



УДК 159.923

Психологическая защита личности: методология, механизмы, инструментарий

С.Л. Богомаз

Проводится сравнительный анализ подходов к проблеме психологической самозащиты личности в различных психологических традициях. Материалы статьи способствуют развитию методологических основ психологии на этапе постмодернизма.

Рассматриваются технологические и методологические принципы создания шкал оценки проявления механизмов психологической защиты. Описываются этапы разработки шкал и представлен полученный диагностический инструментарий. Однако для широкого использования метода требуется дополнительная работа с определением внешней валидности.

В настоящее время в психологии проблема психологической защиты является одной из самых актуальных. Многими исследователями [1; 2] накоплен интереснейший материал по этой проблеме, однако единой целостной теории психологической защиты личности еще не создано. В психологической литературе этот вопрос часто обсуждался, однако исследований, в которых бы рассматривалось, как изучается психологическая защита на практике с помощью конкретных методик, было недостаточно.

В последнее время стали появляться исследования, в которых описываются методики, ориентированные как на собственно анализ самозащиты, так и на связанные, а порой и сходные с ней тенденции личности. Особенно часто для изучения самозащиты используют опросники. Исходя из этого, можно предположить, что изучение своеобразия и основных характеристик самозащиты личности будет эффективным при использовании множества пунктов стимульного материала из разных методик.

Психология самозащиты личности: категория, подходы, механизмы

Понятие психологической защиты является одним из основополагающих в современной психологической науке. В отечественной психологической литературе, начиная с известной статьи Ф.В. Басина «О силе «Я» и психологической защите», активно обсуждается проблема психологической защиты. Выделяются защитные процессы и защитные механизмы, невротическая психологическая защита и психотическая защита; помимо классического набора защитных механизмов (вытеснения, отрицания, рационализации, проекции, регрессии и др.) некоторыми авторами вводятся другие механизмы защиты (агрессия, переоценивание и др.). Налицо большое многообразие понятийных средств [3].

Представления о психологической защите привлекаются не только для объяснения эмпирически выделяемых феноменов в практике психотерапии, но и теоретически вводятся в контекст общепсихологических концепций установки, отношений личности,

переживания, самооценки. Также дается семиотическая и психофизиологическая интерпретация защитных механизмов [4].

Психические реальности, для объяснения которых привлекаются представления о психологической защите, также разнообразны. Это и поведение, как психотическое (А.В. Добрович, 1985), так и нормальное (Б.В. Зейгарник, 1980), и феномены общения (сопротивление в психотерапевтическом контакте), гипноза (В.С. Рожнов, 1976), сна (В.С. Ротенберг, 1984). К психологической защите обращаются и для объяснения некоторых состояний психики и сознания, а также причин формирования тех или иных личностных черт [4].

В.И. Журбин наиболее распространенные определения психологической защиты определяет как:

- психическую деятельность, направленную на спонтанное изживание последствий психической травмы (В.Ф. Бассин, В.Е. Рожнов, 1975);
- частные случаи отношения личности больного к травмирующей ситуации или поразившей его болезни (В.М. Банщиков, 1974);
- способы переработки информации в мозге, блокирующие угрожающую информацию (И.В. Тонконогий, 1978);
- механизм адаптивной перестройки восприятия и оценки, выступающей в случаях, когда личность не может адекватно оценить чувство беспокойства, вызванное внутренним или внешним конфликтом, и не может справиться со стрессом (В.А. Ташлыков, 1984);
- механизмы, поддерживающие целостность сознания (В.С. Ротенберг, 1984);
- механизм компенсации психической недостаточности (В.М. Воловик, В.Д. Вид, 1975);
- пассивно-оборонительные формы реагирования в патогенной жизненной ситуации (Р.А. Зачепиский, 1980);
- динамика системы установок личности в случае конфликта установок (Ф.В. Бассин, 1976);
- способы репрезентации искаженного смысла (В.Н. Цапкин, 1985) [4].

В приведенных подходах психологическая защита всегда является частью каких-либо других психических феноменов: деятельности, установки, отношений личности, компенсации и др. Причем спецификация этой части идет не по объекту, а через задание целей и функций защиты. Таким образом, психологическая защита не выделяется в самостоятельный процесс и механизм.

Однако есть общий момент для всех подходов – это наличие ситуации конфликта, травмы, стресса, а также цель – снижение эмоциональной напряженности, связанной с конфликтом, предотвращение дезорганизации поведения, сознания, психики. Можно отметить, что основная смысловая конструкция всех определений защиты совпадает с психоаналитическим пониманием психологической защиты.

Спецификация психологической защиты проводится не по объекту, а по целям и условиям протекания, выделение которых во многом зависит от исследователя, его теоретических установок и практики. Приписывая определению психической активности цели защиты, исследователь воспринимает некоторое поведение, фантазию, сон, творчество как психологическую защиту.

Ситуация сложна еще в одном отношении. Помимо значительного количества подходов психологической защиты существует большое разнообразие эмпирически выделяемых феноменов психологической защиты – от клинических феноменов бреда-образования, до таких развитых форм психологической защиты, как защита подследственного в ситуации допроса.

Возможно, понимая всю сложность вопроса, некоторые исследователи рассматривают понятие психологической защиты как способ описания и способ работы с объектом, отказывая в существовании самим механизмам защиты, т.е. рассматривают проблему в психотехническом аспекте. Р.С. Валлерстайн отмечает: «Механизм защиты – это не более чем конструкция, не более чем понятие, указывающее на способ работы сознания... объясняющее как поведение, чувства, идеи тормозят, отводят, замедляют или каким-то иным способом модулируют нежелательные разряды аффектов. «Защиты» же – это непосредственные формы поведения, проявления аффективности, мыслительной деятельности, которые работают в целях защиты» [4]. Автор различает понятия защиты и объекта, требуя учесть деятельность исследователя, который по-разному может представлять объект.

Таким образом, в проблеме психологической защиты можно выделить следующую оппозицию: с одной стороны, многие исследователи утверждают, что психологическая защита – естественный механизм, имманентно присущий психике, сознанию, с другой стороны, существует точка зрения, что психологическая защита не более чем один из возможных способов описания некоторых форм поведения, мыслительной деятельности, проявления аффективности.

Чтобы разобраться в вышеизложенных трудностях, необходимо обратиться к анализу самой категории. Необходимо развести объект и понятие и провести анализ термина «психологическая защита». Это значит, что необходимо рассмотреть, как оно создавалось исследователем, в какой познавательной ситуации, в соответствии с какими логикой и соображениями. Поскольку основная структура многих определений понятия психологической защиты близка к психоаналитическому пониманию, следует проанализировать возникновение и развитие понятия в психоанализе.

В концепции недирективной психотерапии К. Роджерса, являющейся во многих аспектах антиподом психоанализа, также используется понятие психологической защиты. Имеет смысл сопоставить эти разные концепции, использующие одно понятие защиты, но придающие ему различное значение.

Впервые З. Фрейд обратился к понятию психологической защиты в работе «Нейропсихология защиты». З. Фрейд, работая с истерическими больными, пришел к выводу, что истерический симптом ведет свое происхождение не из неизвестных источников анатомической и физиологической природы, как это полагалось прежде, а из имеющих высокую эффективную ценность психических переживаний, которые были амнезированы. На основе этого была создана концепция истерии. К.Г. Юнг следующим образом излагает ее: «...травма создает некоторое раздражение, от которого при нормальных обстоятельствах освобождаются отводной реакцией, в случае же истерии травма переживается не во всей полноте, вследствие чего происходит задержание раздражения или ущемление аффекта» [4]. В этой концепции отношение между симпто-

мом и сознанием сводится к тому, что симптом может существовать лишь в том случае, если в сознании он замещает некоторые задержанные и амнезирванные аффективные переживания. Терапевт, обратившись в гипнозе к состоянию психики клиента, когда у того произошла замена содержания сознания симптомом, должен вернуть в сознание то, что было из него изъято вследствие невозможности отреагирования. Возвращенное в сознание содержание делает существование симптома невозможным.

Затруднения в практике лечения гипнозом вынудили З. Фрейда искать другие пути к достижению катарсиса. Поиск новой практики он вел в рамках прежней теоретической модели. Изыскивая новый метод достижения катарсиса, т.е. перевода травмирующих переживаний из бессознательного в сознание и отреагирование их, З. Фрейд обратился к технике «настаивания» И. Бернгейма. Эта техника делала возможным в бодрственном состоянии пробудить воспоминания об испытанном сомнамбулизме. И. Бернгейм утверждал, что, когда психотерапевт спрашивает пациентов относительно пережитого в сомнамбулическом состоянии, они сначала утверждают, что ничего не знают, но, когда терапевт не успокаивается, настаивает, уверяет их в том, что они все же знают, те забытые воспоминания всякий раз воскресают. Так поступил и Фрейд со своими больными. Применяя эту технику, З. Фрейд столкнулся с сопротивлением, которое оказывали пациенты попыткам врача «бессознательные воспоминания перевести в сознание. Чувствовалась сила, которая поддерживала болезненное состояние, а именно сопротивление больного» [5]. Он предположил, что для выздоровления необходимо уничтожить сопротивление. На основе феноменов сопротивления З. Фрейд вводит понятие вытеснения: «Те самые силы, которые теперь препятствуют, как сопротивление, забытому войти в сознание, в свое время были причиной забвения и вытеснили из памяти соответствующие патогенные переживания. Я назвал этот предполагаемый мною процесс вытеснением и рассматривал как доказанный неоспоримым существованием сопротивления» [5].

Приведенные З. Фрейдом представления позволили ему объяснить, апеллируя к устройству психики человека, собственную психотерапевтическую практику. В этом смысле они являются психотехническими схемами, которые затем трактовались как теоретические представления о самом объекте – психике человека. Автор вводит понятие вытесненного бессознательного, которое уже по своему определению находится в конфликте с сознанием. Первоначально вытеснение было единственным выделяемым способом защиты. Дифференциация психологической защиты произошла в работе З. Фрейда «Страх», в которой он выделил такие способы защиты, как изоляция, отрицание, проекция и др. [6].

З. Фрейд вводит понятие вытеснения на основе феноменов сопротивления, которые проявляются «здесь и теперь» в ситуации взаимодействия врача и пациента, он определяет эмпирическую реальность, на основе которой вводит основные понятия клинического психоанализа. Однако события в этой реальности понимались таким образом, что все происходящее в общении было представлено как внутриспсихические явления, например, конфликт не между врачом и пациентом, а между сознанием и бессознательным, сопротивление не психоаналитику, а осознанию, не эмоциональный контакт, а перенесение. Психотехническая схема постепенно стала рассматриваться как

теоретическая модель о самой психике. Критерием правильности такой схемы становится не ее эффективность в плане лечения, а истинность теоретического построения, внутренняя согласованность описания объекта, возможность понять процессы и механизмы, действующие в психике.

На основе понятия вытеснения он выделяет особую сферу в бессознательном – вытесненное бессознательное, остальная часть бессознательного получила название подсознательного. Таким образом была сформирована топографическая модель психики, состоящая из трех систем: сознательное, бессознательное, предсознательное. В ней бессознательное и сознание находятся в конфликте. Защита реализует взаимоотношения в этом конфликте. Сознание воздействует на бессознательное посредством вытеснения, что является защитой сознания от неприемлемых инстинктивных влечений. Бессознательное воздействует на сознание посредством механизмов защиты, трансформирующих вытесненные влечения в формы, приемлемые для реализации в поведении и сознании. Чтобы эта модель была прогностической, необходимо было жестко зафиксировать бессознательное, т.е. представить психику как работающий механизм.

Если бы З. Фрейд перенес в модель внутриспсихического конфликта все многообразие сил, действующих во внешнем конфликте, с которыми он сталкивался в процессе психоаналитической практики, то на такой модели невозможно было бы ввести процессы и механизмы, которые определяли бы ее функционирование как объекта со своей структурой, энергией, механизмами. Только сведя все многообразие сил, исходящих из бессознательного, к либидо, З. Фрейд смог четко ввести понятие защитного механизма и описать действие конкретных механизмов защиты.

Таким образом, в теоретической конструкции понятие защиты обозначает определенную функцию в структуре психики. С объективацией теоретической конструкции защита начинает пониматься как естественный механизм. Однако эти механизмы имеют право на существование только в рамках породившей их психоаналитической практики и теоретической конструкции.

Теперь рассмотрим выделяемые З. Фрейдом способы психологической защиты личности, так как именно психоаналитическое понимание названных механизмов оказывает большое влияние на многих современных исследователей этой проблемы [1].

Согласно теории З. Фрейда, динамика личности во многом определяется необходимостью удовлетворения потребностей через взаимодействие с объектами внешнего мира. Среда обеспечивает голодный организм едой, жаждущего – водой. Помимо этой роли – источника обеспечения – внешний мир играет и иную роль в судьбе личности. В нем есть и опасности: он может не только удовлетворять, но и угрожать. Окружающая среда может причинять боль и увеличивать напряжение, быть источником и беспокойства, и покоя.

Обычная реакция индивида на внешние угрозы, боли и разрушения, с которыми он не готов справиться, – страх. Это, подавленное чрезмерной стимуляцией, неподвластной контролю, наполняется тревогой. З. Фрейд различает три вида тревоги: реальную тревогу, невротическую тревогу, моральную тревогу или чувство вины [7].

Основная психодинамическая функция тревоги – помогать человеку избегать осознанного выявления у себя неприемлемых инстинктивных импульсов и поощрять удовлетворение этих импульсов надлежащими способами в подходящее время. Защит-

ные механизмы Эго помогают осуществлению этих функций, а также охраняют человека от захлестывающей его тревоги. З. Фрейд определил защитные механизмы Эго «как сознательную стратегию, которую использует индивид для защиты от открытого выражения импульсов Ид и встречного давления со стороны Суперэго». З. Фрейд полагал, что Эго реагирует на угрозу прорыва импульсов Ид двумя путями:

- блокированием выражения импульсов в сознаваемом поведении;
- или искажением их до такой степени, чтобы изначальная их интенсивность заметно снизилась или отклонилась в сторону. Отсюда, все защитные механизмы, согласно теории З. Фрейда, обладают двумя общими характеристиками:
 - они действуют на неосознаваемом уровне и поэтому являются средством самообмана;
 - они искажают, отрицают или фальсифицируют восприятие реальности, чтобы сделать тревогу менее угрожающей для индивида [7].

Причем люди часто используют не один механизм защиты, а различные для решения конфликта или ослабления тревоги. Основные защитные стратегии, согласно теории З. Фрейда, – это вытеснение, проекция, замещение, рационализация, реактивное образование, регрессия, сублимация и отрицание.

Вытеснение. З. Фрейд рассматривал вытеснение как первичную защиту Эго не только по причине, что оно является основой для формирования более сложных защитных механизмов, но также потому, что оно обеспечивает наиболее прямой путь ухода от тревоги. Вытеснение представляет собой процесс удаления из сознания мыслей и чувств, причиняющих страдание. В результате действия вытеснения индивидуумы не осознают своих вызывающих тревогу конфликтов, а также не помнят травматических прошлых событий.

Освобождение от тревоги путем вытеснения не проходит бесследно. Фрейд считал, что вытесненные мысли и импульсы не теряют своей активности в бессознательном, и для предотвращения их прорыва в сознание требуется постоянная трата психической энергии. Эта непрерывная трата ресурсов Эго может серьезно ограничивать использование энергии для более адаптивного, направленного на собственное развитие, творческого поведения. Однако постоянное стремление вытесненного материала к открытому выражению может получать кратковременное удовлетворение в сновидениях, шутках, оговорках и других проявлениях того, что Фрейд называл «психопатологией обыденной жизни». Более того, согласно его теории, вытеснение играет роль во всех формах невротического поведения, в психосоматических заболеваниях, психосексуальных нарушениях. Это основной и наиболее часто встречающийся защитный механизм.

Проекция. Как защитный механизм по своей теоретической значимости проекция следует за вытеснением. Она представляет собой процесс, посредством которого индивидуум приписывает собственные неприемлемые мысли, чувства и поведение другим людям или окружению. Таким образом, проекция позволяет человеку возлагать вину на кого-нибудь или что-нибудь за свои недостатки или промахи. Проекцией также объясняются социальные предрассудки и феномен «козла отпущения», поскольку этнические и расовые стереотипы представляют собой удобную мишень для приписывания кому-то другому своих негативных личностных характеристик.

Замещение. В защитном механизме, получившем название замещения, проявление инстинктивного импульса переадресовывается от более угрожающего объекта или личности к менее угрожающему. В каждом из этих примеров истинный объект враждебности замещается гораздо менее угрожающим для субъекта. Менее распространена такая форма замещения, когда оно направлено против себя самого: враждебные импульсы, адресованные другим, переадресуются себе, что вызывает ощущение подавленности или осуждение самого себя.

Рационализация. Другой способ для Эго справиться с фрустрацией и тревогой – это исказить реальность и таким образом защитить самооценку. Рационализация имеет отношение к ложной аргументации, благодаря которой иррациональное поведение представляется таким образом, что выглядит вполне разумным и поэтому оправданным в глазах окружающих. Глупые ошибки, неудачные суждения и промахи могут найти оправдание при помощи магии рационализации. Такая защита побуждает обесценивать или дискредитировать недоступные блага. Ее сущность в том, что при нехватке сил и воли для совершения намеченного человек, преувеличивая трудности для совершения намеченного, уговаривает себя, что делать этого и не надо.

Другой вариант рационализации направлен на преувеличение ценности уже имеющегося блага и значимости достигнутого результата [8].

Таким образом, рационализация – это поиск ложных оснований, когда человек не уклоняется от встречи с угрозой, а нейтрализует ее, интерпретируя для себя безболезненным образом. С этой целью реальное состояние дел подвергается содержательному анализу, и этому состоянию дается такое понимание, на основании которого человек может пребывать в иллюзии, что действует из разумных и достойных мотивов.

Реактивное образование. Иногда Эго может защищаться от запретных импульсов, выражая в поведении и мыслях противоположные побуждения. Здесь мы имеем дело с реактивным образованием или обратным действием. Этот защитный процесс реализуется ступенчато: во-первых, неприемлемый импульс подавляется; затем на уровне сознания проявляется совершенно противоположный. Противодействие особенно заметно в социально одобряемом поведении, которое при этом выглядит преувеличенным и негибким.

Регрессия. Еще один известный защитный механизм, используемый для защиты от тревоги, – это регрессия. Для регрессии характерен возврат к ребячливым, детским моделям поведения. Это способ смягчения тревоги путем возврата к раннему периоду жизни, более безопасному и приятному. Узнаваемые без труда проявления регрессии у взрослых включают несдержанность, недовольство, а также такие особенности, как «надуться и не разговаривать» с другими, детский лепет, противодействие авторитетам или езда на автомобиле с безрассудно высокой скоростью

Сублимация. Согласно З. Фрейду, сублимация является защитным механизмом, дающим возможность человеку в целях адаптации изменить свои импульсы таким образом, чтобы их можно было выражать посредством социально приемлемых мыслей и действий. Сублимация рассматривается как единственно здоровая, конструктивная стратегия обуздания нежелательных импульсов, потому что она позволяет Эго изменить цель и (или) объект импульсов без сдерживания их проявления. Такая замена тре-

бует принятия или, по крайней мере, знакомства с этими ценностями, т.е. с идеальным стандартом, в соответствии с которым сексуальность запрещается, а агрессия объявляется антисоциальной. Этот механизм вызревает у детей достаточно поздно. В этой форме переработки неприемлемой информации асоциальные импульсы как бы меняют свое направление без внутреннего конфликта, и между удовлетворением и подавлением желания открывается непростой путь сублимации – это путь уклонения. Это наиболее адаптивная форма защиты, поскольку не только снижает чувство тревоги, но и приводит к социально одобряемому результату. Здесь замещается не сам объект (с приемлемого на неприемлемый), а способ взаимодействия с ним.

Однако способность большинства людей отвлекаться от первоначальной цели и находить удовлетворение в ином, допустимом с социальной точки зрения, т.е. сублимировать свои влечения – ограничена.

Достаточно часто сублимация обнаруживается в увлечениях художественной литературой или научной деятельностью. З. Фрейд утверждал, что сублимация сексуальных инстинктов послужила главным толчком для великих достижений в западной науке и культуре.

Отрицание. Когда человек отказывается признавать, что произошло неприятное событие, это значит, что он включает такой защитный механизм, как отрицание. Это стремление избежать новой информации, несовместимой со сложившимися представлениями о себе. Это как бы барьер, расположенный прямо на входе воспринимающей системы. Он не допускает туда нежелательную информацию, которая при этом необратимо теряется для человека и не может быть впоследствии восстановлена. Отрицание приводит к тому, что некоторое содержание ни сразу, ни впоследствии не может дойти до сознания.

При отрицании переориентируется внимание. Его направление меняется так, что человек становится особо невнимательным к сферам жизни и граням событий, которые чреватые для него неприятностями, могут его травмировать. Тем самым он превентивно отгораживается от них. При этом вход может быть не только внешним, но и внутренним, и человек старается о чем-то не думать, отогнать мысли об этом. А если уклониться полностью невозможно, поведение может стать парадоксальным, поскольку внимание становится «дырчатым».

Обобщенная оценка опасности информации, которая может поступить, производится при предварительном восприятии ситуации и ее грубой эмоциональной оценке, как назревание чего-то нежелательного. Подобная оценка приводит к такой перестройке внимания, когда детальная информация об этом опасном событии полностью исключается из последующей переработки. Внешне это выглядит, будто бы человек отгораживается от новых сведений, либо не замечает их, считая, что их нет.

Расширение представлений о защите связано с именем Анны Фрейд. Она сделала попытку обобщить и систематизировать знания о механизмах психологической защиты. А. Фрейд подчеркивала оберегающий характер защитных механизмов, указывая, что они предотвращают дезорганизацию и распад поведения, поддерживают нормальный психический статус личности [9]. В базовую концепцию она внесла коррективы: акцентировалась роль механизмов защиты в разрешении внешних (социогенных) кон-

фликтов, а сами механизмы рассматривались не только как проявления врожденных задатков, но и как продукты индивидуального опыта и непровольного научения. Было сформировано представление о том, что набор защитных механизмов индивидуален и характеризует уровень адаптированности личности. А. Фрейд дает следующее определение защитных механизмов: «Защитные механизмы – это деятельность «Я», которая начинается, когда «Я» подвержено чрезмерной активности побуждений или соответствующих им аффектов, представляющих для него опасность. Они функционируют автоматически, не согласуясь с сознанием» [9].

А. Фрейд разделила механизмы защиты на группы и выделила перцептивные, интеллектуальные и двигательные механизмы. Они обеспечивают последовательное искажение образа реальной ситуации с целью ослабления травмирующего эмоционального напряжения. При этом представление о среде искажается минимально, т.е. находится в предельно возможном соответствии с реальностью. В результате нежелательная информация может игнорироваться (не восприниматься); будучи воспринятой – забываться, а в случае допуска в систему запоминания – интерпретироваться удобным для человека образом. В этих формах преобразования травмирующей человека информации наибольшие вопросы вызывала группа перцептивной защиты: как можно защищаться от того, что еще и не воспринято?

Однако экспериментальные исследования Э.А. Костандова убедительно доказали впоследствии существование физиологической основы для реализации перцептивной защиты. Анализ реакции человека на еще не осознаваемые стимулы обнаружил существование особо чувствительного механизма, который на основе еще не достигшей сознания информации способен с помощью лимбической системы оценить эмоциональное значение раздражителя, при необходимости повысить порог восприятия и тем самым вызвать соответствующую его переоценку [10].

Всего А. Фрейд описала пятнадцать защитных механизмов. Она же наиболее полно проработала вопрос о последовательности их созревания, наметив приближительную хронологию их созревания. Считается, что возраст до одного года – это предстатия защиты. От одного года до двух лет опасности преодолеваются ребенком посредством отрицания (в его незрелых формах пассивного и активного протеста – отказа и оппозиции), а также в виде тенденции к присоединению – проекции и имитации. Проекция и имитация связаны с выделением ребенком себя из окружающей среды, с приписыванием среде всего болезненного и с принятием в себе всего приятного. Далее начинает преобладать тенденция к отделению. До трехлетнего возраста имеют место вытеснение (в начале – в форме подавления), замещение и интеллектуализация. Такие защитные механизмы, как регрессия, обращение против собственной личности и замещение, не зависят от этапов развития «Я». Они являются модификацией активности побуждений и функционируют с тех пор, как функционируют сами побуждения, т.е. с момента, когда начинается конфликт между порывами «Оно» и каким-нибудь препятствием на пути их удовлетворения. Важно, что замещение проявляется при активизации потребности в автономии и свободе в форме эмансипации. В связи с развитием речи и логического мышления, позднее, уже в школьном возрасте, усиливается тенденция к присоединению и начинает развиваться и компенсация как незрелая форма рациона-

лизации. При этом все больше актуализируется сознание и усваиваются понятия запретного и разрешенного, обеспечивая забвение нежелательного опыта. Соответственно, формируется «хорошее» и «плохое» поведение. После пятилетнего возраста, вследствие формирования половой идентичности и потребности в самопринятии, появляется сублимация, которая неразрывно связана с усвоением нравственных ценностей [11].

На взгляды современных исследователей психологической защиты очень сильное влияние оказал психоанализ с его пониманием данной проблемы. В этом плане исследования представителя гуманистической психологии К. Роджерса также заслуживают особого внимания.

К. Роджерс создал оригинальную терапевтическую практику, а для объяснения наблюдаемых в психотерапии феноменов построил оригинальную теоретическую концепцию. По типу формирования концепция К. Роджерса аналогична концепции З. Фрейда, но по содержанию они во многих аспектах противоположны. К. Роджерс как ученый формировался в рамках гуманитарной парадигмы. Он является создателем недирективной, или центрированной на клиенте психотерапии, при которой врач, вступающий в глубоко личностный контакт с пациентом, видит в нем не больного, а «клиента», берущего на себя ответственность за решение жизненных проблем путем активизации творческого начала своего Я. Усилия психотерапевта направлены на установление эмпатического взаимопонимания, которое полностью исключает возможность конфликта между клиентом и психотерапевтом. В недирективной психотерапии консультант стремится так изменить смысловую структуру ситуации, чтобы клиент имел возможность символизации и проработки своего опыта. К. Роджерс считал, что воздействие терапевта должно быть направлено не непосредственно на клиента, как в психоанализе, а только на ситуацию, в которой находится клиент, чтобы она соответствовала возможности актуализации «здесь и теперь» опыта клиента, который является для него угрожающим. В контексте взаимодействия с терапевтом эмпирически наблюдаемое сопротивление клиента, по Роджерсу, является способом изменения угрожающей ситуации, в которой он находится, а вовсе не защитой в процессе осознания.

На основе психотехнической схемы недирективной психотерапии К. Роджерс строит теоретическую концепцию личности человека, основными концептуальными составляющими являются: организм; феноменальное поле, которое есть все количество жизненного опыта; Самость, которая является дифференцированной частью феноменального поля и состоит из модели сознательных ощущений и оценок Я или «мое». Принципиальным в теории Роджерса является также понятие конгруэнтности и неконгруэнтности между воспринимаемым «Я» и актуальным опытом переживаний организма. Когда символизированные переживания, образующие Я, достоверно отражают переживания организма, о человеке говорят, что он адаптирован, зрел и полностью функционирует. Такой человек принимает весь спектр организмических переживаний без чувства угрозы или тревоги. Он способен к реалистическому мышлению. Неконгруэнтность между Я и организмом заставляет индивидов чувствовать угрозу и тревогу. Их поведение приобретает защитный характер, их мышление становится ограниченным и ригидным.

В теории Роджерса подразумеваются два других проявления конгруэнтности–неконгруэнтности. Одно из них – конгруэнтность или ее отсутствие между субъектив-

ной реальностью (феноменальным полем) и внешней реальностью (миром как он есть). Другое – степень соответствия между Я и идеальным Я. Если расхождение между Я и идеальным Я значительны, человек неудовлетворен собой и плохо приспособлен.

К. Роджерс утверждает, что по большей части поведение человека согласуется с его Я-концепцией, т.е. человек стремится сохранить состояние согласованности самовосприятия и переживания. Это значит, что переживания, находящиеся в соответствии с Я-концепцией человека и его условиями ценности, могут осознаваться и точно восприниматься. И наоборот, переживания, находящиеся в конфликте с «Я» и его условиями ценности, образуют угрозу Я-концепции; они не допускаются к осознанию и точному восприятию. По мнению К. Роджерса, человеческая концепция себя является критерием, по которому переживания сравниваются и либо символизируются в осознании, либо символизация отрицается. Переживания, не соответствующие Я-концепции воспринимаются как угрожающие; они не допускаются к осознанию, поскольку в противном случае личность индивида не будет единым целым. Реакцией человека на состояние несоответствия Я-концепции обычно бывает напряжение, замешательство, чувство вины.

Несоответствие между «Я» и переживанием не всегда воспринимается на сознательном уровне. К. Роджерс считает, что весьма вероятна ситуация, когда человек чувствует угрозу, не осознавая этого. Когда существует несоответствие между Я-концепцией и переживанием, и человек не осознает этого, он потенциально уязвим для тревоги и личностных расстройств. Тревога является эмоциональной реакцией на угрозу, которая сигнализирует, что организованная Я-структура испытывает опасность дезорганизации, если несоответствие между ней и угрожающим переживанием достигнет осознания.

По К. Роджерсу, если человеку долгое время ничто не угрожает, он открыт для переживаний и ему не нужно защищаться. Однако, когда он осознает или ощущает на подсознательном уровне, что переживание не согласуется с Я-концепцией, возникает угроза, за которой, в свою очередь, следует защитная реакция. Роджерс определил защиту как поведенческую реакцию организма на угрозу, главная цель которой – сохранить целостность Я-структуры. Он писал, что эта цель достигается осознанным искажением переживания в сознании, чтобы уменьшить несоответствие между переживанием и структурой «Я», или отрицанием любого переживания, и, таким образом, любой угрозы «Я». Иначе говоря, защита усиливает самоуважение человека и защищает его от надвигающейся опасности угрожающих переживаний.

К. Роджерс предложил только два механизма защиты, которые используются для сведения к минимуму осознания несоответствия внутри «Я» или между «Я» и переживанием: искажение восприятия и отрицание. Следует отметить, что угрожающее переживание, по Роджерсу, не допускается к символизации в сознании не потому, что оно «грешно» или противоречит нравственным нормам, как полагал З. Фрейд. Его символизация в сознании отрицается потому, что оно несовместимо с Я-структурой. Следовательно, защитное поведение сохраняет существующую структуру «Я» и не позволяет человеку потерять самоуважение.

Искажение восприятия имеет место, когда несоответствующее переживание допускается в сознание, но только в форме, которая делает его совместимым с каким-то аспектом Я-образа человека. К. Роджерс объясняет такое выборочное восприятие как рационализацию.

В случае отрицания, менее часто встречаемой защитной реакции, человек сохраняет целостность своей Я-структуры, полностью уходя от осознания угрожающих переживаний. Фактически отрицание имеет место всегда, когда человек отказывается признаться себе, что переживание в принципе имело место. Роджерс указывал, что доведенное до крайней степени отрицание может привести к бреду, паранойе и ко множеству других психических расстройств [4].

Различие в теоретических конструкциях З. Фрейда и К. Роджерса сказывается на стратегиях терапевтической практики. З. Фрейд предлагает человеку справляться со своими конфликтами в «мире конфликта», а К. Роджерс – «в мире эмпатии». Однако в обоих случаях у человека возникает новое понимание ситуации и он может иначе действовать.

Итак, сравнивая теоретические конструкции З. Фрейда и К. Роджерса, нельзя не прийти к пониманию того, что в основе понятия психологической защиты лежит особым образом осмысленная психотерапевтическая практика. Ее особенность в том, что внешний конфликт человека с другими, а также конфликт пациента и врача служат основанием для полагания в психике сил, находящихся в конфликте друг с другом, и соответствующих механизмов психологической защиты. В тех же случаях, когда исходят из противоположных установок (эмпатия и др.), понятие защиты становится эпифеноменом (сопутствующим побочным явлением). «В лучшем случае можно говорить о поведении личности, имеющем внешние черты психологической защиты» [4]. Деятельность самого исследователя не может быть исключена из описания феноменов психологической защиты [12]. В настоящее время большинство исследователей рассматривают психологические защитные механизмы в качестве процессов интрапсихической адаптации личности за счет подсознательной переработки поступающей информации. В этих процессах принимают участие все психические функции; но каждый раз основную часть работы по преодолению негативных переживаний берет на себя какая-то из них. Защитные механизмы выступают в роли защитных барьеров на пути продвижения психотравмирующей информации. В результате взаимодействия с ними тревожная для личности информация либо игнорируется, либо искажается, либо фальсифицируется. Тем самым формируется специфическое состояние сознания, позволяющее человеку сохранить гармоничность и уравновешенность структуры своей личности. Такое защитное внутреннее изменение рассматривается как особая форма приспособления человека к среде. Принципиально важно, что все эти процессы – неосознаваемые.

По мере проведения экспериментальных исследований стала выявляться неоднозначность роли защиты. Первоначально защита проявляется в раннем детстве, когда формы общения и виды конфликтов со средой ограничены уровнем развития личности. Она предназначена для автоматического приспособления к среде за счет самопротекции. Однако во взрослом состоянии, при взаимодействии в расширенном социальном окружении, защиты только по типу автоматизмов бывает явно недостаточно. Поэтому если она не усложняется и не корректируется, то при определенных условиях может привести к дизадаптации личности [13].

Исследования, в том числе и наше, показали, что организация защиты и ее способность выполнять свои функции у разных людей неодинаковы. Одних защита не ограждает и от того, от чего надо было бы защитить, а других ограждает настолько проч-

но, что в психику не просачивается даже значимая для личностного роста информация. В результате возникла необходимость различать нормальную, постоянно действующую в повседневной жизни защиту, выполняющую профилактические функции, и защиту патологическую – как неадекватную форму адаптации [10]. Срабатывая автоматически, защита уменьшает страх и тревогу. Однако нередко от человека требуется слишком много энергии на нейтрализацию своих негативных переживаний. В этом случае защита создает личности множество ограничений, приводит человека к замкнутости и изоляции, хронической усталости или повышению общего уровня тревожности. Если затраты окажутся непосильными для личности, это может привести к появлению специфических невротических симптомов и к нарушению приспособляемости.

Таким образом, по вопросу количества защитных механизмов у современных исследователей нет единства мнений. А. Фрейд описывает пятнадцать таких механизмов; в Словаре-справочнике по психиатрии – двадцать три. Л.И. Вассерман в книге «Психологическая диагностика индекса жизненного стиля» приводит список из тридцати четырех механизмов психологической защиты: вытеснение, отрицание, перемещение, обратное чувство, подавление, идентификация с агрессором, аскетизм, интеллектуализация, изоляция аффекта, регрессия, сублимация, расщепление, проекция, прожективная идентификация, всемогущество, девальюация, примитивная идеализация, реактивное образование, замещение, смещение, интроекция, уничтожение, идеализация, сновидение, рационализация, отчуждение, катарсис, творчество, инсценирование реакции, фантазирование, заговаривание, аутоагрессия и др.

Перечисленные и проанализированные механизмы психологической самозащиты не исчерпывают всего их многообразия. Совершенно очевидно, что человек обладает определенными ресурсами для поддержания позитивного самоотношения, для оправдания своих действий и для поддержания своего нормального психического статуса. Личность на протяжении всей жизни нуждается в эффективных способах защиты себя от психотравмирующей информации. Особенно актуально сохранить гармоничность и уравновешенность своей личности в подростковом и юношеском возрасте в силу особых изменений, которые наблюдаются в психике в этот период жизни [2].

Методологические и технические принципы создания шкал оценки

Существуют определенные принципы конструирования диагностических методик. Широко известны два таких принципа: 1) критериально-ключевой; 2) факторно-аналитический [14].

Критериально-ключевой принцип – принцип конструирования диагностической методики на основе обнаружения (эмпирического) психологических принципов, позволяющих дифференцировать релевантные критериальные группы от контрольных. Примером такой методики являются эмпирические опросники. Из первоначального банка утверждений в основные клинические шкалы включались только те, которые хорошо дифференцировали испытуемых с тем или иным клиническим диагнозом от контрольной группы здоровых людей.

В тестах, созданных в соответствии с критериально-ключевым принципом, основное значение придается дискриминативности (способность отдельных пунктов тек-

ста дифференцировать обследуемых относительно «максимального» и «минимального» результата теста).

В связи с использованием критериально-ключевого принципа конструирования тестов возникает ряд проблем, которые приходится решать разработчикам. В первую очередь возникают трудности в отборе критериальных групп. Другая проблема связана с трудностями психологической интерпретации показателей теста: факт, что тест может дискриминировать группу X от группы Y, не говорит ничего о природе переменной, измеряемой теста, если только мы не располагаем доказательством, что группы отличаются одна от другой лишь одной переменной.

Факторный тест, относительно «чистый» по исследуемым переменным и опирающийся на теорию измеряемого конструкта, как можно ожидать, будет предпочтительнее страдающих эмпиричностью тестов, созданных в соответствии с критериально-ключевым принципом. Однако не нужно противопоставлять этот принцип конструирования тестов факторно-аналитическому принципу. Следует помнить, что при подборе первичного банка стимульного материала разработчики исходят, как правило, из описания некоего свойства, конструкта, являющегося объектом измерения. К тому же, разработанный по критериально-ключевому принципу тест в последующем может пройти процедуру факторизации [14].

Факторно-аналитический принцип – принцип конструирования диагностических методик на основе выявления ограниченного, определяемого разработчиком круга факторов. Под фактором разумеется конструкт, операционально определяемый его факторными нагрузками. Под факторными нагрузками понимаются значения корреляции переменных с данным фактором. При разработке теста корреляционному анализу подвергаются связи между пунктами, и оставляют лишь те из них, которые коррелируют с общим фактором. Этот фактор потом выступает в качестве конструкта.

Данная процедура обеспечивает уверенность в том, что тест измеряет только одну переменную и каждое задание измеряет эту же переменную. Тест может измерять переменные, связанные с несколькими факторами, в том случае, если по своей сути он представляет набор субтестов, каждый из которых направлен на один из факторов-конструктов. Примером тестов, созданных в соответствии с факторно-аналитическим принципом, могут служить факторные опросники [14].

В процессе создания диагностической методики серьезной проработки требует подбор стимульного материала. Методика опросного типа содержит вопросы или утверждения, ответ на которые, по мнению разработчиков, будет выявлять наличие или отсутствие той или иной личностной переменной. Выбор и формулировка пунктов стимульного материала определяется направленностью методики, содержательной валидностью, закладываемой при разработке теста. Важно при этом учитывать возраст испытуемых. Формулировка утверждений или вопросов должна быть четкой, понятной, достаточно короткой, не отягощаться сложными синтаксическими конструкциями.

Процесс конструирования шкал диагностической методики на всех этапах их разработки позволяет использовать различные методы проверки валидности. Валидность теста создается постепенно, начиная с первого шага в его разработке, а не только на последних этапах, как при традиционной валидации относительно критерия. Про-

цесс валидизации начинается с формулировки детальных определений черты, свойства или конструкта на основе психологической теории, предшествовавших исследований или систематического наблюдения и анализа релевантной области поведения [15]. Затем, в соответствии с определениями конструкта готовят пункты методики. За этим следует их анализ с отбором наиболее эффективных, или валидных, элементов будущего стимульного материала из исходной совокупности. Далее проводятся различные виды внутреннего анализа в соответствии с выбранным принципом конструирования тестов. На заключительном этапе проводится проверка на валидность показателей методики и ее интерпретационных комбинаций с помощью внешнего критерия.

Помимо проверки на валидность, шкалы методики должны пройти стандартизацию, так как первичная оценка по любому психологическому тесту лишена смысла при отсутствии дополнительных интерпретирующих данных. Оценки по психологическим тестам чаще всего интерпретируются посредством их сопоставления с нормами, отображающими выполнение теста в выборке стандартизации.

При обработке теста сначала мы получаем «сырой» балл – первичную оценку. Затем первичную оценку конкретного человека можно соотнести с распределением оценок, полученных на выборке стандартизации, чтобы узнать, какое место он занимает в этом распределении. Чтобы более точно определить положение индивида относительно выборки стандартизации, его «сырой» балл (первичная оценка) переводится в некую относительную меру.

Предполагается, что производные оценки должны служить двум целям: 1) указывают относительное положение обследованного человека в нормативной выборке и позволяют оценить полученный им результат в сравнении с результатами других людей; 2) обеспечивают сопоставимые меры, допускающие прямое сравнение выполнения индивидуумом различных тестов.

В современных тестах часто используются стандартные показатели – наиболее удовлетворительные с точки зрения большинства требований, тип производной оценки. Такие показатели выражают отличие индивидуального результата от среднего в единицах стандартного отклонения соответствующего распределения. Стандартные показатели могут быть получены как линейным, так и нелинейным преобразованием первичных оценок [15].

Стандартные показатели, получаемые линейным преобразованием, оказываются сопоставимыми лишь в тех случаях, когда распределение «сырых» оценок, по которым они рассчитываются, имеет приблизительно одинаковую форму. Чтобы добиться сопоставимости показателей, полученных на основе распределений различной формы, можно применить нелинейное преобразование, позволяющее подогнать показатели к любому заданному типу кривой распределения. Для этой цели обычно используется нормальное распределение, хотя и другой тип распределения тоже может быть пригодным.

Нормализованные стандартные показатели, выраженные в единицах распределения, которое было преобразовано с целью его приведения к виду нормальной кривой. Такие показатели можно рассчитывать с помощью таблиц, в которых приводится процент случаев, приходящихся на участки, которые отстоят от среднего нормальной кривой на определенное число единиц SD.

Сначала определяется процент лиц в выборке стандартизации, приходящихся на (или превышающих) каждую «сырую» оценку. Затем по этому проценту в таблице значений функции плотности нормального распределения отыскивают соответствующее значение нормализованного стандартного показателя. Нормализованные стандартные показатели выражаются в той же форме, что и линейно преобразованные стандартные показатели, т.е. имеют среднее $M=0$ и стандартное отклонение $SD=1$ [15].

Таким образом, нулевое значение нормализованного показателя показывает, что испытуемый попадает в точку, соответствующую среднему нормальной кривой, превосходя 50% группы. Показатель, равный -1 означает, что он превосходит приблизительно 1,6% группы, а показатель $+1$ – что он превосходит 84% группы. Эти проценты соответствуют точкам, лежащим, соответственно, на 1 SD ниже и выше нормальной кривой.

Нормализованным стандартным показателям можно придать любую удобную форму. Достаточно известное нелинейное преобразование представлено шкалой станайнов. Эта шкала одноразрядных оценок со средним $M=5$ и стандартным отклонением $SD 2$. Название станайнов (сокращение от английского standard nine – стандартная девятка) связана с тем, что оценки в этой шкале принимают значения от 1 до 9.

Первичные оценки переводят в станайны, упорядочив их по величине и приписав станайны в соответствии со значениями нормальной плотности (в процентах), приведенными в табл. 1.

Таблица 1

**Значение нормальной плотности (в процентах)
для перевода первичных оценок в шкалу станайнов**

Процент	4	7	12	17	20	17	12	7	4
Станайн	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Например, если в группе 100 человек, то 4 человека с самыми низкими показателями получают показатель, равный 1 станайну, следующие 7 – показатель, равный 2 станайнам, следующие 12 – показатель, равный 3 станайнам и т.д. Если группа состоит из большего или меньшего числа обследуемых, то сначала высчитывают, скольким из них соответствует каждый из выписанных в таблице процентов, а затем приписывают им соответствующие станайны.

Любая норма, как бы она не выражалась, ограничивается конкретной совокупностью людей, для которой она выводилась. Пользователь теста никогда не должен забывать о том, каким образом устанавливались тестовые нормы. Нормы психологических тестов не абсолютны, не универсальны, не постоянны. Они просто отражают уровень выполнения теста лицами, составляющими выборку, на которой производилась стандартизация [14].

Методы и организация исследования

Большой популярностью при изучении личности пользуется Миннесотский многопрофильный личностный опросник, являющийся многомерным тестом самоотчета. Эта методика охватывает большинство проблем психологии личности, поэтому

можно предположить, что ММРІ содержит в себе возможности для обнаружения особенностей психологической защиты личности. Нами были тщательно просмотрены и проанализированы шкалы ММРІ, в том числе и дополнительные, и выбраны те шкалы, которые, по нашему мнению, содержат подходящий материал для изучения особенностей психологической защиты личности:

- 54. Диссимуляция (лицемерие).
- 55. Повторное лицемерие (диссимуляция).
- 60. Чрезмерный контроль над «Эго».
- 62. Сила «Эго» (сила Я).
- 78. Точка соотнесения гордости.
- 88. Противодействие агрессии.
- 113. Самоинфляция (самопонимание, самодостаточность).
- 135. Оригинальность.
- 139. Идея преследования.
- 141. Наивность.
- 144. Предсказание изменения.
- 150. Социальная враждебность.
- 162. Предубежденность.
- 173. Социальная ответственность.
- 174. Социальная ответственность.
- 175. Ригидность (женская).
- 176. Ригидность (мужская).
- 189. Самодостаточность.
- 196. Социальное участие.
- 197. Социальное присутствие.
- 203. Фактор робости.

После анализа стимульного материала этих шкал были удалены дублирующие вопросы. Таким образом, был составлен личностный опросник, состоящий из трехсот утверждений, касающихся разных сторон жизни человека. Соответственно алгоритму разработки тестов П. Клайна, была определена шкала оценок [16]. Испытуемым предлагалось оценить степень согласия или несогласия с каждым утверждением.

В дальнейшую задачу входило с помощью полученного опросника обследовать учащихся старших классов с целью изучения особенностей их психологической самозащиты личности. Предполагалось, что особенности самозащиты могут быть связаны с полом обследуемых, особенностями учебного заведения, возрастом. Для этого были выбраны ученики 9-х, 10-х, 11-х классов гимназии № 2 г. Витебска, а также группа учащихся, обучающихся на втором курсе в УО «Витебский государственный технологический колледж» по специальности «Художественная обработка древесины (резчик)». Обследование проходило в группах-классах. Распечатанный на листах стимульный материал и бланки ответов предъявлялись лично каждому ученику. Выборка составила 346 человек.

Процедура анализа ответов осуществлялась с помощью факторного анализа. Его цель состоит в разработке моделей, понятий и методов, позволяющих анализировать и

интерпретировать массивы экспериментальных данных вне зависимости от их физической природы. Одной из наиболее типичных форм представления экспериментальных данных является матрица, столбцы которой соответствуют различным параметрам, свойствам, а строки – отдельным объектам, явлениям, описываемым набором конкретных значений параметров.

В основе различных моделей факторного анализа лежит следующая гипотеза: наблюдаемые или измеряемые параметры являются лишь косвенными характеристиками изучаемого объекта или явления, на самом деле существуют внутренние (скрытые, не наблюдаемые непосредственно) параметры или свойства, число которых мало и которые определяют значение наблюдаемых параметров. Эти внутренние параметры принято называть факторами. Задача выявления факторов может быть понята как задача разбиения параметров на такие группы, что параметры, входящие в одну группу, коррелируют между собой сильно, а параметры, входящие в разные группы – слабо. Таким образом, факторный анализ является эффективным средством получения короткого описания взаимоотношений между параметрами, при обработке экспериментальных данных с большим числом данных [7].

Факторизация проводилась с помощью персонального компьютера (пакет Statistic 6.0). Данные из бланков ответов были внесены в компьютер. Оценкам «3» и «4» был присвоен знак «1», ответам «2», «1» и «0» – знак «0». Это позволило в процентном отношении получить данные о частоте выборов по каждому параметру, что позволило проследить за тенденциями, характерными для всей выборки.

Для вычисления тесноты связей переменных использовался коэффициент контингенции [17]. Матрица полученных коэффициентов использовалась для факторного анализа. Факторный анализ осуществлялся методом главных компонент с последующим ортогональным вращением. В результате факторного анализа было выделено шесть общих факторов, которые анализировались после вращения [18].

В каждом факторе оказались переменные со значимыми весами, которые были обозначены «1» с сохранением знака «плюс» или «минус». После этого была сформирована матрица (300x6), где каждая переменная с оценкой «1» была представлена в своем факторе с соответствующим знаком. Таким образом, после проведения эмпирического исследования получилось определенное распределение переменных по факторам.

Чтобы определить особенности проявления самозащиты разными группами учащихся (в зависимости от возраста, пола, характера учебного заведения) и произвести их сравнительный анализ, были выделены индивидуальные показатели каждого испытуемого путем перемножения полученной матрицы на исходную, где ответы были представлены от «0» до «4». Затем подсчитывались средние арифметические величины факторных значений для каждой группы. После был проведен статистический анализ полученных результатов с помощью критерия Стьюдента. По каждому фактору сравнивались попарно группы учащихся друг с другом. Наиболее выраженные различия в характере психологической защиты обнаружены по половому признаку.

Дальнейшей задачей было на основании полученных шести факторов разработать шкалы будущей диагностической методики. С этой целью были отобраны пункты для стимульного материала с учетом максимальных факторных весов с одинаковым

знаком. Используя алгоритм проверки шкалы на внутреннюю валидность с помощью критерия главного фактора, обнаружили, что такая сходимость имеет место в четырех случаях: на основании факторов 1,5,6 оформились шкалы, состоящие из десяти пунктов, на основании 2-го фактора оказалось возможным сформировать шкалу из девяти пунктов. Из материала факторов 3,4 сформировать шкалы по критерию главного фактора не удалось, так как при большом количестве пунктов наблюдается внутренняя согласованность, а при меньшем количестве они противоречивы. Таким образом, мы получили четыре отличающиеся друг от друга шкалы, для которых характерна структурная валидность.

Описания полученных шкал оценки психологической защиты личности

Полученные шкалы позволяют судить о степени выраженности и основных стратегиях психологической защиты, к которым может тяготеть исследуемый.

Таблица 2

Структура шкалы № 1

№№ п/п	№№ по опроснику	Факторный вес	Пункты шкалы
1	85	0,52821	Критика и замечания всегда очень задевают меня
2	116	0,63786	Я часто тревожусь
3	168	0,42343	В школе мне трудно говорить перед всем классом
4	182	0,54033	Меня никто не понимает
5	188	0,56809	Я часто перехожу на другую сторону улицы, чтобы избежать встречи с тем, кого я увидел
6	195	0,52993	Бывает, что я отказываюсь от начатого дела потому, что не верю в свои силы
7	198	0,69289	Я все принимаю близко к сердцу
8	263	0,49399	Я боюсь находиться в маленьком закрытом помещении
9	268	0,38771	Всякая грязь пугает меня и вызывает отвращение
10	294	0,54396	Иногда мне кажется, что я нахожусь на грани нервного срыва

Лицам с высокой оценкой по этой шкале, по всей вероятности, будут свойственны общая эмоциональная напряженность, повышенная чувствительность к реакциям окружающих, склонность к раздумьям, выраженная глубина переживаний, скептицизм, неуверенность в своих возможностях, низкая самооценка. Как правило, для таких лиц

характерно преобладание пассивной личностной позиции, уход от решения проблем, избегание ситуаций неуспеха, инертность в принятии решений. И как следствие этого у них могут формироваться либо черты зависимости, либо дистантность, либо болезненно заостренное чувство собственного достоинства.

Аффилиативная потребность, т.е. потребность в понимании, любви, доброжелательности, – одна из ведущих, по-видимому, фрустрируется. Появляется склонность к острому переживанию неудач, волнениям, повышенному чувству вины, самокритичности, неуверенности в себе. Пессимистическая оценка своих возможностей может формировать тенденцию полагаться на то, что само собой складывается, т.е. фатализм.

По-видимому, для этих лиц будут характерны такие механизмы психологической защиты личности, как отказ от самореализации и усиление контроля сознания. Страх несоответствия «идеальному Я» и низкая стрессоустойчивость могут формировать выраженное «Супер-Эго». У таких лиц часто наблюдается соматизация тревоги, что является биологическим способом защиты. Склонность к фиксированным страхам, в частности, страх замкнутого пространства. Маленькое закрытое помещение пугает, так как ограничивает возможность ухода, избегания. Затрудненная адаптация проявляется в неуверенности в жизни, ощущение неопределенности своего статуса, тревожным ожиданием всяческих неприятностей.

Таблица 3

Структура шкалы № 2

№№ п/п	№№ по опроснику	Факторный вес	Пункты шкалы
1	58	0,65406	Временами я испытываю сильное желание сделать что-нибудь вредное или неприличное
2	66	0,50729	Некоторые люди так любят командовать, что меня тянет делать все наоборот, даже если я знаю, что они правы
3	110	0,42891	Считаю, что некоторые мои поступки нельзя простить
4	124	0,43679	Я люблю поговорить на сексуальные темы
5	150	0,48154	Раз в неделю или чаще я бываю возбужденным и взволнованным
6	206	0,50490	Люди часто разочаровывают меня
7	236	0,65054	Есть люди, которых я так не люблю, что в глубине души радуюсь их неприятностям
8	256	0,55209	Я могу сослаться на болезнь, чтобы избежать чего-нибудь неприятного
9	276	0,34352	Я берусь за дверные ручки без страха заразиться

Для лиц с высоким показателем по этой шкале свойственны некоторая эмоциональная нестабильность, в какой-то мере, импульсивность, характерны неустойчивые, часто завышенные требования к окружающим. Наблюдается тенденция к противодействию внешнему давлению, склонность опираться в основном на собственное мнение, а может быть, на сиюминутные побуждения. Они, как правило, стремятся к независимости, для них характерны низкая подчиняемость, подчеркнутая независимость.

В ситуации невозможности реализовать свои потребности для снижения напряжения и при столкновении с неприемлемой для самооценки личности информацией, очевидно, могут сработать такие защитные механизмы, как вытеснение, которое может сопровождаться отреагированием на поведенческом уровне с критическими высказываниями, протестными реакциями. Такой тип реагирования может быть связан с защитой по типу проекция, когда индивид приписывает окружающим черты, присущие ему самому и за это карает. В определенных ситуациях у лиц с высоким показателем по данной шкале может оказаться задействованным такой механизм защиты, как избегание травмирующей ситуации.

Таблица 4

Структура шкалы № 3

№№ п/п	№№ по опроснику	Факторный вес	Пункты шкалы
1	32	0,21338	Я нравлюсь большинству людей, которые меня знают
2	70	0,46136	Я верю в будущее
3	82	0,46418	Я люблю собирать цветы и выращивать комнатные растения
4	84	0,58251	Я считаю, что моя жизнь столь же хороша, как у большинства моих знакомых
5	92	0,08621	Я вел (веду) дневник
6	125	0,48755	Я всегда следую чувству долга и ответственно-
7	223	0,53473	Если возникает такая необходимость, то я умею организовать и повести за собой людей
8	264	0,38959	Лучше всего быть искренним и откровенным
9	273	0,56768	Обычно я упорно отстаиваю свое собственное мнение
10	293	0,37577	Будь я художником, мне бы нравилось рисовать детей

Для лиц с высокой оценкой по данной шкале характерны будут сангвинические черты, такие как оптимистичность, высокая самооценка, деловитость, спокойствие и уверенность в себе, вера в свои силы. По-видимому, у девушек оценка по этой шкале

будет выше, чем у юношей. Высокая оценка у юношей свидетельствует о гуманистической направленности интересов, некоторой сентиментальности, потребности в гармоничных дружелюбных отношениях. Эти лица проявляют склонность к построению устойчивой системы взглядов и принципов, склонны к независимости в отстаивании своего мнения.

В ситуации угрозы позитивной самооценки, возможно, сработает такой механизм психологической защиты личности, как отрицание. Сублимация – это, по-видимому, такой механизм защиты, который также будет свойственен такого типа личности, когда сексуальная или агрессивная энергия человека переводится в другое русло, в приемлемое и поощряемое общество, например, в интеллектуальную деятельность, физическую активность, творчество, и человек находит удовлетворение, сублимируя свои влечения.

Таблица 5

Структура шкалы № 4

№№ п/п	№№ по опроснику	Факторный вес	Пункты шкалы
1	175	0,52474	Большинству людей в глубине души жаль поступаться своими интересами ради других
2	189	0,42894	У меня отсутствуют враги, которые всерьез желают мне навредить
3	200	0,48526	Огонь меня мало пугает
4	214	0,51186	Если бы представилась возможность, я бы смог совершить дела, полезные всему человечеству
5	215	0,41582	У меня отсутствует страх перед водой
6	220	0,35766	Мне бы доставило удовольствие провести мошенника его же способом
7	231	0,59698	Я человек твердых убеждений
8	242	0,46627	Я люблю волнение и напряжение большого скопления людей
9	261	0,53656	Меня раздражает самоуверенная нетерпимость и фанатичность некоторых людей
10	291	0,49228	Я люблю читать о науке

Для лиц с высоким показателем по данной шкале будут свойственны активная личностная позиция, высокая поисковая активность, склонность опираться на собственное мнение, высокая самооценка. Они не идеализируют людей, но и не сторонятся их. Для лиц такого типа, по-видимому, будут свойственны следующие защитные механизмы, снижающие напряжение при невозможности реализовать насущную потребность: 1) рационализация с обесцениванием объекта фрустрированной потребности

(вариант «Лиса и виноград»; если желаемое недостижимо, то ценность его в глазах индивида снижается); 2) отреагирование во вне по внешне обвиняемому типу, когда человек дает волю своим негативным эмоциям, проявляя их в том или ином виде. Этот тип реагирования связан с защитным механизмом по типу проекции: индивид приписывает окружающим те негативные качества, которые присущи ему самому.

Стандартизация осуществлялась путем ранжирования всех опрошенных представителей молодежи на основании оценок по каждой шкале в соответствии с «сырым» показателем и в связи с законом нормального распределения и соответствия нормальной шкале им присваивались номера от 9 до 1, т.е. использовалось такое нелинейное преобразование, как шкала станайнов.

Подсчитывалось, скольким обследуемым соответствует каждый из выписанных в таблице процентов, а затем приписывались им соответствующие станайны. Результаты позволили создать шкалы перевода «сырых» оценок в станайны.

Таблица 6

Таблица перевода «сырых» счетов в станайны

Станайны	Шкалы			
	1	2	3	4
9	28 и выше	29 и выше	24 и выше	34 и выше
8	26–27	26–28	27–33	32–33
7	23–25	23–25	25–26	30–31
6	20–22	20–22	23–24	28–29
5	17–19	17–21	20–23	25–27
4	14–16	14–16	17–19	22–24
3	11–13	11–13	14–16	19–21
2	8–10	9–10	12–13	17–18
1	7 и ниже	8 и ниже	11 и ниже	16 и ниже

Представленную таблицу можно использовать для интерпретации данных по шкалам. Таким образом, получаем возможность сравнивать результаты обследуемого по каждой шкале, можем определить его место в выборке, сравнивая его результат с результатами других обследуемых, сравнивать результаты обследуемого по данному тесту с его же результатами по другим тестам.

Методика оценки самозащиты личности с помощью разработанных шкал

Методика содержит четыре шкалы, состоящие из десяти, а вторая шкала – из девяти утверждений, таким образом, опросник содержит тридцать девять утверждений, которые предъявляются индивидуально каждому обследуемому вместе с бланком для ответов и инструкцией, что позволяет проводить обследование не только индивидуально, но и в группе.

I шкала		II шкала		III шкала		IV шкала	
1	Критика и замечания всегда очень задевают меня	11	Временами я испытываю сильное желание сделать что-нибудь вредное или неприличное	20	Я нравлюсь большинству людей, которые меня знают	30	Большинству людей в глубине души жаль поступаться своими интересами ради других
2	Я часто тревожусь	12	Некоторые люди так любят командовать, что меня тянет делать все наоборот, даже если я знаю, что они правы	21	Я верю в будущее	31	У меня отсутствуют враги, которые всерьез желают мне навредить
3	В школе мне трудно говорить перед всем классом	13	Считаю, что некоторые мои поступки нельзя простить	22	Я люблю собирать цветы и выращивать комнатные растения	32	Огонь меня мало пугает
4	Меня никто не понимает	14	Я люблю поговорить на сексуальные темы	23	Я считаю, что моя жизнь столь же хороша, как у большинства моих знакомых	33	Если бы представилась возможность, я бы смог совершить дела, полезные всему человечеству
5	Я часто перехожу на другую сторону улицы, чтобы избежать встречи с тем, кого я увидел	15	Раз в неделю или чаще я бываю возбужденным и взволнованным	24	Я вел (веду) дневник	34	У меня отсутствует страх перед водой
6	Бывает, что я отказываюсь от начатого дела потому, что не верю в свои силы	16	Люди часто разочаровывают меня	25	Я всегда следую чувству долга и ответственности	35	Мне бы доставило удовольствие провести мошенника его же способом
7	Я все принимаю близко к сердцу	17	Есть люди, которых я так не люблю, что в глубине души радуюсь их неприятностям	26	Если возникает такая необходимость, то я умею организовать и повести за собой людей	36	Я человек твердых убеждений
8	Я боюсь находиться в маленьком закрытом помещении	18	Я могу сослаться на болезнь, чтобы избежать чего-нибудь неприятного	27	Лучше всего быть искренним и откровенным	37	Я люблю волнение и напряжение большого скопления людей
9	Всякая грязь пугает меня и вызывает отвращение	19	Я берусь за дверные ручки без страха заразиться	28	Обычно я упорно отстаиваю свое собственное мнение	38	Меня раздражает самоуверенная нетерпимость и фанатичность некоторых людей
10	Иногда мне кажется, что я нахожусь на грани нервного срыва			29	Будь я художником, мне бы нравилось рисовать детей	39	Я люблю читать о науке

Инструкция предъявления методики

Вам предлагается ряд утверждений, касающихся самых разных аспектов Вашей жизни. Здесь не может быть ответов «правильных» или «ошибочных». Люди различны, и каждый может высказать свое мнение. Чтобы оценить степень согласия или несогласия с каждым из утверждений, используйте следующую шкалу:

- 4 – полностью согласен;
- 3 – скорее согласен, чем не согласен;
- 2 – трудно сказать;
- 1 – скорее не согласен, чем согласен;
- 0 – полностью не согласен.

Отвечать надо следующим образом: в соответствующей клеточке на бланке для ответов поставьте цифру, соответствующую степени Вашего согласия или несогласия с данным утверждением.

Не нужно тратить много времени на обдумывание ответов. Давайте тот ответ, который первым придет Вам в голову. Старайтесь не прибегать к промежуточному, неопределенному ответу «трудно сказать» слишком часто. Обязательно отвечайте на все вопросы подряд, ничего не пропуская.

Некоторые пункты покажутся Вам личными, но Вы можете быть уверены в том, что ответы не будут разглашены. Не старайтесь произвести хорошее впечатление своими ответами, они должны соответствовать действительности.

Если у Вас возникли какие-то вопросы, задайте их прежде, чем приступите к выполнению теста.

Бланк для ответов						
Фамилия, имя, отчество _____						
Пол _____ возраст _____ дата _____						

(другие сведения по указанию экспериментатора)						
1		11		20		30
2		12		21		31
3		13		22		32
4		14		23		33
5		15		24		34
6		16		25		35
7		17		26		36
8		18		27		37
9		19		28		38
10				29		39

Ключи к расшифровке ответов

Оценка по шкалам производится следующим образом:

- ответ «4» («полностью согласен») дает 4 балла;
- ответ «3» («скорее согласен, чем не согласен») дает 3 балла;
- ответ «2» («трудно сказать») дает 2 балла;
- ответ «1» («скорее не согласен, чем согласен») дает 1 балл;
- ответ «0» («полностью не согласен») дает 0 баллов.

Подсчитывается общая сумма баллов отдельно по каждой шкале: для первой шкалы суммируются баллы по пунктам от 1 до 10, для второй – от 11 до 19, для третьей – от 20 до 29, для четвертой – от 30 по 39. Максимальное количество баллов по первой, третьей, четвертой шкалам – 40 баллов, по второй шкале – 30 баллов. Для интерпретации показателей по шкалам рекомендуется использовать «Шкалу перевода «сырых» баллов в станайны».

Полученные результаты интерпретируются в качестве показателей степени выраженности и особенностей проявления психологической защиты личности. Каждому испытуемому может быть дана оценка по каждой шкале. Можно проводить сравнительный анализ испытуемых друг с другом по характеру психологических защит и степени их выраженности.

Заключение

Успешное развитие личности зависит от многих причин. Важную роль в этом играют механизмы психологической защиты личности. Набор защитных механизмов индивидуален и характеризует уровень адаптации. Поскольку роль защиты неоднородна, к тому же способность ее выполнять свои функции у разных людей неодинакова, возникает необходимость различать защиту, выполняющую профилактические функции, и защиту, которая может являться неадекватной формой адаптации. Поэтому психологу, работающему со школьниками, важно иметь такие диагностические методики, которые могут помочь определять основные тенденции, к которым тяготеет личность в плане психологической защиты себя в травмирующих ситуациях.

Создание таких методик требует основательного изучения проблемы, анализа ресурсов в имеющемся диагностическом инструментарии и разработки на его основе новых методик, которые могут быть доступны психологу, достаточно просты в обработке и при этом прогностичны [12]. Наше исследование и решает эту проблему.

Кроме того, в результате изучения установлено, что традиционная процедура разработки опросных личностных шкал может использоваться для разработки методов изучения психологической защиты личности. Стимульный материал ММРІ дает возможность для построения таких методов. На материале обследования старшеклассников были получены четыре отличающиеся шкалы, для которых характерна структурная валидность. Шкалы позволяют предполагать степень выраженности и основные стратегии психологических защит, к которым может тяготеть личность.

Результаты стандартизации и все методическое обеспечение готово к опытной эксплуатации. Обследуемому может быть дана оценка по каждой шкале, имеется возможность сравнения степени выраженности и особенностей психологической защиты разных обследуемых друг с другом. Для интерпретации данных желательна распола-

гать некоторыми сведениями о характере, поведении, условиях жизни, воспитания и обучения обследуемого. Это даст возможность сделать более обоснованное заключение об особенностях защитных стратегий и их роли в приспособляемости личности к среде.

Однако для широкого использования метода требуется дополнительная работа с определением внешней валидности (с использованием контрастных групп). В рамках данного исследования работы внешнюю валидность проверить не удалось, так как сложно подобрать ее адекватные критерии, мы не имеем таких контрастных групп, на которых можно осуществить подобную проверку. Таким образом, требуется дополнительная работа по нахождению критерия внешней валидизации. А также требуется проверка на наличие различий норм и стандартов для групп мужчин и женщин, однако для этого необходимо иметь большую выборку.

Л и т е р а т у р а

1. Соколова, Е.А. Связь психологических механизмов защиты с аффективно-когнитивным стилем личности у пациентов с повторными суицидальными попытками / Е.А. Соколова // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. – 2006. – № 2.
2. Богомаз, С.Л. Самоанализ: подходы, тенденции, возможности и ограничения / С.Л. Богомаз // Веснік ВДУ. – 2005. – № 2(36).
3. Бассин, В.Ф. О силе «Я» и психологической защите / В.Ф. Бассин // Вопросы философии. – 1969. – № 2.
4. Журбин, В.И. Понятие психологической защиты в концепциях З. Фрейда и К. Роджерса / В.И. Журбин // Вопросы психологии. – 1990. – № 4.
5. Фрейд, З. Психология бессознательного / З. Фрейд. – М., 1990.
6. Фрейд, З. О психоанализе. Пять лекций // Хрестоматия по истории психологии / под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. – М., 1998.
7. Хармин, Г. Современный факторный анализ / Г. Хармин. – М.: Статистика, 1972.
8. Фрустрация, конфликт, защита // Вопросы психологии. – 1991. – № 6.
9. Фрейд, А. Психология «Я» и защитные механизмы / А. Фрейд. – М.: Педагогика-Пресс, 1993.
10. Грановская, Р.М. Защита личности: психологические механизмы / Р.М. Грановская, И.М. Никольская. – СПб: Знание, 1998.
11. Грановская, Р.М. Психологическая защита у детей / Р.М. Грановская, И.М. Никольская. – СПб.: Речь, 2000.
12. Янчук, В.А. Методология, теория и метод в современной социальной психологии и персонологии: интегративно-эkleктический подход / В.А. Янчук. – Мн.: Бестпринт, 2000.
13. Грановская, Р.М. Психологическая защита / Р.М. Грановская. – СПб.: Речь, 2007.
14. Бурлачук, Л.Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л.Ф. Бурлачук, С.М. Морозов. – СПб.: Питер, 1999.
15. Анастаси, А. Психологическое тестирование / А. Анастаси, С. Урбина. – СПб.: Питер, 2002.
16. Клайн, П. Справочное руководство по конструированию тестов / П. Клайн. – Киев: ПАН Лт.д., 1994.
17. Урбах, В.Ю. Биометрические методы / В.Ю. Урбах. – М.: Наука, 1964.
18. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Мн.: Адукацыя і выхаванне, 1996.

Поступило 24.07.2008