

Секция «Теория и методика педагогического образования (социально-гуманитарные науки)»

Роль механизмов психологической защиты у молодежи

Аксенов Виталий Владимирович

Студент (магистр)

Мордовский государственный педагогический университет им. М. Е. Евсевьева, Саранск,
Россия

E-mail: witik2014m@mail.ru

Для юношеского возраста характерным является становление личности (кризис идентичности, сепарация от родительской семьи и необходимость профессионального самоопределения), что происходит на фоне высокого уровня стресса, неопределенности и социального давления. Имеющиеся личностные ресурсы юношей проходят серьёзную проверку перед разнообразными воздействиями внешней среды. В виду отсутствия широкого жизненного опыта в преодолении фрустрирующих воздействий, молодые люди испытывают серьёзное эмоциональное напряжение, проявляющееся широким спектром реакций в виде повышенной тревожности, раздражительности, чувства одиночества, апатии или немотивированной агрессии. В связи с этим, актуальным становятся способы преодоления вышеперечисленных эмоциональных реакций, особое место среди которых занимают механизмы психологических защит, поскольку они имеют бессознательную основу и существуют абсолютно у каждого человека

Феномен механизмов психологических защит обосновал и ввёл обиход впервые З. Фрейд. Создатель психоанализа подразумевал под ними - способ, с помощью которого «Я» справляется с неприемлемыми, социально порицаемыми мыслями и аффектами [2]. По мнению З. Фрейда, психологические защиты патологичны и является ничем иным, как симптомом ненормального функционирования личности.

Продолжая исследования механизмов психологических защит А. Фрейд приходит к противоположному мнению и рассматривает их как - один из механизмов адаптации и интеграции личности [8]. Исходя из определения автора можно судить о том, что защитные механизмы предстают в позитивном ключе, в силу того, что обеспечивают адаптацию индивида к требованиям реальности, не разрушая, а сохраняя структуру личности.

Двойственную природу механизмов психологических защит выделяет в своей основополагающей работе «Психоаналитическая теория неврозов» О. Фенихель. Психоаналитик выделяет успешную защиту, результат которой окончательно блокирует нежелательные побуждения и безуспешную сущность которой заключается в повторении процесса запретных побуждений [7]. Также автор отмечает, что успешные защиты менее важны в понимании неврозов и менее понятны, что отражается в трудной дифференциации между двумя категориями защиты.

Последующее изучение механизмов психологических защит приобрело более масштабный характер став объектом исследования не только психоанализа, но и всей психологической науки. Неоднозначность взглядов на механизмы психологических защит привела к становлению двух точек зрения: согласно первой, защиты являются необходимым адаптивным инструментом; согласно второй - их ригидное использование ведет к дезадаптации и неврозам.

Например, К. Холл и Г Линдсей выделяют исключительно неконструктивные характеристики механизмов психологических защит: отрицание или ис-

кажение (чаще в комплексе) реальной действительности, что только отдаляет индивида от адекватного функционирования в реальном мире [3].

Похожее мнение мы находим у Р. М. Грановской, которая видит в механизмах психологических защит «барьер», препятствующий объективному восприятию мира и сужающий многогранность получаемой информации. В то же время автор отмечает и положительную сторону ограничения опасной, поступающей информации, отрывающее возможность для решения конкретной ситуации [1].

«Адаптивную сторону механизмов психологических защит выделяет В. С. Ротенберг, указывая на то, что они поддерживают целостность сознания» [5].

Аналогичную точку зрения высказывает Л. Ю Субботина говоря о том, что защитные механизмы сохраняют равновесие между личностью и средой, уменьшая проявления тревоги, напряжения, эмоционального дискомфорта [6].

Проведённый анализ позволяет рассматривать механизмы психологической защиты как амбивалентный феномен, роль которого неоднозначна, что проявляется в двойственной функции защит: с одной стороны - охрана психики от перегрузки, с другой - потенциальное торможение личностного роста при их ригидном использовании. Отражение двойственной сущности механизмов психологической защиты содержится и в их классификациях. В данном исследовании мы опираемся на классификацию защитных механизмов, предложенную Н. Мак-Вильямс. Исследователь разделяет механизмы психологических защит на зрелые и примитивные [4]. Представленные группы защитных механизмов принципиально различаются по своему влиянию на личность. **Зрелые защиты** (аннулирование, вытеснение, смещение, интеллектуализация, компенсация и др.) в целом являются **адаптивными**: они позволяют человеку осознанно или полуосознанно справляться с внутренним конфликтом, минимально искажая реальность и сохраняя способность к действию. Напротив, **примитивные защиты** (отрицание, проекция, всемогущий контроль, примитивная изоляция и др.) чаще оказываются **дезадаптивными**: они грубо искажают или отрицают реальность, блокируют обратную связь от среды и при ригидном использовании препятствуют личностному росту. **Следовательно, выявляется прямая зависимость**: какие защитные механизмы доминируют у молодого человека - зрелые или примитивные, - их роль будет либо способствовать успешной адаптации к стрессовым условиям (помогая сохранять целостность сознания и находить конструктивные решения), либо, напротив, вести к дезадаптации (искажая восприятие реальности и закрепляя избегающее поведение, что особенно критично в период личностного становления).

Обобщая всё вышесказанное, мы приходим к заключению, что механизмы психологической защиты имеют амбивалентный феномен, который может носить как адаптивный, так и дезадаптивный характер в зависимости от использования зрелых или примитивных механизмов психологических защит. **В молодёжном возрасте доминирование зрелых защит может способствовать личностному росту, тогда как ригидное применение примитивных механизмов ведёт к торможению развития и искажению реальности.**

Источники и литература

- 1) Грановская Р.М. Элементы практической психологии. СПб.: Свет, 1997. 608 с.
- 2) Ермаков, П. Н. Психологические защиты пользователей социальной сети с разным уровнем осмысленности жизни / П. Н. Ермаков, Е. Е. Белоусова // Вестник Удмуртского уни верситета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2021. – Т. 31. № 4. – С. 406–415.

- 3) Ким Ф.Х. Механизмы психологической защиты // Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences. 2022. Vol. 2, no. 8. P. 318–323.
- 4) Мак-Вильямс, Н. Психоаналитическая психодиагностика / Н. Мак-Вильямс. – Москва : Класс, 2015. – 592 с. – ISBN 978-5-86375-211-7. – Текст : непосредственный.
- 5) Роттенберг В. С. Психологические проблемы психотерапии // Психологический журнал. 1986. Т. 7, № 3. С. 111–118.
- 6) Субботина Л. Ю. Психология защитного поведения. Ярославль: Изд-во Ярославского государственного университета, 2006. 220 с.
- 7) Фенихель О. Психоаналитическая теория неврозов / Отто Фенихель ; перевод с английского и вступительная статья А. Б. Хавина. — 5-е изд. — Москва : Академический проект, 2023. [U+F02D] 789 с. [U+F02D] (Библиотека интегративного психоанализа). — ISBN 978-5-8291-3999-5
- 8) Фрейд, А. Эго и механизмы защиты / А. Фрейд. – Москва : [б. и.], 2003. – 159 с.