

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное агентство по образованию
Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова

Л.Ю. Субботина

Психология защитного поведения

Ярославль 2006

УДК 159.9
ББК Ю 9
С 89

*Рекомендовано
Редакционно-издательским советом университета
в качестве научного издания. План 2006 года*

Рецензенты:

В.А. Урываев, канд. психол. наук, доцент
Ярославской государственной медицинской академии;
кафедра психологии Ярославского государственного
педагогического университета им. К.Д. Ушинского

Субботина, Л.Ю. Психология защитного поведения : моногр.
С 89 / Л.Ю. Субботина ; Яросл. гос. ун-т. – Ярославль : ЯрГУ, 2006. –
220 с.
ISBN 5-8397-0453-9

В монографии обобщены результаты многолетнего исследования такого сложного и малоизученного явления, как психологическая защита личности. Предпринята попытка создания некоторой обобщающей теоретической модели психологической защиты. Предлагается исторический анализ развития данной проблемы в психологии в различных ее направлениях. Дана подробная и обобщенная характеристика частных защитных механизмов. Особое внимание уделено рассмотрению поведенческих моделей психологической защиты с точки зрения типологии личности и различной профессиональной деятельности. Предложен новый подход к решению проблемы структурно-уровневой организации системы психологической защиты. Предлагаемые теоретические схемы подкреплены оригинальными эмпирическими данными.

Изложенный в монографии материал будет интересен для научных работников, аспирантов, преподавателей, студентов психологических факультетов и всех, кто интересуется психологической наукой.

УДК 159.9
ББК Ю 9

ISBN 5-8397-0453-9

© Ярославский
государственный
университет, 2006
© Л.Ю. Субботина, 2006

Введение

Современная психология – это психология личности. Какие бы аспекты деятельности, человеческого поведения, социального взаимодействия мы ни рассматривали, в центре внимания была и останется личность. В понятии "личность" наука закрепила специфическую сущность такого сложного явления мироздания, как человек. Современная жизнь перенасыщена самыми разнообразными тревогами и волнениями. Человек, встречаясь с миром, попадает в водоворот проблем, сложных ситуаций, трудностей. Для преодоления их нередко расходуется масса сил. Но даже в этом случае далеко не каждый человек удовлетворен своей жизнью. Внутреннее напряжение, тревога становятся частью нашего бытия. Это наша плата за цивилизацию и прогресс. Наряду с экономическими проблемами на личность значительное влияние оказывает общеполитическая обстановка, настроение общества, уклад жизни, национальные нормы, традиции, уровень морали. Но на личность «давит» и научно-технический и технологический прогресс: усложнение технологий, увеличивающийся поток информации, стремительный темп жизни. Все это повышает требования к умственным и психическим сторонам личности. Но вместе с тем, при всей многочисленности психических травм и стрессов сегодняшней жизни, наше «Я» не разрушается. Включается инстинкт самосохранения, который действует и на уровне психических структур. Общество и конкретная личность вырабатывают способы смягчения данной ситуации. Но, к сожалению, динамика жизни часто опережает адаптационные возможности конкретной личности. Тогда человека охватывает тревога, пессимизм, возникают мелкие и крупные конфликты, а это еще больше усугубляет ситуацию напряженности. Тенденции современного развития общества выражаются в нарастающей личностной изоляции, агрессии, рационализации и регрессии. Чувство тревоги «запускает в дей-

ствие» специальные защитные механизмы, которые способны защитить наше сознание от разрушительного действия негативных переживаний и обеспечить субъективное ощущение комфорта. Психологическая защита – это система регуляторных механизмов, которые направлены на устранение или сведение к минимуму негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта.

Учитывая, что психологическая защита призвана оберегать личность в целом, мы вынуждены логически предположить, что это сложный психический феномен, имеющий многочисленные связи как внутри самой личности, так и с социумом, в котором данная личность развивается. Психологическая защита по определению должна быть рассмотрена как многоаспектное, многостороннее явление. Однако на сегодняшний день наука не располагает единой концепцией, охватывающей такое сложное явление, хотя во многих направлениях (психоанализ, экзистенциальная психология, теория личности в целом, психотерапия) в той или другой степени имеются разработки, характеризующие данный феномен. Не выяснены фундаментальные закономерности и механизмы развития этого сложного явления, не определены конкретные инструментарии психологической защиты, отсутствует классификация защитных механизмов, неизвестна ее динамика в онтогенезе, специфика зависимости от рода деятельности, типология и многие другие. Теоретический вакуум подобных исследований приводит к пренебрежению данным аспектом формирования личности. Логично возникает вопрос о важности изучения психологической защиты в практическом плане. Как было сказано выше, общая тенденция нарастания напряженности в обществе и разных его сферах имеет своим следствием усиление защитных форм поведения у конкретных личностей. Это обуславливает социальный заказ на разработку поставленных вопросов. Отражение его можно найти в многочисленных публикациях самого разного типа, предлагающих способы психологической защиты: от разнообразных «методов психологической защиты» и тренингов до полномасштабных программ в рамках манипулятивной психологии (И. Вагин, В.П. Шейнов, М. Мольц и др.). Однако подобные разработки, к сожалению, далеки от предмет-

но-научного анализа и ориентированы на популярное житейское представление о психологической защите, нередко создающее искаженное представление о данном феномене и его психологической сущности. Вместе с тем в частных областях: при формировании организации и сопротивлении новациям, в процессе психологического консультирования в самых разных областях, в решении вопросов маркетинга и эффективной рекламы, в системе профессионального обучения и аттестации, в области клинической психологии и психотерапии, в воспитании и организации массовидного поведения – мы постоянно имеем дело с разными формами психологической защиты. Есть основания считать, что работа с феноменом защиты открывает прямые пути совершенствования личностного поведения, для реабилитационных мероприятий в ситуациях переживания массового стресса (природные катастрофы, теракты, нахождение в «горячих точках», социальные конфликты и т.п.).

Таким образом, изучение психологической защиты – важнейшая теоретическая и практическая задача, требующая актуального исследования и разработки. Целью данной книги является обобщение наших исследований такого сложного и специфического феномена, как психологическая защита.