

СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЗАХИСТУ В ПРОЦЕСІ САМОПРИЙНЯТТЯ ПІДЛІТКІВ

У статті розкрито специфіку функціонування психологічного захисту підлітків упродовж складного процесу самоприйняття. Запропоновано основні теоретичні блоки й конструкти концептуальної моделі особистісного самоприйняття та психозахисту підлітків.

Ключові слова: підлітки, самосвідомість, самоприйняття, психозахист, механізми психологічного захисту.

Гошовская О. Я. Структурные и функциональные особенности психологической защиты в процессе самопринятия подростков. Стаття розкриває специфіку функціонування психологічної захисту підлітків на протязі складного процесу самоприйняття. Предложені основні теоретичні блоки й конструкти концептуальної моделі особистісного самоприйняття й психозахисту підлітків.

Ключевые слова: подростки, самосознание, самопринятие, психозащита, механизмы психологической защиты.

Hoshovska O. Ya. Structural and Functional Features of Psychological Defence in the Process of Acceptance of Teenagers. The article exposes the specific of functioning of psychological defence of teenagers during the difficult process of acceptance. Basic theoretical blocks are offered and construction of conceptual model of personality acceptance and psychological defence of teenagers.

Key words: teenagers, consciousness, self acceptance, psychological defence, mechanisms of psychological defence.

Постановка наукової проблеми та її значення. У контексті складних і мінливих реалій нашого суспільства, якому притаманні численні соціально-психологічні та міжособистісні конфлікти й дисгармонії, одним із ключових психологічних механізмів, що людина обирає для самоствердження, є психозахист. Вивчення психологічних особливостей взаємозалежності самоприйняття та психозахисту особистості підлітка висувається в ранг актуальних завдань сучасної психологічної теорії й практики [2–7].

Окреслену проблематику ми розглядаємо в широкому спектрі психогенези особистості, зокрема крізь призму становлення її самосвідомості як складної єдності психофізіологічних і біосоціальних чинників, що зумовлює функціонування всіх сфер особистісної са-

мости, зокрема самооцінки, образу Я, Я-концепції, самоакцептації тощо. Важливим моментом вирішення проблеми постає з'ясування рівня розвитку особистісної рефлексії та детермінація ним виникнення в людини потреби самоосмислення, самосприймання, саморозуміння й самоприйняття. Здебільшого перебіг самоприйняття особистості, особливо в підлітковому віці, відбувається в режимі амбівалентності та кризовості. Перехідний, помежовий, проблемний характер вікових змін й ускладнене функціонування провідного виду діяльності, основних психічних новоутворень, сензитивності та інших параметрів психоструктури в підлітковому віці призводять до того, що діти активно й часто застосовують різнотипні механізми психологічного захисту. Підлітки в складний перехідний період досить часто не готові до нових жорстких вимог суспільства, не спроможні зробити самостійний вибір та взяти на себе відповідальність за власну поведінку, за своє майбутнє, а отже, вимушені вдаватися до різних способів психологічного захисту й стратегій подолання кризових та конфліктних ситуацій. Почуття дорослості, що притаманне підліткам як важливий фактор особистісного самоствердження, можуть пригнічувати й блокувати дорослі, тому діти задля віднаходження шляхів розвитку та саморозвитку цього психічного новоутворення вдаються до різноманітних поведінкових тактик і стратегій. Потреба в самоосмисленні та самовизначенні створює високу емоційну напругу, тому підлітки, не володіючи життєвими навичками, не вміючи вибирати адекватні способи зняття напруженості й тривоги, які давали б можливість зберегти свою індивідуальність і сформуванати здоровий стиль життя, просто не можуть використовувати ефективні механізми психологічного захисту та стратегії подолання й удаються до деструктивних форм захисної поведінки.

Табування та регламентація з боку дорослих стимулюють підлітків до задіяння механізмів психозахисту (наприклад у варіанті постійного вербального й поведінкового спротиву). Отож для забезпечення комфортності власного онто- та соціогенезу діти демонструють широкий поведінковий психозахисний спектр: від комплексу дисморфобії до нонконформізму.

Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми. Різнобічне вивчення феномену психологічного захисту як важливого неусвідомлюваного механізму регуляції поведінки й діяльності людини здійснено у низці досліджень (Р. Грановська, Ф. Басейн, О. Карпов,

О. Чумакова, М. Юркова, R. Plutchik, Н. Kellerman, Н. Conte та ін.). Психологічний захист відіграє важливу роль у процесі формування й удосконалення самої особистості та її різноманітних потреб. У більшості сучасних психологічних концепцій психологічному захисту відводиться функція подолання відчуття невпевненості в собі, власної неповноцінності, захисту ціннісної свідомості й підтримки стабільної самооцінки [2; 4–7].

Фундаментальне вивчення мотиваційно-сислової регуляції особистості в процесі її професіоналізації, на думку Ж. Вірної, спонукає до залучення системи спонукально-мотиваційних засобів і механізмів, одним із яких є психологічний захист, що дає змогу як долати ймовірні явні та латентні конфлікти, так і загалом збалансовує психосферу людини [1].

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів досліджень. Різноманітні форми й механізми психологічного захисту функціонують у повсякденному досвіді будь-якої людини та залишаються при цьому мотивом поведінки, прихованим від неї самої та від недосвідченого спостерігача чи учасника спілкування. Психозахист трактується як один із найсуперечливіших конструктів у психоструктурі особистості, оскільки одночасно сприяє і її стабілізації, і дезорганізації, тобто, вносячи іноді елементи комфорту в процес спілкування, надмірно інтенсивний психозахист може спонукати дискомфортний перебіг і недосягнення його результатів [3].

Ми розглядаємо психологічний захист як сукупність несвідомих психічних процесів, що оберігають психічний світ особистості від небезпечних негативних та деструктивних дій внутрішньо-психічних і зовнішніх імпульсів. Тому психологічний захист є особливою формою психічної активності, яка дає змогу тимчасово (або й на тривалий час) полегшити психоемоційні чи когнітивні конфлікти й зняти психоемоційну напруженість у міжособистісних стосунках. Особливою його функцією є спроможність істотно змінювати функціональну семантику подій і переживань, щоб не завдати психотравми та не зашкодити вибудованій системі уявлень про себе, тобто не гальмувати позитивне самоприйняття. Звичайно, психологічний захист особистості є потужною соціо- й психорегулятивною системою, що різномірно стабілізує гомеостаз особистості, нейтралізуючи тривожність, фрустрацію, конфліктність та інші депресивні відтінки її життєдіяльності. Ключовим завданням психозахисту є обмеження

свідомості від негативних, травмівних і деструктивних переживань та тенденцій.

Проблема вивчення й залучення психологічного захисту має чітко виражену “медичну” симптоматику, насамперед у дослідженні патогенезу психічних і психосоматичних захворювань (Л. Бурлачук, А. Михайлов, В. Ротенберг та ін.), зокрема аналіз дії механізмів психологічного захисту для розуміння “внутрішньої картини хвороби” й вибору обґрунтованої психотерапевтичної тактики (Г. Ложкін, М. Мушкевич, В. Ташликов та ін.). Залучення конкретних форм психологічного захисту є відправним моментом у побудові впливів, ґрунтованих на принципах особистісно орієнтованої терапії. Такий підхід використовується не лише для лікування неврозів, а й для одужання від захворювань, що мають соматобіологічну природу, тобто вироблення адекватних форм психологічного захисту є одним із засобів досягнення оздоровлення й ефективної адаптації.

Деякі дослідники стверджують, що істотним аспектом розуміння будь-якого особистісного феномену є уявлення про закони його формування в онтогенезі. Відзначається, що більшість посилянь, які трапляються в науковій літературі про цей процес, є наслідком гіпотетичних міркувань авторів, а не результатом експериментальної перевірки. Зокрема, О. Чумакова констатує, що психологічний захист у дитячому віці, тобто на етапі становлення особистості, практично не був систематизовано дослідженим з часів Анни Фройд, а реальна психологічна практика постійно посиляється то на неефективний психологічний захист як причину порушень психічного здоров'я та дезадаптації людини в соціумі, то, навпаки, на недостатню психологічну захищеність як негативний чинник того ж явища й стану речей [6].

Однією з головних особливостей системно-структурного характеру психологічного захисту, на думку М. Юркової, є компенсаторні можливості окремих захисних механізмів як їх компонентів. Дослідниця відзначає, що структура психозахисту не є абсолютною, однак виступає генетично відносною в процесі соціалізації та змінюється в плані статевої диференціації. Характер і міра вираженості окремих компонентів структури психологічного захисту стійко пов'язані з особистісними властивостями людини [7].

Аналізуючи подібну проблематику, О. Карпов зауважує, що в перехідний період із підліткового в юнацький вік хлопці й дівчата

демонструють різні способи психологічного захисту, які визначають вибір стратегій подолання, рівень суб'єктивного контролю, особистісну й ситуативну тривожність тощо. Констатується, що тип поведінки в конфлікті визначається вибором механізму психологічного захисту, а існування гендерних відмінностей у використанні механізмів психологічного захисту зумовлене специфікою статево-соціальних ролей, які відіграють в суспільстві представники фемінінності чи маскулінності. Дослідник стверджує, що в процесі соціально-психологічного тренінгу відбуваються зміни механізмів психологічного захисту, які приводять до підвищення активних стратегій подолання й зниження пасивних [2].

Завдяки науковому дослідженню Т. Тулуп'євої виявлено специфіку функціонування психологічного захисту в період юності, досліджено статево та навчально-професійну специфіку механізмів психологічного захисту, розроблено типологізацію видів психозахисту, зокрема захист, орієнтований переважно на зовнішнє середовище й орієнтований на внутрішній спосіб реагування на психотравмуючу інформацію. Вчена встановила емоційні та комунікативні особливості, що зумовлюють активізацію механізмів психологічного захисту в юності, а також детально описала психологічні портрети особистості в юнацькому віці, виділені за частотою застосування провідного механізму психозахисту [5].

Упродовж онтогенезу особистості психологічний захист спочатку розвивається як засіб інтрапсихічної адаптації та може призводити до зовнішньої соціально-психологічної адаптації або дезадаптації залежно від гнучкості й інтенсивності використовуваних механізмів. Уважається, що принциповою особливістю розвитку психологічного захисту в дитячому й зрілому віці є не наявність або відсутність у захисній стратегії окремих механізмів, а інтенсивність їхнього використання [3; 4].

Вивчення проблем функціонування самосвідомості, зокрема самостійності, саморегуляції, самоконтролю, самоорганізації, самоствердження особистості має плідну історію у вітчизняній і зарубіжній психологічній науці [3; 4; 7]. Самоприйняття розглядається як активність особистості, що спрямована на усвідомлення об'єкта власного *Я* та прийняття його на рівні екзистенційної суб'єктності. Самоприйняття доцільно трактувати як емоційно-ціннісне ставлення до себе, сформоване на підставі результатів самосприймання. Тому це насамперед самопізнання й самовизнання як особливі процеси люд-

ської психіки, що мають пізнавальну, емоційну та вольову форми прояву. Ми виходимо з поглядів про те, що до пізнавальної форми належать самовідчуття, самостереження, уявлення про себе, самоаналіз, самокритика й ін. До емоційної форми прояву включаємо самопочуття, самолюбство, гордість, скромність, почуття власної гідності, відповідальності тощо. Водночас до вольової форми відносимо самоконтроль, самовладання, стриманість, самодисциплінованість та інші складники, що засвідчують регулятивні (саморегулятивні) властивості й потенціали особистості. Конвергентна єдність показників усіх трьох форм забезпечує формування повноцінної та різнобічного самоприйняття особистості.

У структурному плані феномен самоприйняття можна подати як єдність когнітивного, емоційного й регулятивного компонентів. Когнітивний – прийняття будь-яких своїх якостей з одночасним уявленням про них із погляду того, якими вони повинні бути. Емоційний – сума осмислених і емоційно схвалених оцінок та самооцінок. Регулятивний – поведінкові акти бажання діяти в потрібному напрямі, саморегулятивність.

Процес становлення самосприймання особистості відбувається впродовж усього її життєвого шляху, звичайно з різною мірою інтенсивності, сензитивності й домінантності. Традиційно вектор розвитку емоційно-інтелектуального прийняття особистістю власного *Я* відбувається від парціальних елементарних самовідчуттів до самоуявлення, розуміння себе та, насамкінець, до глобального самоприйняття.

Ми розглядаємо архітектоніку самоприйняття особистості як синтез основних її потенціалів: пізнавального, ціннісного, естетичного, творчого, комунікативного й ін. Самоприйняття особистості відбувається на рівні таких основних сфер: інтелектуально-когнітивна, морально-вольова, соціально-перцептивна, фізично-гігієнічна, історично-культурна та ін.

Особливості самоприйняття проявляються і на рівні розвитку й засвоєння підлітками результатів самоакцептивної атрибуції, насамперед у логічному ланцюгу “зовнішність–характер–соціальна поведінка”. На підставі аналізу фахової тематичної наукової літератури [1; 3; 4; 6; 7] ми прогнозуємо на рівні теоретичного конструкту тісну взаємозалежність самоприйняття особистості, ідентифікації, творення образу самої себе, орієнтації в статевих і соціальних ролях, формуванні картини світу від напряму та рівня розвитку атрибутивної системи й задіяння механізмів психологічного захисту.

Гене́за самопри́йняття відбувається також як синтез експектацій (атрибутивних проєкцій), що відображають очікування підлітком певних оцінок і ставлень із боку інших людей, та в залученні ним різних форм психозахисту у випадку розбіжностей між бажаними й реальними результатами. Вочевидь, існує розбалансування в самоприйнятті не тільки на різних етапах онтогенезу особистості, але й у межах внутрішньовікової підліткової популяції – молодший, середній та старший підлітковий вік. Розбалансування (амбівалентність, флюктуативність) самоприйняття, а отже, й потужні психозахисні бар'єри підлітків можуть породжувати як власне вікові поведінкові реакції (емансипація, автономізація, групування з однолітками, наслідки пубертатних криз і сексуальних захоплень), так і загальні позавікові реакції (імітація, опозиція, компенсація, гіперкомпенсація, стереотипізація та ін.). Така розлога й багатокомпонентна соціально-психологічна реальність може не лише гальмувати або спонукати психозахисну активність підлітка впродовж самоприйняття, а й бути однією з безпосередніх причин його спротиву, опору, нонконформізму в множинних поведінкових інтеракціях. Потрібно враховувати, що несприятливий зовнішній вплив (особливо оцінного характеру) на гіперсензитивну психологію підлітка потрапляє в ендогенно підготовлений ґрунт, що може викликати невротичну реакцію-спалах, загострений вербальний самозахист і негативно вплинути на становлення самоприйняття дитини.

Генератором задіяння психозахисних механізмів можуть стати зафіксовані підлітком у процесі побудови системи власного самоусвідомлення (самооцінювання, самоприйняття) під впливом зовнішніх оцінок тривожно-песимістичні особистісні очікування стосовно себе з боку оточуючих (особливо референтних осіб – однолітків, батьків). Настановлення й оцінки друзів, батьків, найближчих і найдорожчих людей можуть серйозно похитнути об'єктивність дитячого самоприйняття та поставити його в обов'язкову залежність із залученням хаотичних чи добре спланованих і відпрацьованих механізмів психозахисту. Безперечно, формування захисної стратегії підлітка значною мірою залежить від впливу таких внутрішньосімейних чинників, як специфіка виховного стилю й характер власної захисної поведінки батьків. Становлення психологічного захисту та частота його задіяння в підлітковому віці опосередковані не лише статеворольовими особливостями безпосередніх вихователів дитини, а й референтністю, характером їхньої емоційної та статусної значущості для неї.

Окремим ракурсом науково-дослідницької уваги повинні постати різноманітні підліткові комплекси (нервово-психічної анорексії, булімії, дисморфофобії (“гідкого каченяти”), “Попелюшки”, “Дюймовочки”, “опальної принцеси” й ін.), які досить часто є найтиповішими основними чинниками побудови оборонних інтенцій, психозахисних механізмів та зміщення об’єктивного характеру суб’єктивного самоприйняття.

Емпіричний блок психодіагностичного вивчення структурно-функціональних особливостей психозахисту в самоприйнятті особистості підлітка передбачає залучення широкого науково-психологічного інструментарію, зокрема таких методик, як “Тест-опитувальник механізмів психологічного захисту (Life Style Index)”, розроблений Р. Плутчиком спільно з Г. Келлерманом і Х. Р. Контом, що ґрунтується на структурній теорії захисних механізмів Р. Плутчика й дає змогу оцінити вираженість у захисній стратегії індивіда восьми механізмів захисту, опитувальник “Індикатор стратегій подолання стресу”, методика діагностики рівня суб’єктивного контролю (Дж. Роттера), восьмиколірний тест (М. Люшера); методика дослідження самоставлення (В. Століна, Л. Пантелєєва); “Тест самоакцептації підлітків і сприймання батьківських установок стосовно них” (М. Алексєєва, О. Насонова), методика діагностики ситуативної й особистісної тривожності (Ч. Спілбергера, Ю. Ханіна), “Діагностика особистісної тривожності” (А. Прихожан), “Q-класифікація” (В. Стефенсона), “Метод багатоаспектної квантифікації міжособистісних взаємин” (Т. Лірі), проективна методика “Малюнок людини” та ін.

Одним із завдань подальшого емпіричного дослідження ми обрали побудову на підставі отриманих показників рангової шкали “популярності” різних механізмів психологічного захисту в дітей у межах підліткової популяції, зокрема у взаємодії з базовими стилями їхнього самоприйняття.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Прерогативою психолого-педагогічного впливу на процес становлення самоприйняття підлітка має стати розвиток у нього оптимальних тактик і стратегій психозахисту, зорієнтованих на адекватне самооцінювання, самосприймання й саморегуляцію спілкування та поведінки. Психокорекція й психопрофілактика в процесі розвитку самосвідомості підлітка повинні розглядатися насамперед у напрямі залучення ним толерантних систем психологічного захисту, зокрема від емоційно-аксіологічних зрушень, посягань і зміщень у процесі міжособистісної

взаємодії із широким соціальним довкіллям. Нагальної необхідності набуває вивчення проблем культивування активного психозахисту в дітей у випадках самонеприйняття й самозаперечення. У роботі з підлітками постає гостра потреба неперервної актуалізації та підсилення емоцій і взаємин позитивного суб'єктивного змісту, які приведуть до покращання самоприйняття й послаблення гіпертрофованих технік психозахисту, а загалом – до успішної соціалізації та подальшої самоактуалізації.

Література

1. Вірна Ж. П. Мотиваційно-сміслова регуляція у професіоналізації психолога : монографія / Ж. П. Вірна. – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2003. – 320 с.
2. Карпов А. Б. Механизмы психологической защиты и стратегии преодоления в переходный период от подросткового к юношескому возрасту: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / А. Б. Карпов. – М., 2006. – 228 с.
3. Никольская Н. М. Психологическая защита у детей / Н. М. Никольская, Н. М. Грановская. – СПб. : Речь, 2001. – 504 с.
4. Романова Е. С. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика / Е. С. Романова, Л. Р. Гребенников. – Мытищи : Талант, 1996. – 144 с.
5. Тулупьева Т. В. Психологическая защита и особенности личности в юношеском возрасте : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Т. В. Тулупьева. – СПб., 2001. – 173 с.
6. Чумакова Е. В. Психологическая защита личности в системе детско-родительского взаимодействия : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.11 / Е. В. Чумакова. – СПб., 1998. – 184 с.
7. Юркова М. В. Структура и динамика защитных механизмов личности в процессе ее социализации : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01, 19.00.05 / М. В. Юркова. – Ярославль, 2000. – 163 с.