИНИКНЕННЯ  
ЕМОЦІЙНИХ ДИСФУНКЦІЙ ПІДЛІТКІВ**

*У статті представлено особливості впливу феномену психологічних захистів на виникнення емоційних дисфункцій дітей підліткового віку. Основна увага зосереджена на теоретичному обґрунтуванні та результатах дослідження у ході психокорекційних занять за методом активного соціально-психологічного пізнання (АСПП) впливу психологічних захистів на появу розладів емоційної сфери підлітків.*

*Ключові слова: Глибинна психокорекція, несвідомо сфера, психологічні захисти, едіпів комплекс.*

**Актуальність дослідження.** Сучасний розвиток психокорекційних заходів у рамках надання психологічної допомоги щодо корекції негативних афективних розладів передбачає ґрунтовне вивчення проблеми емоційних дисфункцій дітей підліткового віку. Психологічна корекція підлітків є необхідною передумовою здорової, працездатної особистості, що потребує об'єктивування чинників, які породжують емоційні дисфункції, зокрема психологічних захистів.

**Мета дослідження.** За допомогою дослідження у ході психокорекційних заходів з підлітками виявити деструктивний вплив психологічних захистів на їх емоційну сферу та запропонувати шляхи їх нівелювання.

**Гіпотеза дослідження.** У процесі використання засобів психокорекції за методом АСПП з'являється можливість виявлення та корекції впливу феномену „психологічних захистів” на афективну сферу та поведінку підлітків. Система усталених у ранньому дитинстві психологічних захистів підпорядковуються генеральній тенденції „від слабкості до сили” часто обумовлює дезадаптацію підлітка в об'єктивному середовищі й виникнення емоційних дисфункцій та соціально-перцептивних викривлень.

Значна кількість психоаналітичних досліджень (З. Фрейда, А. Фрейд, К. Юнга, А. Адлера, М. Кляйн, К. Хорні) вказують на наявність психологічних захистів, які діють автоматично і не усвідомлюються суб'єктом. Вони формуються переважно в ранньому дитинстві й здійснюють неабиякий вплив у подальшому житті суб'єкта, особливо спостерігається вагомий їх внесок у виникнення деструктивної поведінки підлітків. Згідно з психодинамічною теорією тривожні розлади часто породжуються системою психологічних захистів, які актуалізуються у підлітка, формують ілюзію їх зниження. Отже, виникає хибне припущення, що захисти обумовлені тривожними розладами, сприяють зменшенню негативного впливу останніх на психіку підлітка.

Вперше термін „захист” був запропонований З. Фрейдом, як передумова розв'язання конфлікту між свідомою і несвідомою сферами психіки. Основною функцією захистів, як зазначає автор, є зниження емоційної напруги, що обумовлена тривогою через намагання реалізації несвідомих потягів і, як протидія їм, наявність у свідомості соціальних норм та заборон, які особливого вираження набувають у пубертатний період розвитку. Вчений стверджував, що „Я” суб'єкта реагує у відповідь на „Ід” через уникнення вираження останнього в поведінці або „викривленням їх до такої міри, щоб початкова інтенсивність останніх помітно знизилась або відхилилась у бік” (цит. за: [6, с. 129]). Подальше вивчення психологічних захистів здійснювалось А. Фрейд, донькою З. Фрейда, яка вперше використала термін „захисний механізм” у праці „Я і захисні механізми” [4].

У психологічній енциклопедії захист характеризується як „система регуляторних механізмів, які особистість використовує для усунення психологічного дискомфорту, зведення до мінімуму негативних переживань пов'язаних із зовнішніми і внутрішніми конфліктами, і збереження образу „Я” на бажаному чи можливому рівні за даних умов” [3, с. 138]. Система психологічних захистів спрацьовує автоматично у випадку реальної чи уявної загрози особистості, її ідентичності або самооцінці. Збереження стабільності у підлітків образу „Я”, а також їх самооцінки часто забезпечується витісненням або перетворенням у свідомості конфліктних переживань. Нівелювання емоційних дисфункцій (тривоги, депресії, сорому, відчуття провини) часто забезпечується дією психологічних захистів, що унеможливує розпізнавання їх механізмів особистістю підлітка. В свою чергу психологічні захисти часто порушують різні аспекти сприйняття реальності об'єктивного середовища, що негативно впливає на соціально-психологічну адаптацію підлітка.

А. Фрейд зосереджувала увагу на афектах страху й тривоги, як передумов для функціонального вияву захисних механізмів, які „служують єдиній меті – сприяти „Я” в боротьбі з інстинктами” [5, с. 162].

Дослідниця звертала увагу на різновиди тривоги викликані: страхом перед інстинктивними потягами, в основі яких лежать принципи задоволення; тривожними станами, обумовленими почуттям провини та сорому; страхом об'єктивної реальності. При цьому вчена вказує на неможливість повністю усунути невроз із життя людини [5].

Вищесказане вказує на збереження тривоги, що супроводжується виникненням хворобливого стану. Вчена доводить, що певні психологічні розлади викликають характерні захисні механізми. Так, при істерії часто використовується витіснення, а при неврозі нав'язливих станів – ізолювання і пригнічення. Дослідниця стверджувала, що „захисні механізми – це діяльність „Я”, яка виникає у випадку, коли „Я” підлягає надмірній активності збуджень або відповідних їм афектів, які можуть містити небезпеку. Вони функціонують автоматично, в обхід свідомості” [5, с. 142]. Тому, можна стверджувати, що А. Фрейд характеризує психічні захисти як несвідомі процеси, які діють усупереч свідомій регуляції.

Таким чином, згідно з дослідженнями вищезазначених вчених, можна відмітити несвідомий вияв захистів, які часто мають глибинно-психологічні витoki. Все це обґрунтовує необхідність під час вивчення психологічних захистів враховувати зв'язок свідомої та несвідомої сфери психіки підлітка. Так, у підлітковому віці спостерігається загострення внутрішньої суперечності свідомої та невідомої сфер, вирішення якої забезпечується впливом психологічних захистів, що викривлюють сприйняття суб'єктом об'єктивної реальності, при цьому виникає дезадаптація поведінки по відношенню до неї. Внутрішня суперечність психіки часто спричиняє появу негативних емоційних станів, які, за певних умов, можуть приводити до суїциду. У ході психокорекційної роботи значна увага приділяється нівелюванню внутрішнього конфлікту підлітків через виявлення неусвідомлюваних чинників психологічних захистів і забезпечується можливість свідомої регуляції поведінки з врахуванням їх впливу. Об'єктивування та усвідомлення психологічних захистів сприяє формуванню поведінки, яка є адекватною до зовнішніх стимулів та супроводжується позитивними емоційними станами підлітків.

Психотерапевт Ф. Перлз відмічає, що підґрунтя захисної системи знаходяться в минулому досвіді суб'єкта. Основним чинником її виникнення є сприйняття небезпеки, а також необхідність безпосереднього контакту з її джерелом. На думку вченого, людина переживає небезпеку всередині себе, яка загострюється у випадку внутрішнього виникнення ворожих відчуттів. Саме тому психологічний захист спрямовується проти негативних переживань із середини та зовні. Проте це часто є загрозою для особистості, що може сприйматись як небезпечна і ворожа, тому виникає поведінка її уникнення або знищення. Автор відмічає, що сприйняття минулого визначається емоційними проблемами теперішнього. Коли суб'єкт намагається уникати травматичних подій, він не здатний перебувати у об'єктивній ситуації, що призводить до повернення в дитинство або втечу в майбутнє, чи очікування від останнього плати за втрачене сьогодні. Особа моделює майбутнє намагаючись упередити негаразди у ньому, що часто супроводжується тривожністю [2].

Х. Кохут [7] зазначав, що первинні дефекти самості, які виникли в ранньому дитинстві, супроводжуються психічними розладами особистості. Уразливість дитячого нарцисизму викликає негативні емоції агресії, гніву, що лише загострює відчуття нарцисизму, намагаючись відновити образ «Я». Таким чином, захисна система виникає у відповідь на пошкодження самості суб'єкта, виконуючи при цьому функцію її відновлення через компенсацію та посилення слабких сторін. Згідно з автором, під час аналізу здійснюється розкриття дефекту самості, когнітивного та емоційного сприйняття захисних та компенсаторних механізмів, а також зв'язку між ними та первинним дефектом. Х. Кохут аналізуючи випадки нарцистичних порушень характеризує походження захисної поведінки псевдовітальності, зовнішнього збудження, що спричиняється низькою самооцінкою, відчуттям непотрібності, депресією, неприйняттям, необхідністю в емоціональному співпереживанні тощо. Руйнування нарцисичних потреб суб'єкт компенсує виникненням фантазій про свою неперевершеність, адже поки ще не здатний об'єктивно оцінювати ситуацію [7]. Самотність та відсутність емоційного контакту обумовлюють виникнення у дітей еротичних фантазій, які компенсують відсутність реальних міжособистісних контактів у юнаків та перешкоджають інтеграцію в доросле життя.

Інший дослідник А. Адлер вказує що „...на початку життя кожен відчуває значне відчуття власної неповноцінності” [1, с. 64]. Усунення якого забезпечується механізмом компенсації, що функціонує як психологічний захист, часто через девіантну поведінку, „занурення в хворобу”, бажання домінувати тощо. Через функціонування психологічних захистів усувається можливість критики дитини з метою збереження власної самоповаги. Автор зазначає, що „компенсаторні механізми, які створені дитиною з метою позбавлення власної неповноцінності, формуються під впливом мети, що виникає через викристалізування норми, або константи самооцінки” [1, с. 69]. Суб'єкт намагається відновити структуру взаємостосунків, які були характерними в дитинстві. У ході відновлення останніх переконати суб'єкта відмовитись від своєї позиції є досить складним завданням.

Таким чином, досліджуючи емоційну сферу дітей підліткового віку необхідно брати до уваги психіку цілому з врахуванням свідомої та несвідомої її сфер. Психологічні захисти часто супроводжують виникнення дисфункцій емоційної сфери підлітків. Психічне передбачає поєднання суперечливих тенденцій, які можуть бути передумовою виникнення емоційних порушень. Так, часто свідоме і несвідоме мають діаметрально протилежне спрямування, безконфліктне згармонізовування яких відбувається на ілюзорних засадах, що забезпечується автоматизованими психологічними захистами і обумовлює суб'єктивну інтеграцію психіки. Згідно з психодинамічною моделлю психіки Т. С. Яценко: „Несвідоме „обізнане” з усім, що притаманне психіці суб'єкта, оскільки воно „бачить” зміст свідомого. Свідоме ж не може „бачити” зміст несвідомого, оскільки „заважають” психологічні захисти” [8, с. 95]. Все це суб'єктивно забезпечує стабільність психіки, але дезадаптує підлітка в об'єктивній реальності, що часто є передумовою виникнення емоційних дисфункцій. Нівелювання автоматизованих психологічних захистів, через їх усвідомлення сприяє гармонізації свідомого із несвідомим, що спирається на реальні об'єктивні засади і забезпечує особистісний розвиток та покращення емоційного стану підлітка.

Отже, психологічні захисти зумовлюють відступи від реальності, які часто є дезадаптуєчим чинником під час взаємодії підлітка з соціумом. Психологічні захисти підпорядковуються генеральному механізму „від слабкості до сили”, що є організуючим чинником, а також визначає їх індивідуальність та неповторність. Захисти виконують подвійну функцію адже вони зберігають незмінними та задовольняють інфантильні інтереси суб'єкта, а також забезпечують захист суб'єктивної структурованості психіки в її ідеалізованих надбудовах.

Т. С. Яценко спираючись на психодинамічну теорію виокремлює кілька різновидів психологічних захистів, а саме базові (особистісні) та ситуативні (периферійні). Перші структуруються під впливом цінностей інфантильного „Я”. Згідно з вченою „інша логіка”, генерована несвідомою сферою психіки об'єктивує семантичну сутність базових захистів, що є суперечливою по відношенню до „логіки свідомого” якій слугують ситуативні захисти. Таким чином, логіка свідомого об'єктивується ситуативними захистами, а логіка несвідомого – базовими. Суперечливе протиставлення двох логік супроводжується виникненням емоційних дисфункцій дітей підліткового віку. Наявність внутрішньої суперечності психіки часто зумовлює появу негативних емоційних станів та поведінки. Вказані різновиди психологічних захистів структуруються під впливом провідної тенденції „до сили”. Ситуативні захисти, не зважаючи на пріоритетність потреб свідомого та підпорядковуючись „принципу реальності” водночас враховують цінності інфантильних базових захистів, при цьому здійснюючи їх соціальне та нормативне маскування інтересів і цінностей сформованих у ранньому дитинстві та слідує його цінностям. Таким чином, виокремлені вченою види психологічних захистів здійснюють суб'єктивну зінтегрованість психіки, що продукують відступи від об'єктивної реальності.

З метою усунення емоційних дисфункцій підлітків під час психокорекційного впливу часто здійснюються групові форми роботи за методом АСПП [9]. Проголошені в групі принципи роботи спрямовані на створення сприятливих психологічних умов та забезпечують розкриття внутрішнього потенціалу підлітків. Так, в процесі психокорекційної роботи здійснюється об'єктивування цінностей несвідомої та свідомої сфер психіки, об'єктивується їх різноспрямоване направлення й здійснюється вибір поведінки, яка нівелює появу невротичних симптомів і посилює образ „Я” на об'єктивних та усвідомлюваних цінностях. Крім того, психолог забезпечує усвідомлення підлітком суб'єктивної зінтегрованості психіки та її роль у формуванні психологічних захистів, надавши можливість співставити свідомі бажання із декларованою поведінкою, що забезпечує розуміння внутрішньої суперечності психіки.

#### Список використаних джерел

1. Адлер А. Понять природу человека / Пер. Е. А. Цыпина – СПб.: Академический проект, 1997 – 256 с.
2. Бурлачук Л. Ф. и др. Основы психотерапии / Л. Ф. Бурлачук, И. А. Грабская, А. С. Кочарян. – К.: Ника-Центр, 2001. – 320 с.
3. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О. М. Степанов. – К.: Академвидав, 2006. – 424 с.
4. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы: / Пер. с англ. – М.: Педагогика, 1993. – 144 с.
5. Фрейд А. Теория и практика детского психоанализа. / Пер. с англ. и нем. – М.: ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 384 с.
6. Хьелл Л., Зиглер Д. Теория личности. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2007. – 607 с.
7. Энциклопедия глубинной психологии Т. И. Зигмунд Фрейд: жизнь, работа, наследие. Пер. с нем. / Общ. ред. А. М. Боковикова. – М.: ЗАО МГ Менеджмент, 1998. – 800 с.
8. Яценко Т. С. Теория і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання: Навч. посіб. – К.: Вища школа, 2004. – 679 с.
9. Яценко Т. С., Авраменко С. М., Зажирко М. П., Харенко С. Г. Прикладні аспекти застосування активного соціально-психологічного навчання у школі: Навч. посібник. Видавець Чабаненко Ю.. – Черкаси, 2006. – 112 с.