

УДК 159.922.7

Балабанова А. М.

студентка

студентка 4 курс, направление подготовки «Психология»

ГБОУ ВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет»,

Россия, г. Симферополь

научный руководитель Кольчик Е.Ю.

к.псих.н., старший преподаватель кафедры психологии ГБОУВО РК

«Крымский инженерно-педагогический университет»

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению теории психологических защит личности по Зигмунду Фрейду. Значения психологических механизмов для человека. А также рассмотрены виды защитные механизмы. Такие, как: деперсонализация, сублимация, вытеснения, реактивное образование, проекция, идентификация, рационализация, интроекция.

Ключевые слова: психологическая защита, механизмы психологической защиты (вытеснение, рационализация, сублимация, идентификация, проекция, интроекция, деперсонализация).

Balabanova A.M.

student

4th year student, the direction of training "Psychology"

GBOU HE RK "Crimean Engineering and Pedagogical University",

Russia, Simferopol

scientific adviser Kolchik E.Yu.

Ph.D., Senior Lecturer, Department of Psychology, GBOUVO RK "Crimean

Engineering and Pedagogical University"

Annotation. The article is devoted to the consideration of the theory of psychological defenses of the individual according to Sigmund Freud. Values of psychological mechanisms for humans. And also considered the types of protective mechanisms. Such as: depersonalization, sublimation, displacement, reactive formation, projection, identification, rationalization, and introjection.

Key words: psychological defense, psychological defense mechanisms (repression, rationalization, sublimation, identification, projection, introjection, depersonalization).

Для психологической науки актуальным является изучения психологических защит, которые используются людьми для совладения с внешними и внутренними конфликтами.

Психологическая защита представляет собой регулятивную систему стабилизации личности для снижения чувства страха, тревоги. В общем психологическая защита используется сегодня, для того чтобы избавиться от психологического дискомфорта.

Было отмечено, что феномен психологическая защита и ее проявления неоднократно описывалась в философской и художественной литературе.

В конце 19 века в работах З. Фрейда начался научный анализ психологической защиты личности.

В первые понятия «психологических защит» было введено известным австрийским психологом Зигмундом Фрейдом в 1894 году.

В работах Фрейда было отмечено, что прототипом психологической защиты является механизм вытеснения, конечной целью, является избегания неудовольствия всех негативных аффектов, которые сопровождают внутренние конфликты между бессознательными влечениями и теми, что отвечают за регуляцию поведения личности [1].

Исходя, из структур личности разработавшим З. Фрейдом психологические защиты рассматриваются как основные функции Эго в интеграции и адаптации личности.

Когда Супер - Эго, которое определяется, как система социальных норм и запретов не может быть удовлетворено инстинктивными желаниями, которые исходят от Ид, то включается в действия механизмы психологической защиты с целью снятия конфликта и напряжения.

Именно в этом случае все способы защиты направлены на то, чтобы помочь Эго в его борьбе с инстинктивной жизнью.

Защитный механизм - это психологическое образования, которое включается в действия в экстремальных ситуациях.

Механизмы психологической защиты формируются в детстве; их индивидуальный набор зависит от их отношения с взрослыми.

Таким образом, З. Фрейд придерживается следующей концепции:

- 1) рассматриваются механизмы психологической защиты как результат развития;
- 2) он индивидуализирован и характеризует уровень адаптации личности.

Каждая личность характеризуется индивидуальным набором защитных механизмов, которые помогают в решении внешних и внутренних конфликтов [3].

Виды механизмов психологической защиты, выделенные З. Фрейдом

Вытеснение - универсальное средство, что позволяет использовать для предотвращения нежелательных внутренних конфликтов, желаний и влечений. Однако вытеснение и подавление влечения проявилась в невротических и психосоматических симптомах (например, в фобиях и страхах).

Ниже приводятся причины:

- 1) вытесненное всё же прорывается в сознание;
- 2) неразрешенный конфликт проявляется в высоком уровне тревоги и дискомфорта.

Вытеснение активизируется в случаи возникновения желания, которое вступает в противоречия с другими желаниями, которые не совместимы с этническими взглядами личности.

На первый взгляд, мы избавляемся от неудовольствия. Но, как писал Фрейд, «... в бессознательном вытеснении желания продолжает существовать: оно может активизироваться и вызвать дискомфорт и психические расстройства».

Вытеснения характеризуют незрелость личности; чаще всего это происходит у детей и истерических невротиков.

По словам З. Фрейда, в процессе лечения на невротика действуют две силы, направленные друг на друга: с одной стороны стремления вспомнить, а с другой - сопротивления, вытесненному вернуться в сознание.

Эго (Я) можно принимать меры безопасности против сознания осознания социально нежелательных импульсов с помощью формирования противоположных реакций.

Реактивные образования - это замена Эго нежелательных тенденций на противоположные.

Рационализация - это объяснения человеком собственных намерений в целях самооправдания и самоуважения.

Сублимация - это один из механизмов психологической защиты личности, который снимает напряжения в конфликтной ситуации путём превращения инстинктивных форм психики в социально желательные для человека и общества формы деятельности.

3. Фрейд объяснил творчество человека через сублимацию. Переключения энергии либидо на процесс творчества одна из самых важных особенностей сублимации.

Идентификация - это процесс бессознательной связи с другим субъектом, группой, моделью, идеалом.

Проекция – это приписывание собственных вытесненных переживаний, потребностей, особенностей другим людям.

Вделают следующие виды проекций:

1. Атрибутивная проекция - приписывание собственных мотивов, чувств и действий другим людям.

2. Аутичная проекция - детерминизм потребления человеком. Личные потребности определяют, как субъект воспринимает других людей или объекты.

3. Рациональная проекция характеризуется рациональной мотивацией.

4. Комплементарная проекция - это проекция признаков, дополнительных к тем, которые субъекту присущи в действительности.

Механизм психологической защиты, противоположным проекциям, является интроекция.

Интроекция - это включение в психологическую структуру «Я» внешних ценностей и стандартов.

Человек наделяет себя чертами, свойствами других людей. Например, человек берет на себя функцию надоедливого наставника, поскольку проявления такой черты у другой личности его раздражает. С целью внутреннего конфликта таким образом избежать психологического дискомфорта.

Замещение является предметом неудовлетворенных желаний и стремлений с помощью другого объекта.

В случаи замещения имеет место частичная разрядка энергии, напряжения, которая создается одной потребностью и связана с определенным переносом энергии на другой объект.

Деперсонализация – это восприятия других людей как обезличенных, лишенных индивидуальности представителе некоторой группы. Если субъект не позволяет себе думать о других как о людях, которые имеют чувство и индивидуальность, он защищает себя от восприятия их на эмоциональном уровне.

В настоящее время считается, что психологическая защита, не смотря на ее роль в снятии напряжения, нарушает адаптацию личности, поскольку отдаляет субъекта от реальности, не позволяет ему осознать собственные проблемы и конфликты [6].

Выделяются следующие негативные аспекты психологической защиты:

- 1) отдаления от реальности как следствия вмешательства психологических защит;
- 2) сосредоточение на собственном «Я»;
- 3) сужение, искажение и блокировка обратной связи, которая не подкрепляет желания собственного «Я».

Многие отрицательные черты характера являются следствием защитной установки личности. Они могут быть изменены только при условии целостного включения в такое общения, которое гарантирует возможность исследовать свою личность.

Список литературы:

1. Бассин Ф.В. О силе Я и психологической защите // Вопросы философии. 1969 г., №2, с. 118-126.
2. Будасси С.А. Защитные механизмы личности. Программа спецкурса. М., 1998.

3. Журбин В.И. Понятие психологической защиты в концепциях З. Фрейда и К. Роджерса // Вопросы психологии. 1990. №4.
4. Занюк С. Психология мотивации. К.: Эльга-Н; Ника-Центр, 2002 г.
5. Защита психологическая // Психология: Словарь. -- М.: Политиздат. 1990. -- С. 121-122.
6. Лестер К. Защитные механизмы человеческой психики. М., 1963.
7. Романова Е.С., Гребенников Л.Р. Механизмы психологической защиты. Мытищи, 1990, с. 6-24.
8. Романова Е.С. Исследование механизмов психологической защиты при девиантном поведении // Российский психиатрический журнал. 1998, №3. С. 63-68
9. Романова Е.С., Гребенников Л.Р. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика. М., 1996.
10. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. М.: Наука, 1989, с. 456.
11. Фрейд З.Я и Оно. // Психология бессознательного: Сб. Произведений. М. Просвещение, 1990, с. 425-439.
12. Фрейд З. Психология "Я" и защитные механизмы. М., 1993.
13. Фрейд З. Психология бессознательного. М., 1989.
14. Фрейд З. "О динамике переноса". М.: Изд-во политической литературы, 1992 г.
15. Фрейд З. Этюды об истерии.- Ереван, 1991.- Репринтное воспроизведение издания 1913 г.