

## МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ

Швидкі тенденції розвитку сучасного суспільства передбачають постійні ускладнення соціуму та збільшення його впливу на особистість – все це призводить до збільшення «тиску» на психіку. Інформаційна перенасиченість світу вимагає інтенсивного розвитку в особистості тих структур, які відповідають за ефективне пристосування до оточення. Однією з адаптаційних систем особистості є психологічний захист. Нерідко дорослі не беруть до уваги ті дрібниці, що для дитини здаються важливими проблемами розцінюючи її світ таким самим, як світ дорослого тільки у зменшеному масштабі. Дитина, потрапляючи у різні неприємні ситуації, автоматично спрацьовує підсвідомо захист, який притуплює емоції страху, тривоги. Ті знання, якими зможе володіти людина, вивчаючи дану тематику, нададуть їй перевагу в діагностуванні тих чи інших своїх проблем пов'язаних із адаптацією та станом психічного здоров'я.

Проблема механізмів психологічного захисту особистості детально розроблена у психоаналізі. З. Фрейд стверджував, що психічний і соціальний розвиток людини йде через установавання балансу між інстинктами й культурними нормами за допомогою захисних механізмів психіки. Концепція про захисні механізми психіки вивчалась також різними психологічними школами (А. Адлер, Е. Еріксон, П. В. Бассін, Ф. Є. Василюк, А. А. Налчаджян, Т. Шибутані та ін.).

Метою нашого дослідження є узагальнення результатів дослідження ролі механізмів психологічного захисту у формуванні особистості.

Психологічний захист – це природне протистояння людини навколишньому середовищу. Він несвідомо оберігає її від емоційно-негативного перевантаження. Всі ці техніки, що здаються різноманітними, можна звести, в принципі, до єдиної функції: «Що б не робити, як би не робити, аби досягти комфортного стану, безпеки». Захист не є «вбудованою» від народження особистісною структурою.

Аналіз літератури із досліджуваної проблеми дозволяє нам зробити наступні висновки:

1. У ситуаціях, коли інтенсивність потреби зростає, а умови її задоволення відсутні, поведінка регулюється за допомогою механізмів психологічного захисту. Психологічний захист визначається як нормальний механізм, направлений на попередження розладів поведінки не тільки в рамках конфліктів між свідомістю та несвідомим, але й між різними емоційно

забарвленими настановами. Ця особлива психічна активність реалізується у формі специфічних прийомів переробки інформації, які можуть охороняти особистість від сорому і втрати самоповаги в умовах конфлікту. Психологічний захист проявляється у тенденції зберігати звичну думку людини про себе, не сприймаючи чи спотворюючи інформацію, яка буде руйнувати первинні уявлення про себе та інших.

2. В кожній людині в житті виникали різного роду конфліктні ситуації, які суроводжувалися емоційним напруженням, переживанням, наявністю різного роду афектів негативних, деструкцій, безперечно коли особа не може задовільнити свої потреби та бажання докладаючи велику кількість зусиль, нічого не вдається, тоді виникає стан емоційної напруги. Дуже часто різні спроби змінити щось не призводять до бажаної мети, всі негативи продовжують збільшуватися, призводячи людину до паніки, руйнуючи зможу побачити альтернативні шляхи вирішення, створюючи негативні наслідки. У багатьох випадках зняття напруги відбувається за допомогою психологічних захистів. Терміни «психологічний захист», «захисні механізми» були введені в психологію З. Фрейдом. Більш повно концепція механізмів психологічних захистів представлена А. Фрейд, зокрема в її роботі «Психологія Я та захисні механізми». Розглядаючи психологічні захисти як один з механізмів адаптації особистості, вона вважала, що вони є несвідомі, придбані в процесі розвитку особистості способи досягнення компромісу між протидіючими силами Воно або Над-Я і зовнішньою дійсністю [1].

3. Таким чином, механізми психологічного захисту – це механізми, які оберігають нас від різних за формою і природою негативних переживань і впливів, вони сприяють збереженню психологічної стабільності, душевної рівноваги. Всі захисні механізми діють на неусвідомленому рівні та заперечують, спотворюють і трансформують сприйняття реальних ситуацій. Основними механізмами є заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проекція, заміщення, інтелектуалізація, реактивне утворення, примітивна ізоляція, раціоналізація, моралізація, сублимація, всемогутній контроль, інтродекція, відігривання, аутоагресія, роздільне мислення, сексуалізація та проективна ідентифікація. Хоча механізми вивчаються досить давно, ще не існує їх єдиної класифікації. Цією проблемою займалися такі вчені як Ложкін Г.В., Карвасарський Б. Д., Мельников В. М., Суботіна Л. Ю., Лазарус Р.

Усі захисні механізми мають дві загальні характеристики:

- 1) вони діють на неусвідомлюваному рівні і тому є засобами самообману;
  - 2) вони спотворюють, заперечують, трансформують або фальсифікують сприйняття реальності, щоб зробити тривогу менш загрозливою для індивіда.
- Слід також зауважити, що люди рідко використовують якийсь один механізм захисту – зазвичай вони застосовують різні захисні механізми для вирішення конфлікту або ослаблення тривоги. Функції психологічних захистів, з одного

боку, можна розглядати як позитивні, оскільки вони захищають особу від негативних переживань, сприйняття психотравмуючої інформації, усувають тривогу і допомагають зберегти в ситуації конфлікту самоповагу. З іншого боку, вони можуть оцінюватися і як негативні.

4. У міру наростання негативної інформації, критичних зауважень, невдач, неминучих при порушенні процесу соціалізації, психологічний захист, що тимчасово дозволяє особистості ілюзорно-позитивно сприймати об'єктивне неблагополуччя, стає все менш ефективним. У разі неефективності його дії, або недостатньої сформованості, при виникненні загрози невротичного зриву індивід інстинктивно шукає вихід і нерідко знаходить його у зовнішньому середовищі. Та й проблема, що викликала неприємності, все одно залишається невирішеною (незадоволена потреба, непоправний особистісний недолік тощо) і призводить рано чи пізно до інших захистів, що заважає особистості змінитися, відповідати новим умовам життя.

### **Література**

1. Фрейд А. Его та захисні механізми / Фрейд З. – М. : Педагогіка-Прес. – 2006. – 68с.
2. Мещерякова Б. Г., Зінченко В. П. Великий психологічний словник. – М.: Прайм-Єврознак. – 2003.
3. Фрейд. З. Психологія несвідомого. – СПб. – 2008. – 200с.

УДК 159.9

**Глебенкова Н., Коваль О. Є.,**  
Тернопільський національний економічний університет

### **ЕВТАНАЗІЯ ЯК ПСИХОЛОГО-ПРАВОВА ПРОБЛЕМА**

Міждержавні загрози, а особливо деструктивні характеристики західної цивілізації, підсилюють девальвацію традиційних моральних засад. Кризові стани в сучасному просторі сприяють сприйняттю цих негативних тенденцій, що, в свою чергу, провокує хаотичне переосмислення багатьох вікових досягнень морального прогресу, в тому числі вічного питання про цінність людського життя і можливості ним розпоряджатися. Звідси зрозумілий надзвичайний інтерес до проблеми евтаназії, яку з усією відповідальністю можна назвати однією з найбільш суперечливих і донині невирішених медико-деонтологічних, релігійно-етичних і психолого-правових проблем сучасності. Проблема евтаназії, котра протягом останніх років зазнає поширення у європейських країнах, знаходить прихильників і в Україні. Проте дана